

**UNIVERSIDAD NACIONAL HERMILIO VALDIZÁN**  
**FACULTAD DE PSICOLOGÍA**  
**ESCUELA PROFESIONAL DE PSICOLOGÍA**  
**CARRERA PROFESIONAL DE PSICOLOGÍA**



**“AFRONTAMIENTO AL ESTRÉS EN PERSONAL DE SALUD DEL  
HOSPITAL II ESSALUD-HUÁNUCO, EN ÉPOCA DE PANDEMIA  
DEL COVID 19 - 2020”**

**LINEA DE INVESTIGACION:**

**“DESARROLLO HUMANO Y SALUD PSICOLÓGICA”**

**TESIS PARA OPTAR EL TÍTULO PROFESIONAL DE LICENCIADO EN  
PSICOLOGÍA**

**TESISTAS:**

**Gutiérrez Magariño, Manuel Antonio**

**Apolín Gómez, Dennis Anthony**

**ASESOR:**

**Cisneros Martinez, Leo**

**HUÁNUCO - PERÚ**

**2022**

## **DEDICATORIA**

Ante todo, agradecer de manera especial a Dios todo poderoso por otorgarnos la vida y ser parte de nuestra fortaleza.

A nuestros padres por ser nuestra motivación e inspiración y brindarnos su apoyo sin pedir nada a cambio, solo queriendo ser motivo de orgullo para ellos con cada uno de nuestros logros y alcanzar nuestro deseo de ser profesionales idóneos y excelentes personas.

## **AGRADECIMIENTO**

A la Universidad Nacional Hermilio Valdizán que nos acogió dentro de sus aulas de clases permitiéndonos desarrollarnos como profesionales, también agradecemos a la carrera Profesional de Psicología en conjunto con la facultad y a cada uno de sus docentes.

Cordialmente damos las gracias a los partícipes en nuestro proceso de enseñanza y aprendizaje, a nuestros docentes que con diversas metodologías difundieron sus conocimientos para enriquecer nuestras mentes y estar preparados hacia un futuro de competencia profesional y laboral.

Extendemos nuestro agradecimiento a nuestro asesor, Mg. Leo Cisneros Martínez, por su apoyo profesional para poder desarrollar esta investigación.

Así mismo, agradecer al personal profesional de salud del Hospital II ESSALUD-Huánuco que participaron de manera sincera con esta investigación.

## RESUMEN

El título de esta investigación fue: “Afrontamiento al estrés en el personal de salud del Hospital II ESSALUD-Huánuco, en época de pandemia del COVID 19 - 2020”. Tuvo como objetivo general determinar las estrategias de afrontamiento al estrés en el personal de salud del Hospital II ESSALUD–Huánuco, en época de pandemia del Covid 19, 2020.

Esta investigación se realizó con la participación de Servidores Públicos que fueron el personal profesional de salud del hospital II EsSalud – Huánuco, 2020, este estudio fue de tipo descriptivo simple, bajo un nivel aplicado, así también tuvo un diseño de investigación no experimental, su población lo conformaron 490 servidores, para la muestra de estudio fue probabilístico donde para ello se aplicó una fórmula siendo el resultado total de la muestra de 211 trabajadores profesionales de salud, para la recolección de datos se aplicó la técnica de la encuesta y como instrumento se empleó el cuestionario de afrontamiento al estrés COPE, la cual estuvo dirigido a personal profesional de salud del hospital II EsSalud – Huánuco.

Como conclusión, en la investigación se logró conocer las estrategias de afrontamiento al estrés en el personal de salud del Hospital II EsSalud–Huánuco, en época de pandemia del Covid 19, 2020. Siendo estas estrategias las siguientes: modo de afrontamiento enfocado al problema, modo de afrontamiento enfocado a la emoción y otros estilos de afrontamiento. Del mismo modo se logró identificar las respuestas de afrontamiento al estrés más utilizados por el personal de salud del Hospital II EsSalud–Huánuco, en época de pandemia del Covid 19, 2020. Fueron 2 los estilos de afrontamiento al estrés más predominantes, una fue el modo de afrontamiento enfocado al problema y el modo de afrontamiento enfocado a la emoción. Y por último también se logró identificar las respuestas de afrontamiento al estrés más utilizados por el personal de salud del Hospital II EsSalud–Huánuco, en época de pandemia del Covid 19, 2020 siendo la respuesta más empleada la afirmativa (si). Se logró comparar las estrategias de

afrontamiento al estrés en función a la ocupación laboral, estado civil y genero del personal de salud del Hospital II EsSalud–Huánuco, en época de pandemia del Covid 19, 2020.

**Palabras claves:** Estrés, afrontamiento, pandemia, estrategias.

## ABSTRACT

The title of this research was: "Coping with stress in the health personnel of Hospital II ESSALUD-Huánuco, in times of the COVID 19 - 2020 pandemic". Its general objective was to determine the strategies for coping with stress in the health personnel of Hospital II ESSALUD-Huánuco, in times of the Covid 19, 2020 pandemic.

This research was carried out with the participation of Public Servants who were the professional health personnel of the hospital II EsSalud - Huánuco, 2020, this study was of a simple descriptive type, under an applied level, as well as a non-experimental research design, its population was made up of 490 servers, for the study sample it was probabilistic where a formula was applied, being the total result of the sample of 211 professional health workers, for data collection the survey technique was applied and as an instrument it was used the COPE stress coping questionnaire, which was aimed at professional health personnel of the II EsSalud - Huánuco hospital.

