

**UNIVERSIDAD PRIVADA SAN JUAN BAUTISTA**  
**FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD**  
**ESCUELA PROFESIONAL DE PSICOLOGÍA**



**AFRONTAMIENTO DEL ESTRÉS EN JÓVENES Y  
ADULTOS EN EL PERIODO DE LA POSPANDEMIA DEL  
COVID- 19, EN EL DISTRITO DE CHORRILLOS DE LIMA  
METROPOLITANA, 2022**

**TESIS**

**PRESENTADA POR BACHILLER**

**MARCAS QUISPE GINA**

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

**LIMA – PERÚ**

**2023**

**ASESOR DE TESIS**

DR. BARBOZA ZELADA LUIS ALBERTO

ORCID: 0000-0001-8776-7527

**TESISTA**

MARCAS QUISPE GINA

ORCID: 0000-0002-1703-2127

**LÍNEA DE INVESTIGACIÓN**

PSICOLOGÍA - PSICOLOGÍA CLÍNICA

## **AGRADECIMIENTO**

Al concluir esta etapa maravillosa de mi vida quiero extender un profundo agradecimiento, a quienes hicieron posible este proyecto, aquellos que junto a mi caminaron en todo momento y siempre fueron inspiración, fortaleza y apoyo.

Mi gratitud, también es para mi casa de estudios Universidad Privada San Juan Bautista, en especial a la Escuela Psicología y a cada docente quienes con su apoyo y enseñanzas constituyeron la base de mi vida profesional.

## **DEDICATORIA**

El presente estudio está dedicado a Dios, porque cada día me demuestra lo hermosa que es la vida y lo justa que puede llegar a ser, a mi madre Paulina Quispe Miranda porque ella siempre estuvo a mi lado brindándome su apoyo y aconsejándome para alcanzar mis metas y en memoria de mi abuelo Antonio Quispe Alhuay. Gracias a ustedes por apoyarme en cada decisión y proyecto, por permitirme cumplir con excelencia en el desarrollo de esta tesis.

## RESUMEN

La presente investigación tuvo como **objetivo:** Determinar el estilo de afrontamiento del estrés en jóvenes y adultos en el periodo de la pospandemia del COVID 19, en el distrito de Chorrillos de Lima Metropolitana, 2022. **Metodología:** De enfoque cuantitativo, nivel descriptivo, tipo de investigación aplicada y diseño no experimental. **Muestra:** Estuvo conformada por 384 participantes entre jóvenes y adultos de ambos sexos, del distrito de Chorrillos. Como instrumento se utilizó el Cuestionario de Modos de Afrontamiento del Estrés (COPE- Forma Disposicional), fue adaptado por Casuso (1996). **Resultados:** Demostraron de forma general, los adultos (36 a 64 años), que son el 45,3% (174) de los participantes del estudio afrontan el estrés enfocándose en el problema. Asimismo, también de forma general, los jóvenes (18 a 35 años), que son el 54,7% (210) de los participantes del estudio afrontan el estrés enfocándose en la emoción. **Conclusión:** Se determinó que los estilos de afrontamiento enfocado en el problema y en la emoción son los más empleados por los jóvenes y adultos en el periodo de la pospandemia del COVID 19, en el distrito de Chorrillos de Lima Metropolitana, 2022.

**Palabras clave:** estrés, afrontamiento, problema, emoción.

## ABSTRACT

The objective of this research was: To determine the style of coping with stress in young people and adults in the post-pandemic period of COVID 19, in the Chorrillos district of Metropolitan Lima, 2022. **Methodology:** Quantitative approach, descriptive level, type of applied research and non-experimental design. **Sample:** It was made up of 384 participants between young people and adults of both sexes, from the Chorrillos district. As an instrument, the Stress Coping Modes Questionnaire (COPE- Dispositional Form) was achieved, it was adapted by Casuso (1996). **Results:** In general, adults (36 to 64 years old) demonstrated that 45.3% (174) of the study participants deal with stress by focusing on the problem. Likewise, also in general, young people (18 to 35 years old), which are 54.7% (210) of the study participants, face stress by focusing on emotion. **Conclusion:** It will be prolonged that the coping styles focused on the problem and on the emotion are the most used by young people and adults in the post-pandemic period of COVID 19, in the Chorrillos district of Metropolitan Lima, 2022.

Keywords: stress, coping, problem, emotion.

## ÍNDICE

	<b>Pág.</b>
CARÁTULA	i
ASESOR Y TESISISTA	ii
LINEA DE INVESTIGACIÓN	iii
AGRADECIMIENTO	iv
DEDICATORIA	v
RESUMEN	vi
ABSTRACT	vii
ÍNDICE	viii
INFORME ANTIPLAGIO	x
LISTA DE TABLAS	xii
LISTA DE ANEXOS	xiv
<b>1. PROBLEMA</b>	<b>15</b>
Realidad problemática	16
Formulación del problema	17
Objetivos	17
Objetivo General y Específicos	18
Propósito	18
Línea de Investigación	18
Objetivo de Responsabilidad Social	19
Justificación	19
<b>2. MARCO TEÓRICO</b>	<b>21</b>
Antecedentes Nacionales e Internacionales	21
Base Teórica y Marco Conceptual	26
<b>3. HIPÓTESIS Y VARIABLES</b>	<b>35</b>
3.1. Hipótesis	35
3.2. Variable	35

<b>4. METODOLOGÍA DE LA INVESTIGACIÓN</b>	<b>37</b>
4.1. Tipo, nivel y diseño de estudio	37
4.2. Población, muestra y muestreo	37
4.3. Medios de recolección de información	41
4.4. Procedimiento datos	43
4.5. Procedimiento de información	44
4.6. Aspectos Éticos	45
<b>5. ANÁLISIS DE RESULTADOS</b>	<b>46</b>
5.1. Resultados	46
5.2. Discusión	54
<b>6. CONCLUSIONES</b>	<b>60</b>
<b>7. RECOMENDACIONES</b>	<b>62</b>
<b>8. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS</b>	<b>63</b>
<b>ANEXOS</b>	<b>68</b>

## INFORME ANTIPLAGIO

### TESIS\_MARCAS QUISPE GINA

#### INFORME DE ORIGINALIDAD

17%

INDICE DE SIMILITUD

14%

FUENTES DE INTERNET

3%

PUBLICACIONES

7%

TRABAJOS DEL ESTUDIANTE

#### FUENTES PRIMARIAS

1

Submitted to Universidad Tecnologica del Peru

Trabajo del estudiante

1%

2

[www.aidep.org](http://www.aidep.org)

Fuente de Internet

1%

3

[repositorio.uca.edu.ar](http://repositorio.uca.edu.ar)

Fuente de Internet

1%

4

[scielo.iics.una.py](http://scielo.iics.una.py)

Fuente de Internet

1%

5

[uniminuto-dspace.scimago.es](http://uniminuto-dspace.scimago.es)

Fuente de Internet

1%

6

[www.studocu.com](http://www.studocu.com)

Fuente de Internet

1%

7

Submitted to Universidad Nacional Federico Villarreal

Trabajo del estudiante

1%

8

[doaj.org](http://doaj.org)

Fuente de Internet

1%



INFORME DE VERIFICACIÓN DE SOFTWARE ANTIPLAGIO

FECHA: 28 FEBRERO 2024

NOMBRE DEL AUTOR: MARCAS QUISPE GINA

TIPO DE PRODUCTO DE INVESTIGACIÓN:

- PROYECTO ( )
- TRABAJO DE INVESTIGACIÓN ( )
- TESIS ( X )
- TRABAJO DE SUFICIENCIA PROFESIONAL ( )
- ARTICULO ( )
- OTROS ( )

INFORMO SER PROPIETARIO (A) DE LA INVESTIGACIÓN VERIFICADA POR EL SOFTWARE ANTIPLAGIO TURNITIN, EL MISMO TIENE EL SIGUIENTE TÍTULO: "AFRONTAMIENTO DEL ESTRÉS EN JÓVENES Y ADULTOS EN EL PERIODO DE LA POSPANDEMIA DEL COVID- 19, EN EL DISTRITO DE CHORRILLOS DE LIMA METROPOLITANA, 2022"

CULMINADA LA VERIFICACIÓN SE OBTUVO EL SIGUIENTE PORCENTAJE: 17 %

Conformidad Investigador:

Conformidad Asesor:

  
MARCAS QUISPE  
GINA  
DNI 72423384

  
BARBOZA ZELADA  
LUIS ALBERTO  
DNI 07068974

## LISTA DE TABLAS

<b>Tabla 1</b>	Distribución de la frecuencia en función a la edad, en jóvenes y adultos en el distrito de Chorrillos en Lima Metropolitana, 2022.	39
<b>Tabla 2</b>	Distribución de la frecuencia en función al sexo, en jóvenes y adultos en el distrito de Chorrillos en Lima Metropolitana, 2022.	40
<b>Tabla 3</b>	Distribución de la frecuencia en función al distrito de Chorrillos en Lima Metropolitana, 2022.	40
<b>Tabla 4</b>	Distribución de la frecuencia del estilo de afrontamiento enfocado en el problema, en jóvenes y adultos en el distrito de Chorrillos en Lima Metropolitana, 2022.	46
<b>Tabla 5</b>	Distribución de la frecuencia del estilo de afrontamiento enfocado en la emoción, en jóvenes y adultos en el distrito de Chorrillos en Lima Metropolitana, 2022.	47
<b>Tabla 6</b>	Distribución de la frecuencia de otros estilos adicionales de afrontamiento, en jóvenes y adultos en el distrito de Chorrillos en Lima Metropolitana, 2022.	48
<b>Tabla 7</b>	Distribución de la frecuencia del estilo de afrontamiento enfocado en el problema según la edad, en jóvenes y adultos en el distrito de Chorrillos en Lima Metropolitana, 2022.	49
<b>Tabla 8</b>	Distribución de la frecuencia del estilo de afrontamiento enfocado en la emoción según la edad, en jóvenes y adultos en el distrito de Chorrillos en Lima Metropolitana, 2022.	49

<b>Tabla 9</b>	Distribución de la frecuencia de otros estilos adicionales de afrontamiento según la edad, en jóvenes y adultos en el distrito de Chorrillos en Lima Metropolitana, 2022.	50
<b>Tabla 10</b>	Distribución de la frecuencia del estilo de afrontamiento enfocado en el problema según el sexo, en jóvenes y adultos en el distrito de Chorrillos en Lima Metropolitana, 2022.	51
<b>Tabla 11</b>	Distribución de la frecuencia del estilo de afrontamiento enfocado a la emoción según el sexo, en jóvenes y adultos en el distrito de Chorrillos en Lima Metropolitana, 2022.	52
<b>Tabla 12</b>	Distribución de la frecuencia de otros estilos adicionales de afrontamiento según sexo, en jóvenes y adultos en el distrito de Chorrillos en Lima Metropolitana, 2022.	53

## LISTA DE ANEXOS

<b>Anexo 01</b> Matriz de consistencia	69
<b>Anexo 02</b> Matriz de operacionalización	71
<b>Anexo 03</b> Instrumento de evaluación	72
<b>Anexo 04</b> Informe de Permiso de Aplicación de Instrumento	76
<b>Anexo 05</b> Autorización para uso del instrumento	77
<b>Anexo 06</b> Consentimiento informado	78

## 1. PROBLEMA

A nivel mundial en diciembre del 2019 se originó un nuevo brote de enfermedad que se denominó como Coronavirus (COVID-19) en Wuhan - China, por su rápida propagación el virus ha afectado a nivel mundial alrededor de 191 países aproximadamente con altas tasas de contagio masivo. Por tal motivo se vivenció el temor a la enfermedad del COVID-19, que ha llevado en un momento al confinamiento en muchas partes del mundo, experimentando el estrés como respuestas normales ante momentos de incertidumbre, como alejamiento físico, desempleo temporal, educación y trabajo virtual que se ha podido observar en el transcurso de la pandemia (OPS,2020).

Según el profesor Jorge Michalland B., el estrés afecta nuestra salud mental como se ha evidenciado en la pandemia de covid-19, es importante saber que se debe ver como un efecto y no como una causa, por las circunstancias externas, como el riesgo al contagio, el confinamiento sanitario, restricciones, pérdidas humanas, trabajo y economía etc., todos estos elementos pueden ser grandes estresores, ante lo cual nuestro organismo reacciona con un estado de estrés y activación fisiológica de forma negativa, produciendo una vivencia cognitiva de inseguridad que va afectando a nuestro organismo.(Escuela de Kinesiología PUCV,2020).

De acuerdo a las encuestas aplicadas a nivel mundial por Statista Global Consumer Survey, en el periodo de abril del 2021 y marzo de 2022, la población de 2.000 hasta 7.600 encuestados, afirman haber experimentado estrés, angustia y tristeza que han ido afectando la salud mental en el contexto del COVID-19,

liderando los siguientes países como Suecia con 46%, Reino Unido 45% y Estados Unidos 43% y siguiendo con el 30% como la India, Francia, México y china entre otros países. (S.G.C.S,2022). Por su parte las Naciones Unidas, afirman que cada una de cuatro personas en todo el mundo están o han experimentado problemas de salud mental (ONU,2022).

Según a nivel internacional, el estudio de la Revista Latinoamericana de Psicología, la pandemia ha provocado efectos negativos en la salud mental, en México, Cuba, Chile, Colombia y Guatemala, ocasionando, estrés, ansiedad, depresión, cuyo resultado muestran las diferentes respuestas psicológicas de afrontamiento de cada país ante la pandemia y dan de sugerencia que cada país de acuerdo a su política se enfoquen en su necesidad de prevención y promoción ante la emergencia sanitaria en la salud mental.(RLP,2021p53,83-93).