As a conclusion, in the investigation it was possible to know the strategies of coping with stress in the health personnel of the Hospital II EsSalud-Huánuco, in times of the Covid 19 pandemic, 2020. These strategies are the following: coping mode focused on the problem, emotion-focused coping mode and other coping styles. In the same way, it was possible to identify the coping responses to stress most used by the health personnel of Hospital II EsSalud-Huánuco, in times of the Covid 19 pandemic, 2020. There were 2 most predominant styles of coping with stress, one was the problem-focused coping mode and emotion-focused coping mode. And finally, it was also possible to identify the coping responses to stress most used by the health personnel of Hospital II EsSalud-Huánuco, in times of the Covid 19 pandemic, 2020, the most used response being the affirmative (yes). It was possible to compare stress coping

strategies based on job occupation, marital status and gender of health personnel at Hospital II EsSalud-Huánuco, during the Covid 19 pandemic, 2020.

**Keywords:** Stress, coping, pandemic, strategies.

## INDICE

CARATULA	i
<b>CONTENIDO INTERIOR</b>	
DEDICATORIA	ii
AGRADECIMIENTO	iii
RESUMEN	iv
ABSTRAC	vi
INTRODUCCIÓN	xi
<b>CAPÍTULO I. PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN</b>	
1.1. Fundamentación del problema de investigación	14
1.2. Formulación del problema de investigación general y específicos	17
1.3. Formulación de objetivos generales y específicos	18
1.4. Justificación	18
1.5. Limitaciones	19
1.6. Formulación de hipótesis generales y específicas	20
1.7. Variables	21
1.8. Definición teoría y operacionalización de variables	21
<b>CAPÍTULO II. MARCO TEÓRICO</b>	
2.1. Antecedentes	25
2.2. Bases teóricas	32
2.3. Bases conceptuales	37
2.4. Bases epistemológicas o bases filosóficas o bases antropológicas	38
<b>CAPITULO III. METODOLOGÍA</b>	
3.1. Ámbito	51
3.2. Población	51
3.3. Muestra	52
3.4. Nivel y tipo de estudio	53
3.5. Diseño de investigación	53
3.6. Métodos, técnicas e instrumentos	54
3.7. Validación y confiabilidad del instrumento	56
3.8. Procedimiento	57
3.9. Tabulación y análisis de datos	57



3.10. Consideraciones éticas	58
<b>CAPÍTULO IV. RESULTADOS</b>	59
<b>CAPÍTULO V. DISCUSIÓN</b>	77
<b>CONCLUSIONES</b>	80
<b>RECOMENDACIONES O SUGERENCIAS</b>	82
<b>REFERENCIAS BIBLIOGRAFICAS</b>	83
<b>ANEXOS</b>	85

### ÍNDICE DE TABLAS

Tabla 1 Operacionalización de variables	22
Tabla 2 Población de estudio	51
Tabla 3 Muestra de estudio	53
Tabla 4 Sexo de la muestra estudiada	59
Tabla 5 Estado civil de la muestra estudiada	60
Tabla 6 Edad de la muestra estudiada	61
Tabla 7 Ocupación laboral de la muestra estudiada	62
Tabla 8 Trato de estar ocupado para olvidarme de mis problemas	63
Tabla 9 Busco algo bueno de lo que está pasando	64
Tabla 10 Me dedico a trabajar o realizar otras actividades para alejar el problema de mi mente	65
Tabla 11 Trato de ver el problema en forma positiva	66
Tabla 12 Me pongo a pensar que acciones debo realizar para solucionar el problema	67
Tabla 13 Acepto que el problema ha sucedido	68
Tabla 14 Disminuyo los esfuerzos que pongo para solucionar el problema	69
Tabla 15 Estilos de afrontamientos presentes por ocupación laboral	70
Tabla 16 Estilos de afrontamientos empleados por el personal profesional en cuanto a estado civil	73
Tabla 17 Estilos de afrontamientos presentes del personal profesional por género	75

**ÍNDICE DE GRAFICOS**

Gráfico 1 Género	59
Gráfico 2 Estado civil	60
Gráfico 3 Edad	61
Gráfico 4 Ocupación laboral	62
Gráfico 5 Trato de estar ocupado para olvidarme de mis problemas	63
Gráfico 6 Busco algo bueno de lo que está pasando	64
Gráfico 7 Me dedico a trabajar o realizar otras actividades para alejar el problema de mi mente	65
Gráfico 8 Trato de ver el problema en forma positiva	66
Gráfico 9 Me pongo a pensar que acciones debo realizar para solucionar el problema	67
Gráfico 10 Acepto que el problema ha sucedido	68
Gráfico 11 Disminuyo los esfuerzos que pongo para solucionar el problema	69
Gráfico 12 Estilos de afrontamientos presentes por ocupación laboral	70
Gráfico 13 Estilos de afrontamientos empleados por el personal profesional en cuanto a estado civil	73
Gráfico 14 Estilos de afrontamientos presentes del personal profesional por género	75

## INTRODUCCIÓN

En el presente trabajo de investigación: “Afrontamiento al estrés en el personal de salud del Hospital II ESSALUD-Huánuco, en época de pandemia del COVID 19 - 2020”, se ahondó en el tema del afrontamiento del estrés del personal de salud frente a la pandemia provocada por el COVID-19, que pone en alerta a la población que se ha visto afectada por este virus, esto a generado muchos cambios en la vida social de las personas, en primer lugar el confinamiento crea en muchas personas un tipo de ansiedad, ya que el estilo de vida era totalmente diferente al que se impone mediante el gobierno para salvaguardar nuestra salud física.