A nivel nacional, la investigación del Instituto de Opinión Pública de la Pontificia Universidad Católica del Perú, indica que el 80% de la población peruana han padecido estrés mostrando cambios frecuentes y otras situaciones extremas asociadas al estrés, evidenciado que el 47.7% de las mujeres peruanas han sido más afectadas por estrés y demostrando una probabilidad menor en hombres, (La Republica 2018).

El Ministerio de Salud (MINSA) da a conocer que el 52.2% de la población de Lima Metropolitana padece estrés con un diagnóstico de moderado a severo, originado por el Covid-19, que conlleva a problemas salud física y mental, económicos y familiares, revelaron el estudio epidemiológico realizado por el Instituto Nacional de Salud Mental (EL PERUANO, 2021).

De acuerdo a las prevalencias presentadas del estrés que se ha podido demostrar, es muy importante poder visualizar que estrategias emplean la población del distrito de Chorrillos que no han sido lejanos al impacto de la salud mental por causa de la pandemia, que se encuentran afectados emocionalmente, social y económico, también se han visto afectados por el miedo a la reactivación del virus, a la falta de satisfacción de necesidades básicas en los pobladores (2020). Sin embargo, trae consecuencias en la salud mental cuando no tiene una adecuada intervención, como padecer estrés en un largo periodo puede ser perjudicial para la mente y el organismo (OPS Perú, 2020), en tal sentido se deberá investigar los estilos de afrontamiento del estrés en jóvenes y adultos, que emplean a la hora de afrontar a las situaciones estresantes y poder brindar intervenciones de afrontamiento al estrés que puedan ponerse en práctica en la vida cotidiana.

Posteriormente, por tal motivo se realizó la siguiente pregunta de investigación ¿Cuál es la frecuencia de mayor uso de los estilos de afrontamiento del estrés que emplean los jóvenes y adultos en el periodo de la pospandemia del COVID 19, en el distrito de Chorrillos de Lima Metropolitana,2022?

En relación con los objetivos, se planteó el siguiente objetivo general es Determinar el estilo de afrontamiento del estrés en jóvenes y adultos en el periodo de la pospandemia del COVID 19, en el distrito de Chorrillos de Lima Metropolitana,2022.

En cuanto a los objetivos específicos de la investigación, se presenta como primer objetivo, Determinar el estilo de afrontamiento del estrés enfocado en el problema en jóvenes y adultos en el periodo de la pospandemia del COVID 19, en el distrito de Chorrillos de Lima Metropolitana,2022.

Segundo objetivo, Determinar el estilo de afrontamiento del estrés enfocado en la emoción en jóvenes y adultos en el periodo de la pospandemia del COVID 19, en el distrito de Chorrillos de Lima Metropolitana,2022. Tercer objetivo, Determinar el estilo de afrontamiento del estrés enfocado en otros estilos adicionales en jóvenes y adultos en el periodo de la pospandemia del COVID 19, en el distrito de Chorrillos de Lima Metropolitana,2022. Cuarto objetivo, Identificar el estilo de afrontamiento del estrés según la edad en jóvenes y adultos en el periodo de la pospandemia del COVID 19, en el distrito de Chorrillos de Lima Metropolitana,2022. Quinto objetivo, Identificar el estilo de afrontamiento del estrés según el sexo en jóvenes y adultos en el periodo de la pospandemia del COVID 19, en el distrito de Chorrillos de Lima Metropolitana,2022.

De acuerdo a, Morales, Rojas y Vivas (1991) la línea de investigación, se constituye como un conjunto de problemas en el área de interés que se sitúan en torno a un eje temático común y que demandan respuestas mediante la investigación, el presente estudio se orientará en el área de la psicología Clínica, es el campo en que se centra la investigación, dedicada por completo al diagnóstico, tratamiento y el estudio de los desórdenes del comportamiento (Rey & Guerrero,2012).

La investigación desde el ámbito clínico, tuvo como propósito determinar el estilo de afrontamiento del estrés en jóvenes y adultos en el periodo de la pospandemia del COVID-19, en el distrito Chorrillos; de acuerdo a los resultados se podrá evidenciar los diferentes estilos de afrontamiento del estrés que han venido empleando en el transcurso de la pospandemia y las consecuencias del estrés en las personas del distrito, con la finalidad de realizar intervención

psicoterapéutica y promover estrategias de afrontamiento al estrés mediante programas de prevención para el beneficio poblacional y brindar datos relevantes para futuras investigaciones psicológicas.

La responsabilidad social de la investigación se orientó en la salud y bienestar de la población tanto individual como grupal, con el objetivo de garantizar bienestar emocional para todos en todas las edades, la agenda de desarrollo sostenible tiene la finalidad de garantizar el acceso a los más altos niveles de salud y asistencia sanitaria (Desarrollo Sostenible, ONU 2015).

En relación a la justificación es importante mencionar tres aspectos fundamentales que se consideró, desde el punto vista teórico, se enfocará en la importancia de profundizar el análisis descriptivo y explicación de la variable en la población del distrito Chorrillos, se podrá definir, describir y explicar que estilos de afrontamiento emplean ante circunstancias de estrés, de acuerdo a los resultados podemos obtener una investigación precisa ante la variable de la investigación que aportará datos relevantes a futuras investigaciones.

Desde el aporte metodológico, determinará que estilos de afrontamiento del estrés emplean los jóvenes y adultos en el periodo de la pospandemia del COVID-19, con un diseño descriptivo, lo cual se buscare y recogerá información precisa, mediante un instrumento de COPE (forma disposicional) que nos brindara datos relevantes que servirán para futuros estudios o proyectos de intervención y prevención ante el estrés en el distrito de Chorrillos.

El aporte práctico de la investigación beneficiará a los psicólogos o personal de salud porque contarán con datos y resultados del estudio y en el punto de vista social, podrá ejecutar una pronta intervención a los pobladores y de este modo

ellos pueden recurrir a estrategias orientadas al manejo o afrontamiento del estrés con sus propios recursos para adaptarse de manera óptima al medio que lo rodea.

## 2. MARCO TEORICO

Según investigaciones previas, en el presente estudio se ostentan como referentes a la variable del estudio los antecedentes a nivel nacional tomados en cuenta como en principio, Lazo A. (2019) de acuerdo a su investigación tuvo como objetivo determinar la correlación entre los estilos de afrontar el estrés y satisfacción laboral en docentes del nivel secundario del colegio Gregorio Martinelli-Talara, 2019. La metodología empleada es de tipo aplicada, nivel descriptivo correlacional y con un diseño no experimental. La población estuvo conformada por 53 docentes (29 varones y 24 mujeres), los instrumentos aplicados es el Cuestionario de modos de afrontamiento del estrés COPE (forma disposicional) y la escala de satisfacción laboral SL-PSC. Se obtuvo como resultado una relación significativa positiva en un nivel media siendo el valor de  $p=0,049$  y  $Rho=0,272$  entre los estilos de afrontar una situación estresante basando en el problema y satisfacción laboral, sin embargo, no se encontró correlación entre los estilos basados en la emoción y la evitación con la satisfacción laboral.

Espinoza, Leiva y Adriano (2022) de acuerdo a su estudio de investigación tuvo objetivo analizar la relación entre los estilos de afrontamiento al estrés y satisfacción la vida con una muestra de adultos peruanos en el contexto de COVID-19. La metodología que emplearon es de diseño correlacional no experimental. La población estuvo constituida por 306 adultos entre hombres y mujeres de Lima Metropolitana del Callao de un muestreo no probabilístico de tipo intencional. Los instrumentos utilizados fueron el inventario Multidimensional de Estimación de Afrontamiento (COPE 60) Adaptado por Cassaretto y Chau (2016)

y Escala de Satisfacción con la Vida (SWLS) Adaptado en Perú por Oliver, Galiana y Bustos (2018). Los resultados evidencian que ambas variables de afrontamiento y satisfacción se relacionan significativamente que el uso adecuado de un estilo de afrontamiento permite que la persona pueda afrontar el problema y en relación está asociada a la satisfacción con la vida en adultos, son predictorios en el contexto del covid-19 en Lima, Perú.

También Rafael, Castañeda (2021) realizaron un estudio de investigación con el objetivo de identificar la relación de calidad de vida y afrontamiento al estrés en una población de efectivos policiales durante la pandemia del COVID-19 en Huancayo en el año 2021. La metodología que emplearon fue de enfoque cuantitativo no experimental de corte transversal, prospectiva y correlacional. La muestra estuvo constituida 236 efectivos, no probabilístico por conveniencia. Los instrumentos empleados son Cuestionario de calidad de vida WHO-QOL y el Inventario de Afrontamiento de COPE. Los resultados muestran mayor calidad de vida en los efectivos de 74% y en los estilos de afrontamiento que más predomina es centrado en el problema con un 93% se puede corroborar que hay una relación entre ambas variables de 0.0009. Concluyeron que la calidad de vida puede ser positiva o negativa de acuerdo a los estilos de afrontamiento que empleen ante circunstancias de tensión los efectivos policiales.

Además, Dextre (2019) de acuerdo a su estudio de investigación tuvo como objetivo determinar las propiedades psicométricas del Cuestionario de Modos de Afrontamiento al estrés (COPE) en el personal del Ejército Peruano, Huaraz. La metodología utilizada fue de tipo descriptivo, con un enfoque cuantitativo, no experimental. La población con la que trabajo fue de 253 sujetos del personal militar del sexo masculino, que fluctúan entre los 18 a 50 años. Se usó el

Cuestionario de Modos de Afrontamiento al estrés (COPE) versión traducida por Salazar (1993). Los resultados ostentan que ambas pruebas de estructura de 52 ítems y la de 38 ítems, se encuentran dentro del rango de validez y confiabilidad, Concluye que el instrumento propuesto se adapta y es aplicable a la población.

Del mismo modo, Espinoza C. (2021) realizó un estudio de investigación que tuvo como objetivo determinar si existe relación entre los estilos de afrontamiento al estrés y satisfacción con la vida en una muestra de adultos peruanos en el contexto del COVID-19. La metodología que empleo es de enfoque cuantitativo, correlacional de tipo no experimental y corte transversal. La muestra se conformó por 306 participantes, cuyas edades fluctúan de 18 hasta 64 años de ambos sexos. Los instrumentos empleados fueron el Inventario Multidimensional de Estimación de Afrontamiento (COPE- 60) y la Escala de Satisfacción con la Vida (SWLS). Los resultados muestran una relación significativa positiva entre el nivel de satisfacción la vida y el afrontamiento de aproximación y tarea ( $\rho=.200; p<.01$ ), sin embargo se hayo una relación altamente negativa significativa en satisfacción de la vida con afrontamiento social y emocional ( $\rho=-.319; <.01$ ) y consecuente también con el afrontamiento evitativo ( $\rho=-.251; p <.01$ ), Concluye la investigación que consta una relación entre el afrontamiento al estrés y satisfacción de la vida en adultos peruanos en el contexto de COVID-19.

Así También, Espinoza, Tapia (2021) realizaron un trabajo de investigación de Estrategias de afrontamiento del estrés durante la pandemia por COVID-19 en adultos mayores, Lima 2021. La metodología que emplearon fue de un enfoque cuantitativo, de tipo descriptivo con un diseño no experimental y de corte transversal. La población estuvo constituida de 400 personas, se trabajó con solo 30 personas mayores que fluctúan entre 65 a 85 años sin problemas cognitivos.

Se empleó el cuestionario de afrontamiento (CAE). Los resultados evidenciaron que en la dimensión enfocado al problema es 96.67% frecuente y un 3.33% un afrontamiento inadecuado, en la dimensión enfocado en la emoción es 83.33% inadecuado y el 16.67% frecuente y en la dimensión enfocado en la evitación es 80% inadecuado, y el 16.67 frecuente y el 3.33% un afrontamiento adecuado, concluyendo que los adultos mayores presentan un afrontamiento al estrés es inadecuado.

Asimismo, a nivel internacional, también se tomó en cuenta a Mella, López, Sáez y Valle (2020) el estudio de investigación tuvo como objetivo de describir el uso de estrategias de afrontamiento en apoderados durante el confinamiento por la COVID-19 en Chile. La metodología que utilizaron es de diseño descriptivo transversal. La población estuvo constituida de 118 participantes apoderados, entre varones 7 % y mujeres 93%, se aplicó el instrumento de COPE -28 versión Brief COPE de Carver. Los resultados ostentan que la estrategia que más se ha utilizaron fue el apoyo emocional y desahogo. Concluyeron que la investigación aportara a identificar las estrategias de afrontamiento durante la Covid-19, ayudara a comprender las consecuencias de la pandemia en miembros de comunidades escolares y orientara a futuras investigaciones en el área.

También, Harvey, Obando, Hernández, De La Cruz (2021) su investigación tuvo objetivo identificar si existe relación entre bienestar psicológico y las estrategias de afrontamiento frente al impacto de COVID 19 en universitarios. La metodología es de tipo descriptivo correlacional, transversal y cuantitativo no experimental. La población estuvo formada de 201 estudiantes universitarios de Colombia. Los instrumentos que emplearon es la escala de estrategia de Coping – Modificado (EEC-M) y la escala de Bienestar Psicológico Ryff. Los resultados

muestran que si existe una relación significativamente entre las dos variables, las estrategias de afrontamiento más utilizadas son evitación cognitiva, reevaluación positiva, solución del problema y negación, lo cual contribuye a un mejor manejo de circunstancias a causa del COVID-19 para el crecimiento personal, concluyeron que las estrategias de afrontamiento contribuyen y están asociados al bienestar psicológico en los estudiantes universitarios de Colombia y propone para su intervenciones futuras programas para trabajar las consecuencias psicosociales generadas por la pandemia.