Así mismo, el colapso de los hospitales por no contar con un sistema de salud adecuado para contrarrestar los ataques de este virus, en la cual no se tuvo en consideración la salud mental del personal médico, generando un alto grado de estrés de los diferentes sectores de salud, su vocación de servicio se mezclaba con poner en riesgo su bienestar, el no contar con implementos de protección personal y ser los encargados de tomar las decisiones de a quién salvar y a quién no, generaron dentro de ellos ansiedad y estrés que hoy en día tal vez es difícil de superar por los recuerdos traumáticos que se tuvieron y aún tiene al hacerle frente a esta pandemia.

En la ciudad de Huánuco, la atención al usuario por parte de las instituciones públicas o privadas se dan con el fin de que los usuarios obtengan un servicio adecuado para la atención y tratamiento de esa enfermedad. En el Hospital II - EsSalud, Huánuco, en la cual se desconoce el nivel estrés laboral de sus colaboradores en esta época de pandemia. Por esto se dio esta investigación, que pretendió averiguar cuál es el nivel de estrés del personal de salud mencionado, esto se llevó a cabo en el centro de seguro social de “ESSALUD”, ubicado en el distrito de Amarilis en la provincia de Huánuco, siguiendo con nuestro plan y cronograma de actividades.

En el capítulo I, se ahondó la problemática en la descripción del problema de investigación, donde hallamos las variables de estudio, la Justificación tanto teórica, práctica o metodológica, la importancia de la investigación y su viabilidad, así como también determinamos la formulación del problema general ¿ Cuáles son las estrategias de afrontamiento al estrés en el personal de salud del Hospital II EsSalud–Huánuco, en época de pandemia del Covid 19, 2020?, el objetivos general fue: Determinar las estrategias de afrontamiento al estrés en el personal de salud del Hospital II EsSalud–Huánuco, en época de pandemia del Covid 19, 2020. Así como también los problemas y objetivos específicos, hipótesis generales y específicas.

En el capítulo II, se encuentra en su contenido, los antecedentes que sirven para el aseguro de ideas, en los niveles local, nacional e internacional, así también las bases teóricas que sirven para brindar soporte respecto a los fundamentos de nuestra investigación, las definiciones conceptuales están conformadas de contenido preciso e importante y, por último, la operacionalización de variable, conformado por las variables y sus oportunas dimensiones e indicadores.

En el capítulo III, metodología de la investigación en la cual detalla que fue un estudio de tipo descriptivo correlacional, bajo un nivel aplicado, así también tuvo un diseño de investigación no experimental, su población lo conformaron 490 servidores contratados bajo la modalidad CAS, Ley N<sup>a</sup> 276 y 725 ,aplicando la fórmula para hallar la muestra se obtuvo una muestra total de 211 trabajadores, para la recolección de datos se aplicó la técnica de la encuesta y como instrumento se empleó el cuestionario para la recolección de datos.

En los siguientes capítulos se encuentran las tablas de frecuencia, así también la contrastación de hipótesis y discusión de resultados de ahí las conclusiones y recomendaciones o sugerencias.

# CAPÍTULO I

## PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN

### I.1. Fundamentación del problema de investigación

En toda organización, los problemas de interrelaciones personales se convierten en factores de riesgo tanto para los colaboradores como para la organización que, sin una correcta metodología de localización del problema y la previsión de actuaciones de intervención, provocan efectos negativos en la salud de la propia organización y de los individuos que la integran. La Organización Mundial de la Salud propuso al estrés como una de las enfermedades del siglo XXI, ya que el cambio de rutina, las nuevas metas dentro y fuera del trabajo, la adaptación a nuevas tecnologías, la alimentación, el ruido de los autos, contraer algún tipo de enfermedad, las deudas por pagar generan dentro de nuestro organismo todo tipo de malestar. Desde los estudios pioneros, el estrés fue definido como Síndrome de Adaptación General (SAG) o respuesta defensiva del cuerpo o de la psique a las lesiones o al estrés prolongado (Selye, 1956).

McEwen (2000). Considera al estrés como “Un estado mental que surge ante una amenaza real o supuesta a la integridad fisiológica o psicológica de un individuo, y resulta en una respuesta fisiológica y/o conductual”

Hoy en día la ansiedad en el trabajo es consecuencia del estrés laboral, y Perú no es la excepción, dentro de nuestra nación existe un sinnúmero de empresas que no cumplen con el trabajador, empresas que no realizan o no están dentro de la informalidad, sus directivos no creen que cumplir con todo lo ordenado sea de mayor importancia y ven al capital humano solo como una inversión y no los considera

importante, la empresa plantea nuevos retos y si no son tomados y aceptados por los trabajadores lo más probable es que sea despedido, todos estos factores hacen que las empleados busquen la manera de llegar lo más temprano a su trabajo y sean los últimos en salir, o pierden tiempo de disfrute dentro de su hogar, y eso genera un reproche también de su familia que en vez de apoyarlo en una u otra manera genera dentro de la persona que el estrés lo domine. Cerca del 60% de la población del Perú sufre estrés y el 70% de los trabajadores peruanos sufren estrés laboral, la edad más común para sufrir este mal es entre los 25 a 40 años, cuando las personas asumen más responsabilidades, siendo las mujeres quienes presentan mayor vulnerabilidad a padecerlo, lo cierto es que el estrés laboral no solo impacta en la salud de los colaboradores sino afecta incluso a la propia organización u empresa, pues el colaborador baja su productividad, que generan mayores ausentismos laborales, abandono del centro de trabajo, descansos médicos, necesidad de reemplazo, etc., lo cual tiene un impacto directo en la operación de la organización u empresa (Choroco, 2019).

La pandemia provocada por el COVID-19, pone en alerta a la población que se ha visto afectada por este virus, esto a generado muchos cambios en la vida social de las personas, en primer lugar el confinamiento crea en muchas personas un tipo de ansiedad, ya que el estilo de vida era totalmente diferente al que se impone mediante el gobierno para salvaguardar nuestra salud física, otra característica principal es la adaptación a un tipo de trabajo remoto que para poder realizarlo necesitas de herramientas como el internet o tener una computadora o laptop, pero es claro y evidente que no todos los trabajadores tienen o poseen este tipo de materiales, haciendo que el trabajador busque maneras de como prever o solucionar estas dificultades. Esta

enfermedad produce en la persona síntomas similares a los de la gripe o resfriado común, entre los que se incluyen fiebre, tos seca, disnea (dificultad respiratoria), mialgia (dolores musculares) y fatiga, está generando grandes problemas no solo económico sino también nos ha llevado a estar mucho más pendientes de nuestros cuidados de salud como el lavado frecuente de las manos, el uso del alcohol y sobre todo el portar la mascarilla todo el día o cada vez que se sale a realizar compras de primera necesidad, realizar pagos o retiros a los bancos, estas actitudes deberán de ser convertidas en rutinarias, aunque sea difícil de acatarlas y convertirlas en hábitos, hay un gran sector de la población en el Perú que no está atacando las medidas dispuestas por el gobierno central ya que no se toma conciencia o algún familiar o la misma persona no padeció ni sufrió el contagio de esta enfermedad lo que trajo como consecuencia que el virus se esparza cada vez más y con mayor facilidad por toda nuestra nación, llevando como una consecuencia inmediata al colapso de los hospitales ya que no se contaba con un sistema de salud adecuado para contrarrestar los ataques de este virus, no se tuvo en consideración la salud del personal médico y ellos también se vieron afectados ya que no tuvieron en momentos muy complicados, generando un alto grado de estrés al personal de los diferentes sectores de salud, su vocación de servicio se mezclaba con poner en riesgo su bienestar, el no contar con implementos de protección personal y ser los encargados de tomar las decisiones de a quien atender y a quien no generaron dentro de ellos ansiedad y estrés que al día de hoy talvez es difícil de superar por los recuerdos que se tiene al afrontar esta pandemia.

Por otro lado, en Huánuco, la atención al usuario por parte de las instituciones públicas o privadas se dan con el fin de que los usuarios obtengan un servicio adecuado para la atención y tratamiento de esa enfermedad. En el Hospital II - EsSalud,



Huánuco, en la cual se desconocía el nivel estrés laboral de sus colaboradores en esta época de pandemia. Por esto se dio la investigación, que pretendió averiguar ¿Cuáles son las estrategias de afrontamiento al estrés en el personal de salud del Hospital II EsSalud?, ubicado en el distrito de Amarilis en la provincia de Huánuco, siguiendo con nuestro plan y cronograma de actividades.

## **1.2. Formulación del problema de investigación general y específicos**

### **Problema general:**

¿Cuáles son las estrategias de afrontamiento al estrés en el personal de salud del Hospital II EsSalud–Huánuco, en época de pandemia del Covid 19, 2020?

### **Problemas específicos:**

- ¿Cuál es la estrategia de afrontamiento al estrés predominante en el personal de salud del Hospital II EsSalud–Huánuco, en época de pandemia del Covid 19, 2020?
- ¿Cuáles son las respuestas de afrontamiento al estrés más utilizadas por el personal de salud del Hospital II EsSalud–Huánuco, en época de pandemia del Covid 19, 2020?
- ¿Existen diferencias en las estrategias de afrontamiento al estrés en función a la ocupación laboral del personal de salud del Hospital II EsSalud–Huánuco, en época de pandemia del Covid 19, 2020?

### 1.3. **Formulación de objetivos generales y específicos**

#### **Objetivo general**

Conocer las estrategias de afrontamiento al estrés en el personal de salud del Hospital II EsSalud–Huánuco, en época de pandemia del Covid 19, 2020.

#### **Objetivos específicos:**

- Explicar la estrategia de afrontamiento al estrés predominante en el personal de salud del Hospital II EsSalud–Huánuco, en época de pandemia del Covid 19, 2020.
- Identificar las respuestas de afrontamiento al estrés más utilizados por el personal de salud del Hospital II EsSalud–Huánuco, en época de pandemia del Covid 19, 2020.
- Comparar las estrategias de afrontamiento al estrés en función a la ocupación laboral, estado civil y género del personal de salud del Hospital II EsSalud–Huánuco, en época de pandemia del Covid 19, 2020.