Del mismo modo, Cirami, Córdoba, Ferrari (2020), realizaron una investigación cuyo objetivo fue describir las estrategias de afrontamiento del estrés en trabajadores de la salud y reflexiones acerca de las transformaciones organizacionales bajo de coyuntura de COVID-19. La metodología que emplearon es análisis descriptivo, no probabilístico intencional. La muestra se conformó por 150 participantes profesionales de la salud de ambos sexos. Los instrumentos empleados fueron la Escala de Estrés Percibido versión española (Remor,2016), Brief COPE adaptado (Carver 1997), sintomatología asociada al trabajo y cuestionario sociodemográfico laboral. Los resultados muestran que se obtuvieron tres modos de afrontamiento más frecuente que utilizan los trabajadores de la salud son en primer lugar evitación, en segundo lugar, aproximación y por último emocional, finalmente concluyeron que existe correlaciones positivas el estrés percibido y la sintomatología en los participantes en la coyuntura del COVID-19 y la investigación podrá orientar a futuras investigaciones.

También, Acosta, Greca (2020) realizaron un trabajo de investigación con el objetivo de describir la correlación entre los estilos de afrontamiento del estrés que utilizan los docentes de educación especial y los que manejan los docentes de enseñanza primaria de la ciudad de Villaguay. La metodología que utilizaron es descriptivo correlacional, *ex post facto* cuasiexperimental y de corte transversal. La población con la que trabajaron fue de 50 maestros de ambos sexos, aplicaron el Cuestionario de Afrontamiento del Estrés (CAE), adaptado en población argentina por López-Aballay (2013), adecuaron de Ways of Coping Questionnaire (WCQ, de Lazarus y Folkman en 1986). Los resultados ostentan que los docentes de primaria prevalece la Focalización en la Solución del Problema, obtenido una media de 2,71 puntos y en docentes de educación especial, prevalecen la Expresión Emocional Abierta con una media de 1,39 puntos. Como resultados muestra que los docentes de enseñanza primaria están más preparados en recursos y habilidades en su labor, mientras que los docentes de enseñanza especial no se encuentran capacitados, concluyen y confirman la hipótesis central que si existen diferencias en el estilo de afrontamiento que utilizan los maestros de ambas instrucciones.

En el marco conceptual la variable de Afrontamiento del Estrés; el estrés se originó en los inicios del siglo XIV, donde se empezó a utilizar el vocablo griego *STRINGERE*, que significa tensión y es utilizado en la física con relación al cuerpo humano, posteriormente Hans Selye (1935) quien definió como una respuesta adaptativa del organismo ante diferentes estresores del ambiente y es considerado como el padre que estudio el estrés. Según Cannon (1993) sustenta que el estrés es una alteración de la homeostasis que se presenta en diversas situaciones en el medio ambiente del sujeto.

Para Lazarus y Folkman (1984) el estrés depende de las demandas del ambiente del ser humano y de los recursos que tenga para afrontarse a los estresores, se pueden dar en lo interno como en lo externo. Por último, Labrador (1992) señala que el estrés es la respuesta automática del organismo ante una circunstancia que se presenta en el ambiente del individuo y que tiene como objetivo dar soluciones con sus propios recursos.

Con respecto al afrontamiento, Lazarus y Folkman (1986) precisan que los refuerzos cognitivos y conductuales se desarrollan en el manejo de las demandas tanto internas y externas de factores estresantes que se vuelven desbordantes para él individuo.

Lazarus y Launier (1978) hacen evocación que el afrontamiento cuenta con tres aspectos fundamentales, primero expone la relación entre el afrontamiento y los eventos que se considera como un proceso dinámico que cuenta con recursos, demandas y contrastes, en el segundo aspecto considera que el afrontamiento no solo sucede un determinado momento y finalmente el último aspecto engloba a todo el proceso de acciones y reacciones ante el estrés.

A continuación, se mencionará los enfoques en relación a la variable de investigación.

Enfoque filosófico: Hans Selye optó utilizar el término stress, que determina como una respuesta corporal inespecífica del organismo para afrontar los requerimientos ambientales que desafían su estabilidad. Alegando que el término tuvo diferentes denominaciones en la historia como histeria, en el siglo XIX, neurastenia o fibromialgia en la época actual. Como menciona Marina (2006) lo único que hicieron es cambiar el nombre, la consideración del concepto por parte

de la literatura científica como un marco de conocimientos indeterminado o polémico, proponiendo lo siguiente el sujeto experimenta estrés cuando la presencia de acontecimientos que le exigen esfuerzos que sobrepasa sus recursos físicos y mentales, lo cual provoca sentimientos desagradables, debilitadores, con signos de activación fisiológica de mostrar incapacidad de controlar la situación. En términos generales podemos decir que la respuesta del estrés consiste en la reacción inmediata del organismo ante una amenaza real (factor físico) o una percepción de una posible amenaza (factor psicológico) que es difícilmente adaptarse a las demandas del estrés, en la cual el organismo entra en shock y no reacciona de una forma adecuada. Según Goleman (2007) menciona “se desarrollarán emocionalmente mal preparados si, de pequeños, no aprendemos a enfrentar y gestionar adecuadamente los inevitables contratiempos o fracasos que nos depara la vida” (p.244).

Enfoque neuropsicológico Según Seffino A. (2016), es una disciplina fundamental clínica que converge de la neurología y psicología, encargada de estudiar el funcionamiento anómalo del Sistema Nervioso Central como el estrés, relacionados con los procesos cognitivos, emocionales y el comportamiento de las personas. En cuanto a la biología del estrés, según Redolar Ripoll, (2011) el individuo da en forma natural una respuesta al estrés, en el cerebro se da la liberación de corticotropina ubicado en el hipotálamo estimulado por hormonas como noradrenalina, serotonina y el neuropéptido, cual función es estimular la glándula suprarrenal y provocar la secreción del cortisol que actúa en el sistema nervioso provocando conductas de alerta, agresividad y ansiedad en el individuo.

Es importante mencionar que cada vez que el ser humano se encuentra en una situación amenazante, se libera la hormona del estrés que es el cortisol, es

liberada por la corteza suprarrenal a través del eje hipotálamo, pituitario, suprarrenal del cerebro, es importante mencionar que cada vez que se presente una situación de riesgo, los niveles de cortisol se van a aumentar en un periodo corto o extendido que se manifiesta con sudoración excesiva, caída de cabello, problemas de sueño, irritabilidad y en el aspecto emocional provoca inestabilidad, angustia, tristeza y impulsividad.

Enfoque de la Psicología positiva, en los últimos años el renacimiento de la psicología positiva de pensamiento psicológico conocida como la inteligencia emocional ha llevado a grandes investigaciones, para el análisis de procesos cognitivos y emocionales ante sucesos estresantes, sobre la simultaneidad en su ocurrencia de emociones tanto positivas como negativas durante la experiencia de estrés posibilitan la aparición de reacciones beneficiosas.

Las investigaciones se han centrado en aspectos negativos y en sus repercusiones en la salud y en el bienestar de su salud, cual objetivo debería dirigirse hacia el desarrollo afectivo de las personas, promoviendo el estudio de experiencias positivas, para ayudar a percibir al sujeto, las demandas del entorno en posibilidades de oportunidades y no como amenazas.

Enfoque sociocultural, está vinculado a Lev Vygotsky (1978) el conocimiento es un fenómeno profundamente social y debates contemporáneos, cual objetivo es explicar las relaciones entre acción humana y situaciones culturales, institucionales e históricas, como la importancia de aportes teóricos. Considera al hombre como un ser biológico que se rodea de un grupo humano específico, es aportador a la creación de cultura, en las investigaciones se relaciona en salud y enfermedad en tres tendencias fundamentales como el

estudio de discurso popular, como la población hace para mantener salud y luchar para controlar la enfermedad y los condicionantes culturales y económicos para así llevarlo a investigación en el beneficio de desarrollo del humano.

En base a la teoría de la presente investigación, se presentan teorías fundamentales para el estudio; en primer lugar, la Teoría basada en la respuesta proviene del enfoque fisiológico que considera el estrés en términos de respuesta. Asimismo, Hans Selye (1936) desarrollo la teoría del Síndrome General de Adaptación (SGA), explica de como el organismo reacciona ante un estímulo y de cómo es la reacción de las respuestas fisiológicas, que puede ser beneficioso para el organismo o perjudicial para el individuo, además define dos fenómenos que está relacionado a la acción del estrés, como el estresor (físico, psicológico o cognitivo) y la respuesta ante el estrés que lo describe con tres fases, la primera fase es la alarma de reacción (detecta el estresor), la segunda fase de adaptación (el organismo reacciona ante el estresor) y finalmente la tercera fase de agotamiento (se empieza a agotarse las defensas del cuerpo por la intensidad del estresor).

En segundo lugar, Teoría basada en el estímulo proviene del enfoque psicológicos y psicosociales, conceptualiza el estrés como un fenómeno externo que se encuentra centrado en el estímulo del individuo, considera que el strain es un efecto causado por el estrés y la teoría se basa en la ley de elasticidad de Hooke, ostenta que el estrés no debe trascender de los límites de la elasticidad metal porque causaría daños permanentes para el individuo y no retornaría a su estado natural. J. Weitz (1979) propone clasificar en ocho categorías los diferentes tipos de situaciones considerados como estresores (procesar información de forma inmediata, estímulos ambientales desfavorables, percepción de amenaza,

función fisiológica alterada, retraimiento y confinamiento, bloquear y obstaculizar, presión grupal y finalmente frustración al fracaso) modelos prototípicos basados en respuesta como en el estímulo (citado por Cox,1978).

Finalmente, en el tercer lugar la Teoría cognitiva del modelo transaccional proviene del enfoque cognitivo, que cuenta con factores psicológicos que intervienen en los agentes del estrés enfocado en la interacción del estímulo y respuesta. Según, Lazarus y Folkman (1986), definen el estrés como la interacción dinámica de la persona y su entorno ambiental. También, el afrontamiento es estimado por refuerzos cognitivos y conductuales que se van desarrollando en el manejo de las demandas estresantes para afrontar con sus propios recursos.

Posteriormente el modelo se centra en dos procesos, en primer lugar, es la evaluación cognitiva cuenta con tres tipos, la evaluación primaria está centrada en la situación del entorno estresor, segunda evaluación está orientada para enfrentar o buscar estrategias para dar solución al agente estresor en dos fases (orientado al problema con el objetivo de elaborar un plan para la solución del agente estresor y a la emoción para modificar la reacción emocional ante el estrés) y la evaluación terciaria o reevaluación de las dos evaluaciones anteriores para mejorar el afrontamiento al estrés. En segundo lugar, el afrontamiento cuenta con elementos que actúan en el proceso, como los estímulos internos o externos (psicológicos, físicos y sociales), las respuestas (subjetivas, cognitivas o comportamentales), los mediadores (estímulo como amenazante y agotamiento de recursos) y por último los modulares (diversos factores de regulación ante el estrés).

Lazarus y Folkman (1986), sostienen como principales a dos estilos enfocados en el problema y la emoción. Exponen que el afrontamiento centrado

en el problema, es cuando el sujeto pretende cambiar la situación para disminuir la amenaza y se utiliza este estilo para la resolución de problemas como, por ejemplo, la toma de decisión, elaboración de un plan, etc. y el afrontamiento centrado en la emoción, se refiere al esfuerzo de afrontamiento del sujeto para modificar la reacción emocional ante el estrés y se utiliza para la expresión de sentimientos y la búsqueda de soporte.

Asimismo, Macias, Madariaga, Valle y z. (2013) indican que las respuestas del afrontamiento están separadas por dos estrategias, en la primera menciona que está basado en el problema que presenta el manejo del control o cambio de las diferentes situaciones que son provocadas por el estrés. El siguiente esta basado en las emociones que presentan el manejo de respuestas de frente y se vinculan con las emociones ante situaciones estresantes.

También Falcón(2017), identifico las tres dimensiones del afrontamiento en la cual propone el afrontamiento centrado en el problema (se centra en los cambios en situaciones estresantes y su relación con el entorno, mediante la planificación, el afrontamiento activo, la eliminación de actividades y la consideración del apoyo social), el afrontamiento centrado en la emoción (se centra en reducir la tensión provocada por eventos estresantes, mediante el apoyo emocional, reinterpretación objetiva y progreso personal, aceptación, compromiso con la religión y el análisis de las emociones) y por ultimo menciona a otras opciones adicionales para afrontar el estrés (se centra en la evitación de problema y sus consecuencias mediante la negación, comportamiento inapropiado y distracción).

Lazarus y colaboradores elaboraron un instrumento psicométrico basados en auto informes y entrevistas de evaluaciones del afrontamiento, aplicados a un grupo de personas y poder así tener como base de datos para la construcción del instrumento. Cabe señalar que logran realizar el cuestionario WCQ (Ways of Coping Questionnaire) que ostentan en ocho dimensiones y está conformado de la siguiente manera como, la confrontación (dirigidas hacia la situación del estresor), distanciamiento (dejar de lado o evasión del problema), autocontrol (intentar no precipitarse), búsqueda de apoyo social (solicitar consejo ante el problema), aceptación de la responsabilidad (auto responsabilizarse del problema), escape o evitación (evitar contacto con el agente), organización de solución de problemas (contar con un plan de acción) y por ultimo reevaluación positiva (la experiencia aprendida).

Modos de afrontamiento al estrés según, Carver et al.(1989) indica dos posturas que explican las diferencias que influyen en el afrontamiento, en la primera postura expone las estrategias de afrontamiento es de carácter estable, porque ciertas características inducen a la persona a afrontar el estrés con alguna estrategia a largo plazo y en la segunda postura tiene un carácter situacional de las estrategias de afrontamiento, porque se da un proceso dinámico y no tiene relación a los rasgos de personalidad.