### 1.4. **Justificación**

Debido a la coyuntura nacional que se vive actualmente, el acelerado contagio del virus Covid – 19, el cual no se puede controlar hasta la fecha y el intenso trabajo del personal de salud de diferentes Centros o Hospitales, llevó a una carga laboral para el personal de salud y con ello se incrementó el estrés laboral, es ahí la importancia de esta investigación y así se dio a conocer los modos de afrontamiento de los que hoy están en primera fila batallando con este virus.

**Justificación Teórica:** La investigación permitió usar teorías básicas sobre modos de afrontamiento al estrés en el personal de Salud del Hospital II EsSalud en época de pandemia, que se sometieron a contrastación con los instrumentos primarios de

investigación que se aplicaron para sucesos similares que posteriormente se puedan dar.

**Justificación Práctica:** Los resultados que fueron generados, permitirán al Hospital II EsSalud, tomar decisiones futuras respecto a los modos de afrontamiento al estrés en el personal, para futuros sucesos similares por los que pueda pasar el país y el mundo. El contenido está sujeto a las respuestas de los mismos usuarios, siendo que es buena en plan para la gestión administrativa del hospital.

**Justificación Metodológica:** El presente trabajo de investigación usó procesos metodológicos avalados académicamente, iniciando de los elementos inductivos y deductivos. El método a utilizar y de adición para el contenido que se quiere obtener son métodos científicos validados académicamente, partiendo desde el inductivo al deductivo, siendo la observación el método que complementó la información que se deseaba obtener.

### **1.5. Limitaciones**

La limitación que preponderó a la investigación, fue la afección respecto a la coyuntura nacional, el cual dificultó el recojo de datos, motivo del virus Covid 19, por lo que se tomó las medidas dadas por el Estado para no apoyar la propagación de la pandemia.

La disponibilidad de obtener información de parte del personal de salud del Hospital II EsSalud – Huánuco. La persuasión, nos permitió superar esta limitación.

## 1.6. Formulación de hipótesis generales y específicas

### Hipótesis General

- HI: Existen diferencias en las estrategias de afrontamiento al estrés en el personal de salud del Hospital II EsSalud–Huánuco, según ocupación laboral, en época de pandemia del Covid 19, 2020.
- H0: No existen diferencias en las estrategias de afrontamiento al estrés en el personal de salud del Hospital II EsSalud–Huánuco, según ocupación laboral, en época de pandemia del Covid 19, 2020.

### Hipótesis Específica

- Hi: Existen diferencias en la estrategia de afrontamiento al estrés predominante en el personal de salud del Hospital II EsSalud–Huánuco, en época de pandemia del Covid 19, 2020.
- Hi: No existen diferencias en la estrategia de afrontamiento al estrés predominante en el personal de salud del Hospital II EsSalud–Huánuco, en época de pandemia del Covid 19, 2020.
- Hi: Existen respuestas de afrontamiento al estrés más utilizados por el personal de salud del Hospital II EsSalud–Huánuco, en época de pandemia del Covid 19, 2020.
- Hi: No existen respuestas de afrontamiento al estrés más utilizados por el personal de salud del Hospital II EsSalud–Huánuco, en época de pandemia del Covid 19, 2020.

- Hi: Existen diferencias en las estrategias de afrontamiento al estrés en función a la ocupación laboral, estado civil y género del personal de salud del Hospital II EsSalud–Huánuco, en época de pandemia del Covid 19, 2020.
- Hi: No existen diferencias en las estrategias de afrontamiento al estrés en función a la ocupación laboral, estado civil y género del personal de salud del Hospital II EsSalud–Huánuco, en época de pandemia del Covid 19, 2020.

### 1.7. Variables

Variable de estudio: **Modos de afrontamientos al estrés**

#### **Variables Sociodemográficas.**

Según el Instituto Nacional de Estadística e Informática (INEI), son indicadores que permiten observar de manera global los aspectos sociodemográficos más relevantes de los distritos fronterizos del país.

**Edad:** Tiempo que ha vivido un ser vivo desde su nacimiento.

**Sexo:** Viene a ser el conjunto de características que diferencia a dos individuos de una misma especie.

**Ocupación Laboral:** Clase o tipo de trabajo desarrollado por las personas donde ofrecen mano de obra en el mercado de trabajo para la producción de bienes y servicios.

**Estado Civil:** Es la situación que tienen las personas de acuerdo con las leyes o costumbres del país en función del matrimonio o parentesco, que establece ciertos derechos y deberes dentro de la sociedad.