Posteriormente Carver et al., (1989) toman el modelo de la teoría de Lazarus y Folkman (1986) e instrumento original, para adaptar por el instrumento psicométrico denominado El Cuestionario de Modos de Afrontamiento del Estrés "COPE" con la finalidad de evaluar los diferentes estilos de afrontamiento al estrés del individuo que cuenta con tres tipos de estilos de afrontamiento y trece modos de estrategias. Los parámetros que intervienen en los modos de afrontamiento al

estrés según H.Ursin y S. Levine (citado por Carver,1989) indican que son tres fases, el control porque se realizó una investigación con ratas que demostró menos manifestaciones biológicas de estrés en el objeto de estudio, el feedback se vincula con la reevaluación subjetiva de la situación de respuesta y por último la predicción se previene la presencia del estrés.

Para finalizar los estilos de afrontamiento son un mecanismo de orden psicológico que influyen en el manejo ante eventos estresantes, además ningún estilo puede considerarse como buena o mala, por lo que es preciso evaluar el contexto cuando se va a seleccionar, el tipo de afrontamiento que se va utilizar en proceso de afrontamiento se debe procurar la interacción con el ambiente y el individuo, como para los aspectos personales ante circunstancias de estrés. (Lazarus y Folkman, 1984).

### 3. HIPOTESIS Y VARIABLES

#### 3.1 Hipótesis

En la presente investigación es de tipo descriptivo; cuyo objetivo es la recopilación de información no requiere de hipótesis.

#### 3.2 Variable

La variable del presente estudio del afrontamiento del estrés, es cualitativa nominal.

En la **definición conceptual**, Lazarus y Folkman (1986) detallan que el afrontamiento es un conjunto de esfuerzos cognitivos y conductuales que se van modificando constantemente, para desarrollar un manejo adecuado ante las demandas de factores estresantes tanto como internas o externas que se tornan desbordantes para él individuo de sus propios recursos.

En la **definición operacional**, se empleará el Cuestionario de Modos de Afrontamiento del Estrés adaptado por Casuso (1996), constan de 52 ítems, que incorpora 3 estilos de afrontamiento (enfocado en el problema, enfocado en la emoción y otros estilos adicionales), que comprenden 13 modos de responder al estrés que cada una de ellas consta de 4 alternativas. El instrumento tiene por objetivo determinar que estilos emplean con más frecuencia ante la situación de estrés. Se especifica en el área de evaluación:

En el primer estilo de afrontamiento enfocado en el problema está formado de acuerdo al afrontamiento activo (1,14,27,40), planificación (,2,15,28,41,), la supresión de otras actividades (3,16,29,42), la postergación de afrontamiento (4,17,30,43) y la búsqueda de apoyo social (5,18,31,44).

En el segundo estilo de afrontamiento enfocado a la emoción se conforma en la búsqueda de soporte emocional (6,19,32,45), reinterpretación positiva y desarrollo personal (7,20,33,46), la aceptación (8,21,34,47), acudir a la religión (9,22,35,48) y análisis de las emociones (10,23,36,79) y por último el tercero se encuentra otros estilos adicionales de afrontamiento como la negación (11,24,37,50), conductas inadecuadas (12,25,38,51) y distracción (13,26,39,52).

El puntaje es obtenido por cada una de las 13 áreas y se multiplica por la constante de 0.25, luego de identificar el puntaje en el perfil, se multiplica por 10. Los puntajes obtenidos se interpretan de la siguiente forma, 25 punto se considera pocas veces emplea esta forma, 50- 75 puntos indica que depende de la circunstancia y 100 puntos es que el sujeto emplea de forma frecuente de afrontar el estrés.

## **4. METOLOGIA DE LA INVESTIGACIÓN**

### **4.1. Tipo, nivel y diseño**

El presente estudio de investigación concierne a un enfoque cuantitativo, de nivel descriptivo, tipo de investigación aplicada y diseño no experimental, porque no se va a manipular la variable, es decir una investigación que consistirá en la observación de los fenómenos o hechos en el ambiente del individuo, como refiere Kerlinger (1988).

Para Hernández y Mendoza (2018), mencionan que la investigación de nivel descriptivo, tiene como propósito indagar las características de la variable sobre una población determinada, consta de un proceso que rige diferentes fenómenos o contextos, con el objetivo de otorgar la descripción de la variable de estudio. Según Valderrama (2013) indica que el tipo de investigación aplicada se mide en la resolución de problemas en un contexto determinado, se enfoca en la búsqueda de aplicación de conocimientos en la realidad social, cultural y científico, con la finalidad de actuar en dicha realidad problemática y así dar una solución.

### **4.2 Población, muestra y muestreo**

La población para Carbajal (2007) indica que está conformada por un conjunto de personas o comunidades que se caracteriza para ejecutar el estudio mediante las observaciones.

La población en el distrito de Chorrillos de Lima Metropolitana está conformada por 97159 habitantes, donde un total de mujeres es de 48613 y el

total de varones es 48546, de donde se consideró un total 384 participantes entre jóvenes (18 a 35 años) y adultos (36 a 64 años) de ambos sexos. (INEI,2021).

La muestra según Velázquez y Rey (1999, p.219) refieren que debe cumplir con ciertas condiciones de probabilidad, para obtener la validez en todo el estudio. Bajo el periodo de la pospandemia del COVID -19, se consideró un tamaño mínimo de muestra para la aplicación de la prueba que fue de 384 participantes, donde quedo conformado con un total de 210 jóvenes en edades de 18 a 35 años y un total de 174 adultos en edades de 36 a 64 años.

Para conseguir el tamaño muestral de la investigación se utilizó la siguiente formula:

$$n = \frac{N * Z^2 * p * q}{d^2 * (N - 1) + Z^2 * p * q}$$

Donde:

N = Total de la población

Z= 2.00 al cuadrado

P= Proporción esperada equivale al 5%

q= 1-p

d= Precisión en nuestra investigación es el 5%

El muestreo que se aplicó es aleatorio simple de tipo probabilístico que garantiza que los participantes tienen la misma oportunidad de participar en la muestra a través de una selección al azar, tomado en cuenta en la población de jóvenes y adultos distrito Chorrillos según el artículo Int.J. Morphol.,35(1).

**Tabla 1**

*Distribución de la frecuencia en función a la edad, en jóvenes y adultos en el distrito de Chorrillos en Lima Metropolitana, 2022.*

	Frecuencia	Porcentaje
18 - 35 años	210	54,7
36 - 64 años	174	45,3
Total	384	100,0

*Nota: En base a la muestra evaluada, se ha encontrado que el 54.75% (210) de los participantes se encuentran en un rango de 18 a 35 años de edad, por lo tanto, la mayor cantidad de la muestra se encuentra en la etapa de la juventud. En cambio, el 45,3% (174) de los participantes se encuentran en un rango de 36 a 64 años de edad, por lo tanto, es menor la cantidad de la muestra que se encuentra en la etapa de la adultez.*

**Tabla 2**

*Distribución de la frecuencia en función al sexo, en jóvenes y adultos en el distrito de Chorrillos en Lima Metropolitana, 2022.*

	Frecuencia	Porcentaje
Mujer	137	35,7
Hombre	247	64,3
Total	384	100,0

*Nota: De acuerdo a la muestra evaluada, se puede evidenciar que el 35,7% (137) de los participantes pertenecen al sexo de la mujer indicando que es menor la cantidad, por lo contrario, el 64,3% (247) de los participantes pertenecen al sexo del hombre, indicando que es la mayor cantidad de la muestra.*

**Tabla 3**

*Distribución de la frecuencia en función al distrito de Chorrillos en Lima Metropolitana, 2022.*

	Frecuencia	Porcentaje
Chorrillos	384	100,0

*Nota: En la base de la muestra evaluada, se ha podido encontrar el 100% (384) de los participantes pertenecen al distrito de Chorrillos de Lima Metropolitana.*

### 4.3 Medios de recolección de información

El instrumento que se empleó, es el Cuestionario de Modos de Afrontamiento del Estrés (COPE) forma disposicional, fue adaptado Casuso (1996) que tiene como objetivo conocer las reacciones o la frecuencia de las personas ante situaciones estresantes. (Código ISSN-DOI: 10.21865/RIDEP42\_95).

#### FICHA TECNICA

**Título Original:** Cuestionario de Modos de Afrontamiento al Estrés (COPE)

**Autor:** Carver, et.al

**Año de creación:** 1989 – EE. UU

**Estilos:** Enfocado en el problema, enfocado a la emoción y en otros estilos de afrontamiento.

**Adaptación:** Casuso (1996), Chau (1998) población universitaria Lima,

**traducido en español:** Salazar C. Víctor (1993) UPCH

- **Tipo de aplicación:** Individual
- **Total, de ítems:** 52 distribuidas en 13 áreas
- **Rango de aplicación:** 16 a más
- **Materiales:** cuestionario con 52 ítems y plantilla de corrección
- **Calificación:** de 1 a 4 puntos por cada respuesta
- **Validez:** 0.42 aceptable
- **Confiabilidad:** 0.55 aceptable

- **Descripción:** El Cuestionario de Estilos de Afrontamiento al Estrés (COPE) tiene como fin identificar la forma en que los sujetos responden frente a situaciones de tensión. Carver y colaboradores elaboraron un cuestionario de 52 ítems, donde se describen los 13 modos de responder al estrés. El instrumento en cuestión, tiene por objetivo determinar las alternativas que más emplea el sujeto.

Propiedades psicométricas originales del instrumento:

El estudio de Carver, Scheier & Weintraub (1989), quienes obtienen los resultados del instrumento en términos de consistencia interna y validez al ser evaluado en universitarios de Estados Unidos. Respecto a la consistencia interna de las escalas mostraron índices alfa de Cron Bach entre 0.45 hasta 0.92; siendo el área débil desentendimiento mental con una alfa menor de 0.60 ( $\alpha = 0.45$ ); y las mediciones de test –retest proporcionaron rangos entre 0.46 y 0.86 a las 8 semanas. Por otro lado, la validez de constructo fue calculada mediante un análisis factorial usando una rotación oblicua; así, se obtiene una fórmula final de 11 factores con valores eigen mayores a 1.0, se considera como aceptable. Salazar V y Sánchez R. (1992) realizaron la validación de ítem- test, emplearon el método llamado criterio de jueces. (DOI: 10.21865/RIDEP42\_95)

Propiedades psicométricas peruanas:

En el Perú, el COPE de 52 ítems fue adaptado por Casuso y colaboradores en 1996, con una muestra de 817 universitarios de Lima. Dando resultados, como el alfa de Cronbach que oscilan entre 0.40 y 0.86, siendo las escalas con confiabilidad más bajas desentendimiento mental ( $\alpha=0.48$ ) y negación ( $\alpha=0.40$ ). A nivel de la validez (0.42) y confiabilidad (0.55), es

considerado como aceptable. (DOI: 10.21865/RIDEP42\_95- Google Académico).

En la investigación se trabajó con una muestra de 253 personas y los resultados se empleó para la validez de constructo mediante la validez ítem-test, utilizando como estadístico el ( r corregido de Pearson), adquiriendo resultados en índices de 0.20 a 0.48 para 38 reactivos valorados como aceptable y 14 reactivos son puntajes menores a 0.20 que obtendrían una valoración deficiente, el análisis factorial se utilizó el método de fórmula de probabilidad, de acuerdo al modelo teórico de 52 ítems se obtuvo el ajuste absoluto por medio de (RMSEA=0.049; IC90% LI=0.045; LS=0.053), (SRMR=0.074); el ajuste comparativo por medio de su índice (CFI=0.64) y (NFI=0.67) y el ajuste parsimonioso a través del (AIC=2292.91), y fiabilidad es de 0.25 a 0.60 aceptable.

#### **4.4 Procedimiento datos**

Los datos de la investigación se obtuvieron a través de medios digitales y de forma presencial, empleando un formulario de Google, donde se aplicó el cuestionario, siendo compartido por algunas plataformas como WhatsApp, correo electrónico, Facebook etc. y de forma presencial como aplicar el cuestionario en físico a los participantes que no tienen dominio en las plataformas digitales y voluntarios, se tuvo en cuenta los cuidados básicos de salud para prevenir contagios, debido a la coyuntura que el país atraviesa en el periodo de la pospandemia del COVID-19 todavía se refleja casos de contagio. Se tomó en cuenta a los participantes que accedieron al consentimiento informado, donde visualizo el objetivo de la investigación, características de la

encuesta, límites de confidencialidad y datos de la investigadora en la investigación (Lorenzo et al.,2015). Se manejó la técnica de la encuesta para la recolección de datos, Según Carrasco (2009), precisa que es una técnica de exploración social, debido a su versatilidad, beneficio, objetividad y sencillez para el proceso de investigación. Se aplicó el cuestionario de modos de Afrontamiento al estrés, forma disposicional adaptado por Casuso et al., (1996). La aplicación de la prueba tuvo una duración 10 minutos aproximadamente y estaba a cargo de la investigadora.

#### **4.5 Procesamiento de información**

Para el proceso de la información, se seleccionó los datos para elaborar la data estadística, así mismo se procesó y empleo en los programas de Microsoft Excel y SPSS versión 25, para obtener los resultados de forma confiable. Una vez configurado la base de datos, se procedió al estudio de pruebas estadísticas, tablas de frecuencia y porcentaje que serán ostentados en las tablas de resultados para el análisis descriptivo.

Codificación: Es el método utilizado para convertir la información obtenida de acuerdo a la variable, en símbolos adecuados y asignar a cada categoría un determinado número para su facilidad en la comprensión, de acuerdo con Pérez, M. (2011).

Tabulación: Se ejecutó de forma manual, sistematizada y computarizada, la elección dependió del formulario, de los ítems, tiempo y recursos financieros o humanos de acuerdo con Ciro, M. (2012).

#### **4.6 Aspectos éticos**

Según Beauchamp y Childress (2001), los principios de la ética profesional, se originaron de la Bioética y de las ciencias Biomédicas, donde presentan cuatro principios fundamentales como en primer lugar, principio de beneficencia o hacer el bien, reducir al mínimo los daños, proteger el bienestar físico, psicológico y social, ayudando a solucionar determinadas necesidades humanas según Bermejo (2002). En segundo lugar está el principio de la no maleficencia, no se puede lastimar o perjudicar a una persona a costa del beneficio para otros, la relación beneficio / riesgo no desfavorable al sujeto de investigación según David y Sutton(2011). En tercer lugar el principio de autonomía el derecho hacer respetar las decisiones sin perjudicar a otros, en creencias, valores personales y culturales en todo momento de acuerdo a Beuchamp et al.,(2002). Últimamente está en cuarto lugar el principio de justicia donde reconoce que todas las personas tienen el derecho equitativo y procuran brindar de forma equilibrada e todo proceso, procedimiento y servicio de calidad según Hortal(2002:155-156). Finalmente, se planteó la redacción, entrega y explicación del consentimiento informado dirigido a los participantes del estudio donde se mantendrá la confidencialidad, solo la investigadora principal podrá manejar los datos de las identificaciones para posibles contactos futuros de verificación de datos u otros que sean relevantes, el resto del equipo podrá solo ver los datos del estudio sin identificadores. Asimismo, es importante recalcar que esta investigación se presentó ante el comité de ética de la Universidad Privada San Juan Bautista para su aprobación y seguir con la investigación.

## 5. ANÁLISIS DE RESULTADOS

### 5.1 Resultados

A continuidad, se presentan los resultados descriptivos de acuerdo al objetivo de la investigación, en determinar el estilo de afrontamiento del estrés según la frecuencia que emplea los participantes de forma frecuente de afrontar el estrés.

**Tabla 4**

*Distribución de la frecuencia del estilo de afrontamiento enfocado en el problema, en jóvenes y adultos en el distrito de Chorrillos en Lima Metropolitana, 2022.*

	Frecuencia	Porcentaje
Depende de las circunstancias	210	54,7
Forma frecuente de afrontar el estrés	174	45,3
Total	384	100,0

*Nota: En la tabla 4, se observa en forma general la muestra del 54,7% (210) de los participantes del estudio afrontan el estrés dependiendo de las circunstancias, mientras que el 45,3% (174) lo emplea de forma frecuente. En tal sentido, se determina que el estilo de afrontamiento enfocado en el problema, lo emplean de forma frecuente de afrontar el estrés, solo 174 participantes de la totalidad de la muestra. Es decir, actúan directamente de forma activa sobre la situación que ha considerado estresante con el fin de utilizar los recursos que posee y minimizar las consecuencias del estrés, los cuales abordan estrategias que emplean un afrontamiento activo, planificación, la supresión de otras actividades, la postergación y la búsqueda de apoyo social.*

**Tabla 5**

*Distribución de la frecuencia del estilo de afrontamiento enfocado en la emoción, en jóvenes y adultos en el distrito de Chorrillos en Lima Metropolitana, 2022.*

	Frecuencia	Porcentaje
Depende de la circunstancias	174	45,3
Forma frecuente de afrontar el estrés	210	54,7
Total	384	100,0

*Nota: En la tabla 5, se observa de forma general la muestra del 45,3 % (174) de los participantes del estudio afrontan el estrés dependiendo de las circunstancias, mientras que el 54,7% (210) emplea de manera frecuente. En tal sentido, se determina que el estilo de afrontamiento enfocado en la emoción lo emplean de forma frecuente de afrontar el estrés, solo 210 participantes de la totalidad de la muestra. Es decir, buscan estrategias mediante la regulación emocional, con la intención de darle un nuevo significado a la situación de angustia que ha determinado como estresante y con la finalidad de rescatar lo positivo de dichas situaciones. Utilizan estrategias que emplean la búsqueda de soporte emocional, reinterpretación positiva y desarrollo personal, la aceptación, acudir a la religión y análisis de las emociones.*

**Tabla 6**

*Distribución de la frecuencia de otros estilos adicionales de afrontamiento, en jóvenes y adultos en el distrito de Chorrillos en Lima Metropolitana, 2022.*

	Frecuencia	Porcentaje
Muy pocas veces emplea esta forma	56	14,6
Depende de la circunstancias	328	85,4
Total	384	100,0

*Nota: En la tabla 6, se observa de forma general la muestra de 14.6% (56) de los participantes del estudio, muy pocas veces emplean estas estrategias, por lo contrario, en la mayoría de 85,4% (328) depende de la circunstancia en la que se encuentre. En tal sentido, se determina que otros estilos adicionales de afrontamiento emplean depende de la circunstancia solo 328 participantes de la totalidad de la muestra. Es decir, que recurren a evadir o no liderar directamente con situaciones de estrés que le genera malestar y angustia, llamadas también estrategias de negación, conductas inadecuadas y distracción.*

**Tabla 7**

*Distribución de la frecuencia del estilo de afrontamiento enfocado en el problema según la edad, en jóvenes y adultos en el distrito de Chorrillos en Lima Metropolitana, 2022.*

		Frecuencia	Porcentaje
<b>Jóvenes</b>	Depende de la circunstancias	210	100,0
<b>Adultos</b>	Forma frecuente de afrontar el estrés	174	100,0
<b>Total</b>		384	100,0

*Nota: En la tabla 7, se observa, en cuanto al estilo de afrontamiento enfocado al problema, un 100% (210) de los participantes jóvenes en edades de 18 a 35 años, son los que se enfocan en el problema dependiendo de las circunstancias, en comparación del 100% (174) de los adultos en edades de 36 a 64 años son los que más utilizan de forma frecuente de afrontar el estrés. Se determina que en los adultos emplean con frecuencia el estilo de afrontamiento enfocado en el problema más que en jóvenes en este periodo de la pospandemia de COVID-19.*

**Tabla 8**

*Distribución de la frecuencia del estilo de afrontamiento enfocado en la emoción según la edad, en jóvenes y adultos en el distrito de Chorrillos en Lima Metropolitana, 2022.*

		Frecuencia	Porcentaje
<b>Jóvenes</b>	Forma frecuente de afrontar el estrés	210	100,0
<b>Adultos</b>	Depende de la circunstancias	174	100,0
<b>Total</b>		384	100,0

*Nota: En la tabla 8, se observa, en cuanto al estilo de afrontamiento enfocado en la emoción, un 100% (210) de los participantes jóvenes en edades de 18 a 35 años, emplean de forma frecuente de afrontar el estrés, Asimismo el 100% (174) de los adultos en edades de 36 a 64 años, dependen de la circunstancia. Se determina que jóvenes emplean con frecuencia el estilo de afrontamiento enfocado en la emoción más que en adultos en este periodo de la pospandemia de COVID-19.*

**Tabla 9**

*Distribución de la frecuencia de otros estilos adicionales de afrontamiento según la edad, en jóvenes y adultos en el distrito de Chorrillos en Lima Metropolitana, 2022.*

		Frecuencia	Porcentaje
<b>Jóvenes</b>	Muy pocas veces emplea esta forma	30	14,3
	Depende de la circunstancias	180	85,7
	<b>Total</b>	210	100,0
<b>Adultos</b>	Muy pocas veces emplea esta forma	26	14,9
	Depende de la circunstancias	148	85,1
	<b>Total</b>	174	100,0

*Nota: En la tabla 9, se observa, en cuanto a otros estilos adicionales de afrontamiento, un 100% (210) de los participantes jóvenes en edades de 18 a 35 años, recurren un 14,3% (30) muy pocas veces emplea esta forma, 85,7% (180) depende de las circunstancias en que se encuentren, Asimismo el 100% (174) de los adultos en edades de 36 a 64 años, un 14,9% (26) emplean muy pocas veces esta forma y 85,1% (148) dependen de la circunstancia en que se encuentran del estilo anteriormente mencionado. Se determina que en los jóvenes y adultos*

emplean dependiendo a la circunstancia otros estilos de afrontamiento en este periodo de la pospandemia de COVID-19.

**Tabla 10**

*Distribución de la frecuencia del estilo de afrontamiento enfocado en el problema según el sexo, en jóvenes y adultos en el distrito de Chorrillos en Lima Metropolitana, 2022.*

		Frecuencia	Porcentaje
<b>Mujer</b>	Depende de la circunstancias	74	54,0
	Forma frecuente de afrontar el estrés	63	46,0
	<b>Total</b>	137	100,0
<b>Hombre</b>	Depende de la circunstancias	136	55,1
	Forma frecuente de afrontar el estrés	111	44,9
	<b>Total</b>	247	100,0

*Nota: En la tabla 10, se observa, en los estilos de afrontamiento enfocados en el problema, el 100% (137) de los participantes son mujeres, donde el 54,0% depende de la circunstancia en la que se encuentren y el 46,0% utilizan de forma frecuente de afrontar el estrés, Asimismo el 100% (247) son hombres, donde el 55,1% (136) dependen de la circunstancia y 44,9% (111) utilizan de forma frecuente de afrontar el estrés, el estilo anteriormente mencionado. Se ha podido identificar de acuerdo al porcentaje en relación al sexo en jóvenes y adultos, las mujeres emplean más el estilo de afrontamiento enfocado en el problema de forma frecuente que los hombres en este periodo de la pospandemia de COVID-19.*

**Tabla 11**

*Distribución de la frecuencia del estilo de afrontamiento enfocado a la emoción según el sexo, en jóvenes y adultos en el distrito de Chorrillos en Lima Metropolitana, 2022.*

		Frecuencia	Porcentaje
<b>Mujer</b>	Depende de la circunstancias	63	46,0
	Forma frecuente de afrontar el estrés	74	54,0
	<b>Total</b>	137	100,0
<b>Hombre</b>	Depende de la circunstancias	111	44,9
	Forma frecuente de afrontar el estrés	136	55,1
	<b>Total</b>	247	100,0

*Nota: En la tabla 11, se observa, en los estilos de afrontamiento enfocado en la emoción, el 100% (137) de los participantes son mujeres, donde, el 46,0% (63) depende de la circunstancia que se encuentren y el 54,0% (74) recurren de forma frecuente de afrontar el estrés, Asimismo el 100% (247) son hombres, 44,9% (111) dependen de la circunstancia y 55,1% (136) utilizan de forma frecuente de afrontar el estrés el estilo anteriormente mencionado. Se ha podido identificar de acuerdo al porcentaje en relación al sexo en jóvenes y adultos, los hombres emplean más el estilo de afrontamiento enfocado en la emoción de forma frecuente que las mujeres en este periodo de la pospandemia de COVID-19.*

**Tabla 12**

*Distribución de la frecuencia de otros estilos adicionales de afrontamiento según sexo, en jóvenes y adultos en el distrito de Chorrillos en Lima Metropolitana, 2022.*

		Frecuencia	Porcentaje
<b>Mujer</b>	Muy pocas veces emplea esta forma	20	14,6
	Depende de la circunstancias	117	85,4
	Total	137	100,0
<b>Hombre</b>	Muy pocas veces emplea esta forma	36	14,6
	Depende de la circunstancias	211	85,4
	Total	247	100,0

*En la tabla 12, se observa, en otros estilos adicionales un 100% (137) de los participantes son mujeres, donde, 14,6% (20) muy pocas veces emplea esta forma y el 85,4% (117) dependiendo de la circunstancia que se encuentren, Asimismo el 100% (247) son hombres, 14,6% (36) muy pocas veces emplea esta forma y 85,4% (211) dependen de la circunstancia que encuentren del estilo anteriormente mencionado. Se ha podido identificar de acuerdo al porcentaje en relación al sexo en jóvenes y adultos, que tanto las mujeres y los hombres recurren a otros estilos adicionales dependiendo a la circunstancia este periodo de la pospandemia de COVID-19.*

## 5.2. DISCUSIÓN

La presente investigación se centró en determinar el estilo de afrontamiento del estrés en jóvenes y adultos en el periodo de la pospandemia del COVID 19, en el distrito de Chorrillos de Lima Metropolitana, 2022.

Las investigaciones se han centrado en aspectos negativos, cuando el objetivo debe dirigirse, al desarrollo afectivos y promoviendo al desarrollo de experiencias positivas, con el propósito de dar al sujeto oportunidades y no como amenazas que altera su salud mental. Para profundizar el análisis descriptivo y la explicación de la variable del afrontamiento al estrés, se menciona que desde el ámbito de la psicología clínica tiene la finalidad de promover estrategias de acuerdo a sus recursos del medio ambiente de los jóvenes y adultos del distrito de Chorrillos en el periodo de la pospandemia del COVID-19, se determinara de que forma emplean estos estilos de afrontamiento del estrés.

De acuerdo a los resultados obtenidos se demuestra, los datos sociodemográficos de la población evaluada según la edad, el 54.7% (210) de los participantes se encuentran en un rango de 18 a 35 años de edad, por lo tanto, la mayor cantidad de la muestra se encuentra en la etapa de la juventud. En cambio, el 45,3% (174) de los participantes se encuentran en un rango de 36 a 64 años de edad, por lo tanto, es menor la cantidad de la muestra que se encuentra en la etapa de la adultez. En relación al sexo de los participantes, se puede evidenciar que el 35,7% (137) de los participantes pertenecen al sexo de las mujeres indicando que es menor la cantidad, por lo contrario, el 64,3% (247) de los participantes pertenecen al sexo de los hombres indicando que es la

mayor cantidad de la muestra y en cuanto a la población evaluada, se ha podido encontrar el 100% (384) de los participantes pertenecen al distrito de Chorrillos de Lima Metropolitana.