### 1.8. Definición teoría y operacionalización de variables

**Tabla 1***Operacionalización de Variables*

VARIABLES	DIMENSIONES	INDICADORES	ITEMS
<p><b>MODOS DE AFRONTAMIENTO AL ESTRÉS</b></p> <p>Según Fernández (2003). El afrontamiento o coping frente al estrés hace referencia al esfuerzo cognitivo y conductual y de carácter cambiante que se realiza para manejar las demandas específicas externas o internas que son evaluadas de forma desbordante para la persona.</p>	AFRONTAMIENTO ENFOCADO EN EL PROBLEMA	Afrontamiento activo	Ítem 1: Trato de estar ocupado para olvidarme de mis problemas.
			Ítem 14: Dedico todo mi esfuerzo para hacer algo sobre el problema.
			Ítem 27: Hago paso a paso lo que tengo que hacer.
			Ítem 40: Yo mismo tengo que controlar el problema.
		Planificación	Ítem 2: Tengo que planificar para solucionar el problema.
			Ítem 15: Elaboro un plan de acción.
			Ítem 28: Me pongo a pensar que acciones debo realizar para solucionar el problema.
		La supresión de otras actividades	Ítem 41: Busco la mejor manera de controlar el problema.
			Ítem 3: Dejo de lado otras actividades para concentrarme en el problema
			Ítem 16: Me dedico a enfrentar el problema, y si es necesario dejo de lado otras actividades.
			Ítem 29: Me alejo de otras actividades para concentrarme en el problema.
		La postergación del afrontamiento	Ítem 42: Trato que otras cosas no interfieran en los esfuerzos que pongo para enfrentar el problema.
			Ítem 4: Me esfuerzo esperando el momento apropiado para enfrentar el problema.
			Ítem17: Dejo de lado el problema, hasta que se presente al momento oportuno.
		La búsqueda de apoyo social	Ítem30: Me aseguro de no crear problemas peores por actuar muy pronto.
			Ítem43: Evito hacer algo demasiado pronto.
			Ítem 5: Pregunto a personas que han tenido experiencias similares sobre lo que hicieron.
			Ítem 18: Trato de obtener el consejo de otros para saber qué hacer con el problema.
		La búsqueda de soporte emocional	Ítem 31: Hablo con alguien para averiguar más sobre el problema.
			Ítem 44: Hablo con alguien que podría hacer algo concreto sobre el problema.
Ítem 6: Hablo con alguien sobre mis sentimientos.			
Ítem 19: Busco el apoyo emocional de amigos o familiares.			
			Ítem 32: Converso con alguien sobre lo que me está sucediendo.
			Ítem 45: Busco la simpatía y la comprensión de alguien.

	AFRONTAMIENTO ENFOCADO EN LA EMOCIÓN	Reinterpretación positiva y desarrollo	Ítem 7: Busco algo bueno de lo que está pasando.
			Ítem 20: Trato de ver el problema en forma positiva.
			Ítem 33: Aprendo algo de la experiencia.
			Ítem 46: Trato de actuar mejor a consecuencia de la experiencia.
		La aceptación	Ítem 8: Aprendo a convivir con el problema.
			Ítem 21: Acepto que el problema ha ocurrido y no podrá ser cambiado.
			Ítem 34: Me acostumbro a la idea de que el problema ya ha sucedido.
		Acudir a la religión	Ítem 47: Acepto que el problema ha sucedido.
			Ítem 9: Busco la ayuda de Dios.
			Ítem 22: Deposito mi confianza en Dios.
			Ítem 35: Trato de encontrar consuelo en mi religión.
		Análisis de las emociones	Ítem 48: Rezo más de lo usual.
	Ítem 10: Emocionalmente me altero y no controlo mis emociones.		
	Ítem 23: Expreso mis emociones.		
	Ítem 36: Siento mucha alteración emocional y los expreso a otros.		
	OTROS ESTILOS DE AFRONTAMIENTO	Negación	Ítem 49: Me altero emocionalmente y estoy atento al problema.
			Ítem 11: No me es fácil aceptar que el problema ha ocurrido.
			Ítem 24: Actúo como si el problema no hubiera sucedido realmente.
			Ítem 37: Me comporto como si no hubiese ocurrido el problema.
		Conductas inadecuadas	Ítem 50: Me digo a mí mismo: "Esto no es real".
Ítem 12: Dejo de lado mis metas.			
Ítem 25: Dejo de perseguir mis metas.			
Ítem 38: Acepto que puedo enfrentar al problema y lo dejo de lado.			
Distracción		Ítem 51: Disminuyo los esfuerzos que pongo para solucionar el problema.	
		Ítem 13: Me dedico a trabajar o realizar otras actividades para alejar el problema de mi mente.	
		Ítem 26: Hago otras cosas o miro televisión para pensar menos en el problema.	
		Ítem 39: Sueño despierto con otras cosas que no se relacionen al problema.	
			Ítem 52: Duermo más de lo usual.
Variables Sociodemográficas.		Edad	Edad

Según el Instituto Nacional de Estadística e Informática (INEI), son indicadores que permiten observar de manera global los aspectos sociodemográficos más relevantes de los distritos fronterizos del país.	FACTORES SOCIODEMOGRÁFICOS	Sexo	<b>Sexo</b>
		Ocupación laboral	<b>Ocupación Laboral</b>
		Estado civil	<b>Estado Civil</b>

Fuente: Elaboración Propia



## CAPÍTULO II

### MARCO TEÓRICO

#### 2.1. Antecedentes

La selección de los antecedentes fue de las investigaciones de mayor importancia referente a las variables de estudio.

##### **Antecedentes internacionales**

Alcoser (2012). En su tesis titulada *“Estrategias de afrontamiento en adolescentes de 12 a 15 años con embarazos no planificados, usuarios del centro de atención Integral del adolescente del área 17 del Cantón Durán”*. Para obtener el Título de Psicología Clínica, de la Universidad de Guayaquil - Ecuador. Llega a las siguientes conclusiones: La investigación referente a las estrategias de afrontamiento, siendo compleja su estudio, da soporte a los modos que la mujer pueda reaccionar y vivir un embarazo no planificado. En etapas de no adultez, como la adolescencia, se determina por experiencias ya vividas, por lo que el afrontamiento y sus estrategias correspondientes se darán de manera particular. Respecto a los objetivos planteados, siendo la primera, que se halló que las estrategias más importantes para los adolescentes son la búsqueda de soporte profesional o el auto culparse, el esfuerzo y, por último, el conseguir el éxito. En el segundo objetivo se tiene respecto a cómo afrontan los embarazos no planeados los adolescentes, en primera salirse del colegio, problemas familiares y personales, y en un menor grado los problemas con la pareja. Ante la comparativa con los resultados, se concluye que las personas que lo viven de manera imprevista y adversa, siendo que existe tendencia en vivir la alegría, el llanto, el miedo, el temor y la sorpresa. Lo desarrollado se puede contrastar que el embarazo en adolescentes no se entiende como problemas sociales, familiar y educativo, sino un problema biológico. Viendo que han tenido que

afrontar problemas que les pasó, tuvieron que adaptarse y desarrollar planes de afrontamiento para lograr que los efectos puedan ser tolerados, evitados o minimizados.

García (2016). En su tesis titulada “*Estudio del Estrés Laboral en el personal Administrativo y trabajadores de la Universidad de Cuenca. Cuenca 2015*”. Para obtener el título de Magister en Seguridad e Higiene Industrial, de la Universidad de Cuenca – Ecuador. Llega a las siguientes conclusiones: La investigación cuenta de población a los colaboradores del área de administración de la Universidad de Cuenca, siendo que está compuesta por personas casadas, de género femenino, que está casado y que están entre los 38 años promedio. La relación de los trabajadores, se da en demasía a los varones, y que el personal administrativo en su mayoría son mujeres, dándose una relación significativa, entre edad, el cargo y el puesto, contando un valor  $p = 0.00$ , en el tipo y el régimen laboral (titular o contratado), esto respecto a personas adultas. Respecto al cargo, se halló que hay puestos que se consideran propios de las mujeres, siendo estos el puesto de secretaria, auxiliar, asistente administrativo y ayudantes, y propio de los varones como servicio técnico, choferes y conserjes,  $p = 0.00$ . Según el modelo usado para analizar, se estableció que existe una larga diferencia entre el cargo, relación laboral y el sexo. Respecto a las variables, hubo hallazgo referente al uso de las habilidades en el puesto y la relación laboral. Respecto a la autoridad de decisión, se relaciona con la relación laboral, el cargo y la edad. Y en cuanto la relación en la amplitud con la decisión del puesto la relación laboral.

Tonato y Carolina (2015). En su tesis titulada “*Estilos de Afrontamiento predominantes en las mujeres embarazadas diagnosticadas con VIH que asisten al Hospital Gineco- Obstétrico Isidro Ayora de Quito*”. En su tesis para obtener el grado

Académico de psicología. Universidad central del Ecuador, Llega a las siguientes conclusiones: Se tiene un concepto fallido sobre invulnerabilidad que la ciudadanía cuenta referido a los pacientes y su autocuidado antes de adquirir el VIH. En su mayoría los pacientes tienen un modo de afrontar, siendo un 3% del activo conductual y el 97% del activo cognitivo, viéndose que de acuerdo a la teoría del uso de las estrategias sean de tipo activa son adaptivas, y que solamente el método evitativo es desadaptativo. Siendo que por medio de estas situaciones entienden que existe singularidad que todo sujeto cuenta, y la manera de ser eficaces ante situaciones específicas.

### **Antecedentes Nacionales**

Lévano (2018). En su tesis titulada *“Afrontamiento al estrés en el personal militar de diferentes unidades hospitalarias del Hospital Militar Central del Perú Crl. Luis Arias Schreiber”*. Para optar el título de Licenciado en Psicología. Universidad nacional Federico Villarreal. Lima Perú. Concluye que: Se determina para la consideración de la muestra, el nivel de confiabilidad es aceptable. Respecto a la validez de las correlaciones, estas son significativas y aceptables. Se tuvo el agrupamiento respecto en dos subdivididos, las problemáticas y las funcionales. Lo cual lo funcional está vinculado a las estrategias. Soporte emocional, soporte social instrumental, aceptación, planificación, religión y la distracción. Y que las menos efectivas son las funcionales, como el desahogo, las sustancias como las drogas, la negación, el humor, la desconexión conductual. Los usuarios que fueron parte, dicen que están más vinculados a lo funcional, con un 76.8% y por otro lado, las de reducido en lo funcional cuenta con un 23.2%. Teniendo múltiples estrategias de afrontamiento, las cuales las más importantes son: la planificación, la aceptación y la reinterpretación positiva; y las

que son menos importantes y menos utilizadas son la utilización de sustancias, el desahogo y la desconexión conductual. Existe una clara diferencia de los supuestos, según la edad, la zona, el lugar de procedencia y el grado de instrucción. Y por último, no se encontró diferencias claras respecto a la hospitalización.

Melgarejo (2018). En su tesis titulada *“Afrontamiento al estrés y bienestar psicológico en trabajadores de la subgerencia de salud y programas sociales de la municipalidad de Puente Piedra”*. Para optar el grado Académico de Maestra en Gestión de los servicios de la salud. De la Universidad César Vallejo – Perú. Llega a las siguientes conclusiones: Dado el objetivo principal de nuestra investigación sobre conocer la relación entre el afrontamiento al estrés y el nivel de bienestar psicológico en trabajadores de la subgerencia de salud y programas sociales de la municipalidad de puente piedra 2017”; Se halla la existencia de una relación significativa entre la variable el afrontamiento del estrés y la variable bienestar psicológico. Referido a los objetivos del estudio, entre la dimensión estilo de afrontamiento y la variable bienestar psicológico, se halló la existencia de relación significativa. Respecto al segundo objetivo, se halló entre la dimensión frecuencia del estilo de afrontamiento enfocado a la emoción y la variable bienestar psicológico una relación significativa. Referido al tercer objetivo, la dimensión frecuencia de los otros adicionales de afrontamiento y la variable bienestar psicológico se halla una relación significativa en el personal.