Lazarus y Folkman (1986), sostienen que la variable de afrontamiento al estrés como los esfuerzos cognitivos y conductuales que cada ser humano desarrolla para el manejo de algunas demandas específicas, tanto internas como externas, de tal forma contempla el afrontamiento como un proceso de cambio constante de acuerdo al medio en que el individuo interactúa.

En cuanto, ha resultados se determinó según la frecuencia que emplean los participantes, de acuerdo al instrumento de COPE (forma disposicional) se organizan en torno de tres estilos de afrontamiento enfocado en el problema, emoción y a otros estilos adicionales, cada una de los estilos cuentan con estrategias, los puntajes más altos indican que es el estilo que emplean los participantes de forma frecuente de afrontar el estrés.

Por lo tanto, los resultados demostraron en forma general de la muestra que el 45,3% (174) de los participantes del estudio afrontan el estrés enfocándose en el problema. Es decir, actúan de forma activa sobre la situación que ha considerado estresante con el fin de utilizar los recursos que posee y minimizar las consecuencias del estrés, los cuales abordan estrategias que emplean un afrontamiento activo, planificación, la supresión de otras actividades, la postergación y la búsqueda de apoyo social.

Asimismo, también de forma general un 54,7% (210) de los participantes del estudio afrontan el estrés enfocándose en la emoción. Es decir, buscan estrategias mediante la regulación emocional, con la intención de darle un nuevo significado a la situación de angustia que ha determinado como

estresante y con la finalidad de rescatar lo positivo de dichas situaciones. Utilizan estrategias que emplean la búsqueda de soporte emocional, reinterpretación positiva y desarrollo personal, la aceptación, acudir a la religión y análisis de las emociones.

También en la muestra general el 85,4% (328) de los participantes del estudio utilizan otros estilos adicionales. Es decir que recurren a evadir o no liderar directamente con situaciones de estrés que le genera malestar y angustia, llamadas también estrategias de negación, conductas inadecuadas y distracción.

Como mencionan Lazarus y Folkman (1984) los estilos de afrontamiento son un mecanismo de orden psicológico que influyen en el manejo ante eventos estresantes, además ningún estilo puede considerarse como buena o mala, por lo que es preciso evaluar el contexto cuando se va a seleccionar, el tipo de afrontamiento que se va utilizar en el proceso de afrontamiento se debe procurar la interacción con el ambiente y el individuo, como para los aspectos personales ante circunstancias de estrés.

Con respecto a la población según la edad y en relación al estilo de afrontamiento enfocado al problema, un 100% (174) de los adultos en edades de 36 a 64 años son los que más utilizan de forma frecuente de afrontar el estrés. Por lo tanto, se determina que los adultos emplean con frecuencia el estilo de afrontamiento enfocado en el problema más que en jóvenes en este periodo de la pospandemia de COVID-19.

En cuanto, al estilo de afrontamiento enfocado en la emoción, un 100% (210) de los participantes jóvenes, emplean de forma frecuente de afrontar el estrés. Por lo tanto, se determina que los jóvenes emplean con frecuencia el

estilo de afrontamiento enfocado en la emoción más que en adultos en este periodo de la pospandemia de COVID-19.

Por último, otros estilos adicionales de afrontamiento dan un resultado, un 100% (210) de los participantes jóvenes, recurren un 85,7% (180) depende de las circunstancias en que se encuentren, Asimismo el 100% (174) de los adultos también recurren un 85,1% (148) depende de la circunstancia en que se encuentren. Se determinó que tanto en jóvenes y en adultos otros estilos adicionales solo lo emplean dependiendo a la circunstancia en este periodo de la pospandemia de COVID-19.

Con relación al sexo de la población se puede observar que, en los estilos de afrontamiento enfocados en el problema, el 100% (137) de los participantes son mujeres, donde el 46,0% emplean de forma frecuente de afrontar el estrés, Asimismo el 100% (247) son hombres, donde el 44,9% (111) emplean de forma frecuente de afrontar el estrés. Se ha identificado que, de acuerdo al porcentaje en relación al sexo en jóvenes y adultos, las mujeres emplean más el estilo de afrontamiento enfocado en el problema de forma frecuente que los hombres en este periodo de la pospandemia de COVID-19.

También el estilo de afrontamiento enfocado en la emoción, el 100% (137) de los participantes son las mujeres, donde, el 54,0% (74) recurren de forma frecuente de afrontar el estrés, Asimismo el 100% (247) los hombres, donde 55,1% (136) utilizan de forma frecuente de afrontar el estrés. Se ha identificado que, de acuerdo al porcentaje en relación al sexo en jóvenes y adultos, los hombres emplean más el estilo de afrontamiento enfocado en la emoción de forma frecuente que las mujeres en este periodo de la pospandemia de COVID-19.

Finalizando que otros estilos adicionales un 100% (137) de los participantes son mujeres, donde, el 85,4% (117) dependiendo de la circunstancia que se encuentren, Asimismo el 100% (247) son hombres donde, 85,4% (211) dependen de la circunstancia que encuentren del estilo anteriormente mencionado. Se identificó que, de acuerdo al porcentaje en relación al sexo en jóvenes y adultos, que tanto como las mujeres y los hombres recurren a otros estilos adicionales dependiendo a la circunstancia este periodo de la pospandemia de COVID-19.

Asimismo, tener en cuenta que se han realizado muy pocas investigaciones en este periodo de la pospandemia, por tal motivo no descartamos las investigaciones que se realizaron en el periodo de la pandemia del COVID 19 en la investigación. De tal manera Mella, López, Sáez y Valle (2020) su trabajo de investigación tuvo objetivo describir el uso de estrategias en tiempos de Covid 19 en Santiago - Chile, dando como resultado que el estudio aportará a identificar las estrategias de afrontamiento durante la pandemia, complementará la comprensión de las consecuencias de pandemia en miembros de la comunidad.

Complementando con los resultados de los investigadores Espinoza, Tapia (2021) sobre estrategias de afrontamiento del estrés durante la pandemia por COVID-19 en adultos mayores, Lima 2021; demostraron que en la dimensión enfocado al problema tuvo como frecuencia el 96.67%, en la dimensión enfocado en la emoción dio un 83.33% y, por último, en la dimensión enfocado en otros estilos adicionales solo obtuvo 3.33%, concluyendo que los adultos mayores presentan un afrontamiento al estrés de forma inadecuado.

Sin embargo, si analizamos la frecuencia en el presente estudio se obtuvo como resultado que el estilo de afrontamiento enfocado en el problema es de 45.3%, en cambio con la frecuencia del estilo de afrontamiento enfocado a la emoción es de 54.7%, mostramos que no hay una manera inadecuada de afrontar al estrés, más bien es la persona que elige como afrontar la situación de estrés.

## 6. CONCLUSIONES

De acuerdo a los resultados de la investigación realizada se puede obtener las siguientes conclusiones:

PRIMERA: Con respecto a la pregunta general, se concluye que el uso de mayor frecuencia de los estilos de afrontamiento del estrés enfocado en el problema y enfocado en la emoción son los más empleados de forma frecuente de afrontar el estrés por los jóvenes y adultos en el periodo de la pospandemia del COVID 19, en el distrito de Chorrillos de Lima Metropolitana,2022.

SEGUNDA: En relación al objetivo general, se determina que los estilos de afrontamiento al estrés, enfocado en el problema y enfocado en la emoción son los que se emplean de forma frecuente en jóvenes y en adultos, en el periodo de la pospandemia del COVID 19, en el distrito de Chorrillos de Lima Metropolitana,2022.

TERCERA: Respecto al primer objetivo, se determina que el estilo de afrontamiento enfocado en el problema, en adultos emplean de forma frecuente y está relacionado a la evaluación cognitiva de cada individuo, frente a eventos estresores en el periodo de la pospandemia del COVID 19, en el distrito de Chorrillos de Lima Metropolitana,2022.

CUARTA: Respecto al segundo objetivo, se determina que el estilo de afrontamiento enfocado en la emoción, en jóvenes emplean de forma frecuente y

está en relacionado a la regularización emocional, valoración del evento estresor y con la finalidad de rescatar lo positivo en el periodo de la pospandemia del COVID 19, en el distrito de Chorrillos de Lima Metropolitana,2022.

QUINTA: Respecto al tercer objetivo, se determina que otros estilos adicionales de afrontamiento al estrés, en jóvenes y adultos solo lo emplean dependiendo de las circunstancias, recurren a este tipo estrategia, evitativas como el de no lidiar emociones, centrándose en aspectos negativos y se culpan a sí mismos en el periodo de la pospandemia del COVID 19, en el distrito de Chorrillos de Lima Metropolitana,2022.

SEXTA: Respecto al cuarto objetivo, se identificó el estilo de afrontamiento del estrés según edad que con frecuencia los participantes, jóvenes de 18 a 35 años es el estilo de afrontamiento enfocado en la emoción y por lo contrario en participantes adultos de 36 a 64 años utilizan el estilo de afrontamiento enfocado en el problema, en el periodo de la pospandemia del COVID 19, en el distrito de Chorrillos de Lima Metropolitana,2022.

SÉPTIMA: Respecto al quinto objetivo, se identificó el estilo de afrontamiento del estrés según el sexo que más recurren los participantes, en el sexo de las mujeres recurren al estilo de afrontamiento enfocado en el problema de forma frecuente y por lo contrario el sexo de los hombres recurre al estilo de afrontamiento enfocado en la emoción, en el periodo de la pospandemia del COVID 19, en el distrito de Chorrillos de Lima Metropolitana,2022.

## 7. RECOMENDACIONES

Según los resultados obtenidos del estudio se sugiere lo siguiente:

PRIMERO: Se recomienda a los investigadores psicólogos a continuar en la presente investigación con la variable en el periodo de la pospandemia del COVID-19, que mantendrá estragos en los años consiguientes afectando a la salud mental y con la finalidad de incrementar conocimientos que beneficien a futuros investigadores.

SEGUNDO: Plasmar estudios semejantes con otras variables que permitan ampliar los conocimientos y confrontar con los resultados de esta investigación descriptiva, con el objetivo de reforzar y estimular estrategias saludables que permitan afrontar el estrés en diferentes acontecimientos de la vida.

TERCERO: El Cuestionario de Modos de Afrontamiento del estrés (COPE) a nivel metodológico constituye una herramienta válida y confiable que pueden ser utilizados en la población del Perú por su fácil entendimiento y aplicación. Se recomienda como herramienta para aportar en el seguimiento en la salud mental de la población que han sido expuestos durante la pandemia y en sus diversas situaciones de cuadros estrés.

## 8. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

Acosta M, Greca M.(2020). “Estilos de afrontamiento del estrés en maestros de educación especial y maestros de enseñanza primaria, de la ciudad de Villaguay”. Tesis para optar por el título de Psicólogo Clínico. Universidad Católica Argentina- Santa María de los Buenos Aires, Argentina.

<https://repositorio.uca.edu.ar/bitstream/123456789/10593/1/estilos-afrontamiento-estres-maestros.pdf>

Berra R., E.; Muñoz M., Sandra I; Vega V., Cynthia Z.; Silva R., A; Gómez E, (2016). Revista Intercontinental de Psicología y Educación. Emociones, estrés y afrontamiento en adolescentes desde el modelo de Lazarus y Folkman / (16), 37-57 Fuente: Universidad Intercontinental Distrito Federal, México.

<https://www.redalyc.org/pdf/802/80230114003.pdf>

Calume D, Espita C, (2020). “Principales estilos de afrontamiento que utilizan los cuidadores primarios de niños con cáncer en cualquiera de las etapas de la enfermedad que residen en Córdoba Colombia, 2020”. Tesis para optar por el título de Psicólogo Clínico Universidad de Córdoba, Colombia.

<https://repositorio.unicordoba.edu.co/bitstream/handle/ucordoba/4272/yexamileespitia-luisafernandacalumediaz.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Canelo.E y Serpa.B. A, (2018) Confirmatory analysis of the instrument Coping with Stress (COPE) in women with violence in relationship. *Revisit the Investigation end Psychologies* Vol.21-N.1-2018, (pp.79-86).

DOI: <http://dx.doi.org/10.15381/rinvp.v21i1.15114>

Cirami L, Córdoba E, Ferrari L (2020). Estrategias de afrontamiento del estrés laboral en trabajadores de la salud y reflexiones acerca de las transformaciones organizacionales a partir de la pandemia de COVID-19.

Artículo *UCES* Vol. 24 Núm. 2 (2020): Pandemia – Universidad de ciencias empresariales y sociales, Barcelona España. ISSN electrónico: 1852-7310.  
<https://publicacionescientificas.uces.edu.ar/index.php/subyprocog/article/view/1047/1065>

Dextre, V.L.I. (2019). Propiedades Psicométricas del Cuestionario Modos de Afrontamiento al Estrés (COPE) en Personal del Ejército Peruano, Huaraz-2019. Tesis de título profesional, Universidad Cesar Vallejo (Perú). Recuperado  
<https://hdl.handle.net/20.500.12692/41004>

Donald Meichenbaum, Universidad de Waterloo, Traducción de Jordi Fibla Revisión de Josep Toro: Stress inoculation training, publicado por acuerdo con Headington Hill Hall, England © 1985, Pergamon Press Inc. © 1987, Ediciones Martínez Roca, S.  
<https://pavlov.psyciencia.com/2012/12/Manual-de-inoculacion-de-estresocr.pdf>

Espinoza A, Tapia T (2021). Estrategias de afrontamiento del estrés durante la pandemia por COVID-19 en adultos mayores, Lima 2021. (Tesis de licenciatura). Universidad Cesar Vallejo. Lima, Perú. Recuperado de  
[https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/91141/Espinoza\\_AFP-Tapia\\_TDRLM-SD.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/91141/Espinoza_AFP-Tapia_TDRLM-SD.pdf?sequence=1&isAllowed=y)

Espinoza E, Leiva C & Adriano R (2022). Estilos de afrontamiento al estrés y satisfacción con la vida en una muestra de adultos peruanos en el contexto del COVID-19. *Revista Academio* Vol.9 Num.2 (2022), Perú  
<https://doi.org/10.30545/academo.2022.jul-dic.3>

Espinoza C. (2021). Estilos de afrontamiento al estrés y satisfacción con la vida en una muestra de adultos peruanos en el contexto del COVID-19. (tesis de titulación). Universidad Peruana Unión, Perú. Recuperado

[https://repositorio.upeu.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12840/4974/Elsa\\_Tesis\\_Licenciatura\\_2021.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://repositorio.upeu.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12840/4974/Elsa_Tesis_Licenciatura_2021.pdf?sequence=1&isAllowed=y)

Gonzales, L. (2020). Afrontamiento al estrés y estrés familiar en millennials de Lima Metropolitana, Perú, 2020. Tesis de grado de maestra de ciencias, Universidad Peruana Unión. Lima, Perú. Recuperada de [https://repositorio.upeu.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12840/4150/Raquel\\_Tesis\\_Maestro\\_2020.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://repositorio.upeu.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12840/4150/Raquel_Tesis_Maestro_2020.pdf?sequence=1&isAllowed=y)

Gómez Ortiz, Vivola Richard Stanley Lazarus (2016) Fuente: Fundación Universitaria Konrad Lorenz Bogotá, Colombia. Revista Latinoamericana de Psicología. / (37),207-209.  
[Richard Stanley Lazarus \(1922-2002\) \(redalyc.org\)](https://www.redalyc.org/)

Gonzales, L.M. (2017) Estrategias de afrontamiento al estrés en tres grupos de estudiantes de la universidad de Chile: deportistas seleccionados, deportistas aficionados y alumnos inactivos. Tesis para obtener Título, Universidad De Chile Facultad De Ciencias Sociales Departamento De Psicología Carrera De Psicología, Recuperado:  
[URI: http://repositorio.uchile.cl/handle/2250/174479](http://repositorio.uchile.cl/handle/2250/174479)

Jiménez, V.C. y Lavado, O.S. (2020) Estrategias de afrontamiento y confinamiento por covid-19. Tesis para obtener el título, Universidad de Bogotá, Colombia. Recuperado:  
<http://hdl.handle.net/10554/52450>

JHU CSSE COVID-19 (25 de febrero de 2021). Las cifras de cada día indican los casos nuevos informados desde el día anterior.  
[systems.jhu.edu/research/public-health/ncov/](https://systems.jhu.edu/research/public-health/ncov/)

Lazo, A. (2020) Estilo de afrontar el estrés y satisfacción laboral en docente de nivel secundario del colegio Gregorio Martinelli –Talavera, 2019. Tesis para titulación. Universidad Autónoma de Ica Facultad de Ciencias de la salud Programa Académica de Psicología. Chíncha, Ica – Peru.

<http://repositorio.autonomadeica.edu.pe/bitstream/autonomadeica/1042/1/Sergio%20Lazo%20Avenda%c3%b1o.pdf>

Ministerio de Salud Mental (2021). Centros de Salud Mental Comunitario (CSMC). Perú

<http://www.minsa.gob.pe/salud-mental/img/salud-mental-banner033.png>

Mero, C.I.A. (2020) Estrategias de afrontamiento y niveles de ansiedad en pacientes con insuficiencia renal crónica en tratamiento hemodialítico. Tesis de Titulación, Universidad Central del Ecuador, Recuperado: <http://www.dspace.uce.edu.ec/handle/25000/2>

Mella N, López A, Sáez D & Del Valle (2020). estrategias de afrontamiento en apoderados durante el confinamiento por la covid-19, Ciencia Americana (2020) vol,9(2) Chile.

DOI <https://doi.org/10.33210/ca.v9i2.324>

Narváez J, Obando G, Hernández O, De la Cruz G. Bienestar psicológico y estrategias de afrontamiento frente a la COVID-19 en universitarios. Univ. Salud. Recuperado: 2021;23(3):207-216. DOI:

<https://doi.org/10.22267/rus.212303.234>

Padrón-Guillén, J. (1999): El Concepto de Línea de Investigación y sus Implicaciones. Caracas: UNESR/LINEA-i

Sierra, Juan Carlos; Ortega, Virgilio; Zubeidat. Fuente: Universidad de Fortaleza, Brasil. Revista Mal-estar E. Ansiedad, angustia y estrés: tres conceptos a diferenciar Subjetivada, de, vol. / (3), 10 - 59

<https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=27130102>

Rafael R, Castaneda B (2021) Calidad de vida y afrontamiento al estrés en efectivos policiales durante la pandemia COVID-19-Huancayo 2021(tesis de titulación). Universidad Continental, Perú. Recuperado

[https://repositorio.continental.edu.pe/bitstream/20.500.12394/11054/1/IV\\_FHU\\_501\\_TE\\_Castaneda\\_Rafael\\_2021.pdf](https://repositorio.continental.edu.pe/bitstream/20.500.12394/11054/1/IV_FHU_501_TE_Castaneda_Rafael_2021.pdf)

Reyes B, Tonato A (2021). Afrontamiento al estrés y bienestar psicológico en una escuela superior militar. (Tesis de titulación). Universidad Central del Ecuador. Quito, Ecuador. RECUPERADO

<http://www.dspace.uce.edu.ec/bitstream/25000/24208/1/UCE-FCPREYES%20GLORIA-TONATO%20CELIA.pdf>

Oviedo A, (2021). Estilos de afrontamiento al estrés y bienestar psicológico en ingresantes a una universidad pública del Callao. (Tesis para el grado académico de maestra de Psicología). Universidad Ricardo Palma. Lima, Perú. Recuperada

[https://repositorio.urp.edu.pe/bitstream/handle/20.500.14138/4305/M-PSICT030\\_25473498\\_M%20%20%20OVIEDO%20ALVAREZ%20ANA%20OMAR%c3%8dA.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://repositorio.urp.edu.pe/bitstream/handle/20.500.14138/4305/M-PSICT030_25473498_M%20%20%20OVIEDO%20ALVAREZ%20ANA%20OMAR%c3%8dA.pdf?sequence=1&isAllowed=y)

Organización Panamericana de la Salud (2020). Cuidado de la Salud Mental del personal de la salud en contexto del COVID-19.

<https://www.paho.org/es>

Organización Mundial de la Salud (2020). Salud Ocupacional. La organización del trabajo y el estrés. Perú.

[https://www.who.int/occupational\\_health/publications/pwh3rev.pdf?ua=1](https://www.who.int/occupational_health/publications/pwh3rev.pdf?ua=1)

Zapata, M.A.R. (2019). Estrategias de afrontamiento frente al estrés en Adultos Mayores institucionalizados y no institucionalizados en la ciudad de Sullana y Piura. Tesis de título profesional, Universidad Cesar Vallejo (Perú). Recuperado:

<https://hdl.handle.net/20.500.12692/38132>.

## **ANEXOS**

## ANEXO 01 MATRIZ DE CONSISTENCIA

TÍTULO	PROBLEMA	OBJETIVOS	HIPÓTESIS	VARIABLE			
Afrontamiento del estrés en jóvenes y adultos en el periodo de la pospandemia del COVID- 19, en el distrito de chorrillos de lima metropolitana,20 22  Clínica Salud y bienestar	<b>General</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ General</li> <li>➤ Determinar el estilo de afrontamiento del estrés en jóvenes y adultos en el periodo de la pospandemia del COVID 19, en el distrito de Chorrillos de Lima Metropolitana,2022.</li> </ul>	En la presente investigación es de tipo descriptivo; cuyo objetivo es la recopilación de información no requiere de hipótesis.	<b>Dimensión</b>	<b>Indicador</b>	<b>Escala de Medición</b>	
	¿Qué estilo de afrontamiento del estrés emplean los jóvenes y adultos en el periodo de la pospandemia del COVID 19, en el distrito de Chorrillos de Lima Metropolitana,20 22?		<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Determinar el estilo de afrontamiento del estrés enfocado en el problema en jóvenes y adultos en el periodo de la pospandemia del COVID 19, en el distrito de Chorrillos de Lima Metropolitana,2022.</li> <li>➤ Determinar el estilo de afrontamiento del estrés enfocado en la emoción en jóvenes y adultos en el periodo de la pospandemia del COVID 19, en el distrito de Chorrillos de Lima Metropolitana,2022.</li> <li>➤ Determinar el estilo de afrontamiento del estrés enfocado en otros estilos adicionales en jóvenes y adultos en el periodo de la pospandemia del COVID 19, en el distrito de Chorrillos de Lima Metropolitana,2022.</li> <li>➤ Identificar el estilo de afrontamiento del estrés según la edad en jóvenes y adultos en el periodo de la pospandemia del COVID 19, en el distrito de Chorrillos de Lima Metropolitana,2022.</li> <li>➤ Identificar el estilo de</li> </ul>		Estilos de afrontamiento enfocado en el problema.	Afrontamiento activo	Nominal
						Planificación	
						La supresión de otras actividades	
						La postergación del a afrontamiento	
					La búsqueda del apoyo social		
					Estilos de a frotamiento enfocado a la emoción. Otros estilos	La búsqueda de soporte emocional	
						Reinterpretación positiva y desarrollo personal	
						La aceptación	
						Acudir a la religión	
Análisis de las emociones							
Adicionales de afrontamiento.	Negación						
	Conductas inadecuadas						
	Distracción						

		afrontamiento del estrés según el sexo en jóvenes y adultos en el periodo de la pospandemia del COVID 19, en el distrito de Chorrillos de Lima Metropolitana,2022.		Edad	Jóvenes y adultos	
				Sexo	Femenino y Masculino	
TIPO Y DISEÑO		POBLACION Y MUESTRA	TÉCNICAS E INSTRUMENTOS	METODO DE ANALISIS ESTADISTICO		
Descriptivo -no experimental		<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Distrito Chorrillos</li> <li>➤ Jóvenes y adultos</li> <li>➤ 384 participantes</li> </ul>	COPE			

## ANEXO 02 OPERACIONALIZACIÓN DE VARIABLE

VARIABLE	DEF. CONCEPTUAL	DEF. OPERACIONAL	DIMENSIONES	INDICADORES	ÍTEMS	ESCALA DE MEDICIÓN	NIVELES Y RANGOS POR DIMENSION
Afrontamiento del estrés	Lazarus y Folkman (1986) definen el afrontamiento como refuerzos cognitivos y conductuales que se van desarrollando para manejar las demandas internas y externas de factores estresantes que se vuelven desbordantes para los recursos del ser humana.	Se utilizará el Cuestionario de Modos de Afrontamiento del Estrés adaptado por Casuso (1996), constan de 52 ítems, que incorpora 3 estilos de afrontamiento (enfocado en el problema, enfocado en la emoción y otros estilos adicionales), que comprenden 13 modos de responder al estrés que cada una de ellas consta de 4 alternativas. El puntaje se obtiene de cada una de las 13 áreas y se multiplica por la contante de 0.25, luego de identificar el puntaje en el perfil y se multiplica por 10. Los puntajes obtenidos se interpretan de la siguiente forma, 25 puntos se considera que muy pocas veces emplea esta forma, 50- 75 puntos indica que depende de la circunstancia y 100 puntos es que el sujeto emplea de forma frecuente de afrontar el estrés.	Estilos de afrontamiento enfocados en el problema	Afrontamiento activo	1,14,27,40	Nominal	Frecuencia de afrontamiento se aplica para todas las dimensiones:  25 puntos: muy pocas veces emplea esta forma 50-75 puntos: depende de las circunstancias 100: forma frecuente de afrontar el estrés.
				Planificación	2,15,28,41		
				Supresión de otras actividades	3,16,29,42		
				La postergación del afrontamiento	4,17,30,43		
			Estilos de afrontamiento enfocado en la emoción	La búsqueda de Apoyo social	5,18, 31,44		
				La búsqueda del soporte emocional	6,19,32,45 10,23,36,49		
				Reinterpretación positiva y el desarrollo personal	7,20,33,46		
				La aceptación	8,21,34,47		
				Acudir a la religión	9,22,35,48		
			Otros estilos adicionales de afrontamiento	Análisis de las emociones	10,23,36,49		
				Negación	11,24,37,50		
				Conductas inadecuadas	12,25,38,51		
				Distracción	13,26,39,52		

**ANEXO 03 INSTRUMENTO DE EVALUACIÓN**  
**CUESTIONARIO DE MODOS DE AFRONTAMIENTO AL ESTRÉS**  
**FORMA DISPOSICIONAL**

**Desea participar de la investigación:** SI  NO  (marque con x la respuesta)

**Iniciales del participante:** \_\_\_\_\_ **Edad:** \_\_\_\_\_ años

**Sexo:** Mujer  Hombre  **Distrito donde vive:** \_\_\_\_\_

**Distrito donde trabaja:** \_\_\_\_\_ **Ocupación:** \_\_\_\_\_

**Instrucciones**

Nuestro interés es conocer cómo las personas responden cuando enfrentan a situaciones difíciles o estresantes. Con este propósito en el presente cuestionario se pide indicar qué cosas hace o siente con más frecuencia cuando se encuentra en tal situación. Seguro que diversas situaciones requieren respuestas diferentes, pero piense en aquellos **QUE MAS USA**. No olvide responder todas las preguntas teniendo en cuenta las siguientes

alternativas:

**NUNCA ( NO )**

**SIEMPRE ( SI )**

**Marque con una X la respuesta que usted considere.**

Nº	PREGUNTA	SI	NO
1	Ejecuto acciones adicionales para deshacerme del problema		
2	Elaboro un plan de acción para deshacerme del problema		
3	Dejo de lado otras actividades para concentrarme en el problema		
4	Me esfuerzo esperando el momento apropiado para enfrentar el problema.		
5	Pregunto a personas que han tenido experiencias similares sobre lo que hicieron.		

6	Hablo con alguien sobre mis sentimientos.		
7	Busco algo bueno de lo que está pasando.		
8	Aprendo a convivir con el problema.		
9	Busco la ayuda de Dios.		
10	Emocionalmente me perturbo y libero mis emociones		
11	Me niego a aceptar que el problema ha ocurrido.		
12	Dejo de lado mis metas		
13	Me dedico a trabajar o realizar otras actividades para alejar el problema de mi mente		
14	Concentro mis esfuerzos para hacer algo sobre el problema		
15	Elaboro un plan de acción		
16	Me dedico a enfrentar el problema, y si es necesario dejo de lado otras actividades		
17	Me mantengo alejado del problema sin hacer nada, hasta que la situación lo permita		
18	Trato de obtener el consejo de otros para saber que hacer con el problema		
19	Busco el apoyo emocional de amigos o familiares		
20	Trato de ver el problema en forma positiva		
21	Acepto que el problema ha ocurrido y no podrá ser cambiado		

22	Deposito mi confianza en Dios		
23	Libero mis emociones		
24	Actúo como si el problema no hubiera sucedido realmente.		
25	Dejo de perseguir mis metas		
26	Voy al cine o miro la TV, para pensar menos en el problema		
27	Hago paso a paso lo que tiene que hacerse		
28	Me pongo a pensar más en los pasos a seguir para solucionar el problema		
29	Me alejo de otras actividades para concentrarme en el problema		
30	Me aseguro de no crear problemas peores por actuar muy pronto.		
31	Hablo con alguien para averiguar más sobre el problema		
32	Converso con alguien sobre lo que me está sucediendo.		
33	Aprendo algo de la experiencia		
34	Me acostumbro a la idea de que el problema ya ha sucedido		
35	Trato de encontrar consuelo en mi religión		
36	Siento mucha perturbación emocional y expreso esos sentimientos a otros		
37	Me comporto como si no hubiese ocurrido el problema		
38	Acepto que puedo enfrentar al problema y lo dejo de lado		

39	Sueño despierto con otras cosas que no se relacionen al problema		
40	Actúo directamente para controlar el problema		
41	Pienso en la mejor manera de controlar el problema		
42	Trato que otras cosas no interfieran en los esfuerzos que pongo para enfrentar el problema		
43	Me abstengo de hacer algo demasiado pronto		
44	Hablo con alguien que podría hacer algo concreto sobre el problema		
45	Busco la simpatía y la comprensión de alguien.		
46	Trato de desarrollarme como una persona a consecuencia de la experiencia		
47	Acepto que el problema ha sucedido		
48	Rezo más de lo usual		
49	Me perturbo emocionalmente y estoy atento al problema		
50	Me digo a mí mismo : "Esto no es real"		
51	Disminuyo los esfuerzos que pongo para solucionar el problema		
52	Duermo mas de lo usual		

**¡ GRACIAS POR TU PARTICIPACIÓN !**

## ANEXO 04 AUTORIZACIÓN DE USO DEL INSTRUMENTO



UNIVERSIDAD PRIVADA SAN JUAN BAUTISTA

OFICINA DE GRADOS Y TITULOS

### INFORME DE PERMISO DE APLICACIÓN DE INSTRUMENTO

San Borja, 17 de diciembre del 2022

La investigación del Bachiller en PSICOLOGIA **MARCAS QUISPE GINA** de código universitario 171020245U, perteneciente al programa de estudios de Psicología ha solicitado revisión de su investigación y la posibilidad de no ser necesario el permiso de aplicación de instrumento (lugar donde se ha extraído datos e información).

La investigación titulada "AFRONTAMIENTO DEL ESTRÉS EN JÓVENES Y ADULTOS EN EL PERIODO DE LA POSPANDEMIA DEL COVID- 19, EN EL DISTRITO DE CHORRILLOS DE LIMA METROPOLITANA, 2022", no requiere de permiso de aplicación de instrumento (recolección de datos) debido a que es información pública, base de datos pública u otros que no corresponde de permiso.

Se ha determinado posterior a la revisión de la investigación y se consideró no necesario el permiso de aplicación (lugar donde se ha extraído datos e información), revisado por el Docente asesor Barboza Zelada Luis Alberto y el programa de estudios mediante el Docente revisor Mercedes Patricia Morales Velásquez.



Luis Alberto Barboza Zelada  
Docente en Psicología  
C. Pse. P. 30115

Asesor: Luis Alberto Barboza Zelada

DNI: 07068974



Revisor de escuela: Mercedes Patricia Morales Velásquez

DNI: 40515074

# ANEXO 05 AUTORIZACION PARA USO DEL INSTRUMENTO DE MEDICION



International Journal of Psychology and  
Psychological Therapy  
ISSN: 1577-7057  
riotp@ual.es  
Universidad de Almería  
España

Castaño, Elena Felipe; León del Barco, Benito  
Estrategias de afrontamiento del estrés y estilos de conducta interpersonal  
International Journal of Psychology and Psychological Therapy, vol. 10, núm. 2, junio, 2010, pp. 245-  
257  
Universidad de Almería  
Almería, España

Disponible en: <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=56017095004>

International Journal of Psychology and Psychological Therapy

2010, 10, 2, pp. 245-257

## **Estrategias de afrontamiento del estrés y estilos de conducta interpersonal**

**Elena Felipe Castaño\* y Benito León del Barco**

*Universidad de Extremadura, España*

### **ABSTRACT**

*Coping Strategies and Interpersonal Behavior Profiles.* The objective of the present study was to describe the relationships between interpersonal behavior and self-reported coping strategies in a sample of 162 university students (125 females and 37 males) in general stress and interpersonal stress situations, using the Interpersonal Adjective Scales and the Coping Strategies Inventory. The results show statistically significant differences about coping strategies used by participants in both situations, and significant correlations between interpersonal profiles and coping strategies. We discussed the relationship between personality and coping from the interpersonal theory of personality point of view, and the concepts of coping styles and coping strategies.

*Key words:* interpersonal behavior, coping strategies, personality, interpersonal circumplex.

### **RESUMEN**

El objetivo del estudio es describir las relaciones entre el estilo de conducta interpersonal auto-informado y las estrategias de afrontamiento en una muestra de 162 estudiantes universitarios (125 mujeres y 37 varones) ante situaciones de estrés general y estrés interpersonal. Para ello se emplearon las Escalas de Adjetivos Interpersonales y el Inventario de Estrategias de Afrontamiento. Se encontraron diferencias estadísticamente significativas

## **ANEXO 06 CONSENTIMIENTO INFORMADO**

### **CONSENTIMIENTO INFORMADO PARA SER PARTICIPANTE EN EL ESTUDIO**

El propósito de este estudio es determinar el estilo de afrontamiento en jóvenes y adultos en el periodo de la pospandemia del COVID 19, en el distrito de Chorrillos de Lima Metropolitana, 2022. Todos los participantes completarán un cuestionario demográfico y se le realizarán preguntas del Cuestionario de Modos de Afrontamiento al Estrés–COPE instrumento relacionados a la salud mental. Su participación en el estudio se dará en un solo momento y es VOLUNTARIA, nadie puede obligarlo a participar si no lo desea. Debe también saber que toda la información que brinde será guardada CONFIDENCIALMENTE, es decir, sólo será conocida por las personas autorizadas que trabajan en este estudio y por nadie más. Si acepta participar en el estudio y firma este consentimiento sucederá lo siguiente: Para el propósito de esta investigación, todas las preguntas se le están realizando de manera virtual para que sea autoadministrada, es decir, Ud. respondería las preguntas con sólo leerlas. La encuesta tiene una duración aproximada de 10 minutos. Se tienen preguntas con datos demográficos sobre Ud., además de las preguntas del instrumento, El Cuestionario de Modos de Afrontamiento al Estrés (COPE). Sus respuestas serán registradas en una base electrónica provista por la plataforma Google Forms de link (<https://forms.gle/X2NoT9vC79WUt2bXAk>), la que nos asegura la confidencialidad de sus datos.

Participar en una investigación puede involucrar pérdida de la privacidad. Si bien sus respuestas van a estar en la internet, estamos usando una plataforma segura para almacenar sus datos, los cuales son encriptados y solo los investigadores serán quienes conozcan la información y serán usados con fines de investigación científica. Le aseguramos que la información que proporcione se guardará con la mayor confidencialidad posible. Su nombre no va a ser utilizado en ningún reporte o publicación que resulte de este estudio. Le solicitaremos pueda Ud. crear un código de participante. Su nombre y dirección, así como su número de teléfono o dirección de correo electrónico, en caso los

proporcione, serían asegurados mediante uso de contraseñas para su acceso. Algunas preguntas podrían causar incomodidad, pero puede no contestarlas y puede también interrumpir la encuesta en cualquier momento.

Si participa del estudio, ayudaría a la comunidad científica a conocer el estado de algunos aspectos de la salud mental en la población del Distrito de Chorrillos de Lima Metropolitana, Perú, especialmente relacionados al afrontamiento del estrés.

La información que usted proporcione podría ayudarle a usted o a otras personas en la comunidad para conocer su estado de afrontamiento del estrés y otros aspectos de la salud mental conociendo tempranamente su estado. Además Ud. puede solicitar los resultados de algunos “test” que haya completado en la encuesta. Finalmente Ud. podrá acceder a información sobre recomendaciones para una adecuada salud mental, disponibles en el link: <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=56017095004>

Este estudio podría ayudar en el futuro a diseñar mejores programas de diagnóstico, o mejorar el manejo temprano del afrontamiento del estrés y otros aspectos de la salud mental en el Distrito de Chorrillos de Lima Metropolitana, Perú. Usted puede decidir no participar en este estudio. No habrá una compensación económica por su participación en el estudio.

La participación en este estudio en cualquiera de los test realizados no implica algún costo para Ud. Para este estudio, no realizaremos alguna colección de muestras biológicas. Sin embargo, le consultaremos si Ud. desea ser contactado para futuros estudios que sí incluyan muestras biológicas para evaluar marcadores predisponentes relacionados a la salud mental. Obtener información de un estudio como este puede demorar años, ya que investigar es un proceso largo y complejo. Al final de este consentimiento se le preguntará si desea recibir información de los resultados del estudio (publicaciones y/o exposición global de resultados en eventos científicos).

Las únicas personas que sabrán de su participación son los integrantes del equipo de investigación. Su código de participante será guardado en un archivo electrónico con contraseña u encriptado. No se compartirá la información

provista durante el estudio a nadie, sin su permiso por escrito, a menos que fuera necesario por motivos legales y bajo su conocimiento.

En el caso de cualquier consulta relacionada al estudio y su participación, puede contactar al investigador principal del estudio que pertenece a la UPSJB, Estudiante Gina Marcas Quispe al celular 966848142 en Lima, o por correo electrónico a [G.M.Q.300599@HOTMAIL.COM](mailto:G.M.Q.300599@HOTMAIL.COM)

Al participar en este estudio, usted no está renunciando a ninguno de sus derechos. Si tiene preguntas sobre sus derechos como participante en la investigación; puede contactarse con el Comité Institucional de Ética en Investigación (CIEI) de la UPSJB que se encarga de la protección de las personas en los estudios de investigación. Allí puede contactarse con el Mg. Antonio Flores, Presidente del Comité Institucional de Ética de la Universidad Privada San Juan Bautista al teléfono (01) 2142500 anexo 147 o al correo [ciei@upsjb.edu.pe](mailto:ciei@upsjb.edu.pe) , o acudir a la siguiente dirección: Vicerrectorado de Investigación de la UPSJB, Campus UPSJB, Av. Juan Antonio Lavalle S/N (Ex hacienda Villa), Chorrillos, Lima.

Por favor, indique marcando y escribiendo sus iniciales abajo si desea recibir información general sobre el estudio. Es su responsabilidad hacer saber a los investigadores si su dirección y/o teléfono han sido cambiados. La forma de contactar a los investigadores está bajo el rubro “Contacto con los investigadores”

\_\_\_ Si quiero recibir información general sobre lo que se averiguó con el estudio.

\_\_\_ No quiero recibir ninguna información.

Nos gustaría invitarlo a participar de futuros estudios sobre la Salud Mental. Si está de acuerdo en que pueda ser contactado en el futuro, los investigadores de la Universidad Privada San Juan Bautista de Lima mantendrán un registro con su nombre, número de teléfono o dirección con la finalidad de contactarlo estudios futuros que podrían ser de su interés y para el cual sea elegible.

Al aceptar ser contactado por un estudio futuro, no estará obligado a participar en el mismo y puede solicitar que su nombre sea retirado de la lista en cualquier momento, sin que sus derechos a recibir cualquier servicio se vean afectados.

Por favor, escriba sus iniciales al lado de “Si” o “No”

\_\_\_\_ SI. Deseo ser contactado para futuros estudios de investigación en salud mental, aunque entiendo que este consentimiento no significa que participaré en los mismos.

\_\_\_\_ NO. Por favor, no me contacten para futuros estudios de investigación.

Como evidencia de aceptar participar de la investigación se requiere que elabore un código personal que nos permitirá además mantener la confidencialidad. El código se elaborará considerando su fecha de nacimiento y sus iniciales.

---

Código del Participante

---

Fecha