Gonzáles y Peña (2015) En su tesis titulada *“Percepción de estilos de crianza y estilos de afrontamiento en pacientes mujeres con diagnóstico de personalidad límite*

*en un hospital de Salud Mental de Lima Este*". Para optar el título profesional de psicóloga. Universidad peruana Unión, Lima Perú. Concluye que:

Se ha determinado que existe entre las variables de estilo de crianza y su correspondiente variable estilo de afrontamiento al estrés, excluyendo al estilo de afrontamiento enfocado al problema y el estilo de afrontamiento del estilo de crianza "exigencias", la no relación entre ellas. Respecto al primer objetivo, se concluye la no existencia de relación entre la dimensión de afecto y la variable estilos de afrontamiento enfocado al problema, teniendo una rho de spearman igual a 148 y de valor p de 300. Del mismo modo, se halla una no relación entre la dimensión de afecto y la variable estilos de afrontamiento enfocados en a la emoción, teniendo una rho de spearman igual a 199 y un valor en p de .05 en pacientes que tengan el trastorno de personal límite, del hospital de salud mental de Lima Este. Del mismo modo se halló que no existe relación entre la dimensión de favoritismo y la variable estilos de afrontamiento enfocados a la emoción, contando un valor en la rho de spearman de 101 y en el valor p igual a ,479. En otra cuestión, se presenta que entre la dimensión exigencias y los estilos de afrontamiento enfocados al problema, cuenta con relación inversa entre si, teniendo una rho de spearman en valor de -360 y valor p menor a .059. Y, para finalizar, no existe relación entre las exigencias y los estilos de afrontamiento enfocados en la emoción, con un valor en la rho de spearman de -266 y el valor de p menor a .059.

### **Antecedentes Locales**

Celis y Pozo (2018). En su tesis titulada "*Factores de personalidad y modos de afrontamiento al estrés en los estudiantes de la Facultad de Psicología de la Universidad Nacional Hermilio Valdizán, Huánuco - 2018*" Para optar el título

profesional de Psicología. De la Universidad Hermilio Valdizán – Huánuco, Perú. La metodología de la investigación contó con un tipo descriptivo correlacional, su objetivo fue el de conocer cuáles son los factores de personalidad y los modos de afrontamiento al estrés que tienen los alumnos de la facultad de Psicología de la Universidad Nacional Hermilio Valdizán, Huánuco-2018 y de establecer el grado de relación que cuentan las variables. Se efectuó una serie de inventarios como el de modos de afrontamiento al estrés y la personalidad del Big Five aplicadas a la muestra de estudio compuesta por la totalidad de alumnos que fueron 164 alumnos, se concluye que: El alumnado cuenta con factores de personalidad conjunta, personalidad pura y mixta, o hasta veces más de 4, siendo un total de 211 factores referentes a la personalidad. Por otro lado se cuenta con un conjunto de factores como la de estabilidad, apertura mental, emocional y afabilidad estando en un estado de altas posibilidades y energía, y en baja posibilidad el tesón. Del mismo modo los modos de afrontamiento enfocados en la emoción, contando con planes de reinterpretación positiva, contar con apoyo emocional, la religión, aceptación, emociones enfocadas y liberadas, afrontamiento enfocado al problema, búsqueda de apoyo, afrontamiento activo, supresión de acciones, y demás métodos de afrontamiento, pero con el menor grado de porcentaje, la liberación de emociones, desentendimiento mental. Por último se encuentra relación positiva entre una serie de afrontamientos, como los de energía y demás métodos de afrontamiento, también el afrontamiento centrado a los problemas y la estabilidad emocional, el tesón, la apertura mental, siendo las últimas correlaciones débiles.

Palomino y Ramos (2019). En su tesis titulada *“Patrones de Conducta A-B y modos de afrontamiento al estrés en pacientes con enfermedades Cardiovasculares*

*del Hospital Base II – EsSalud – Huánuco, 2019*”. Para optar el título de profesional de Licenciado en Psicología. De la Universidad Nacional Hermilio Valdizán – Huánuco, Perú. Llega a las siguientes conclusiones: Existe relación y es significativa entre las variables de patrón de conducta A-B y la variable modos de afrontamiento al estrés, Siendo sobresaliente el modo de afrontamiento al estrés enfocado al problema, contando con un 42,7% en los usuarios que tiene problemas cardiovasculares estudiados. Del mismo modo se determinó la existencia de relación entre el patrón de conducta A y los modos de afrontamiento al estrés. En última instancia, se determina la inexistencia de relación entre el patrón de conducta B y los modos de afrontamiento al estrés.

Gozar y Joselins (2016). En su tesis titulada “*Nivel de Estrés y Satisfacción Laboral en un grupo de trabajadores del Centro de Salud Aclas Pillco Marca. Huánuco 2016*” para optar el título profesional de Licenciada en Psicología, de la Universidad Nacional Hermilio Valdizán – Huánuco, Perú. Llega a las siguientes conclusiones: La investigación se estableció bajo un marco teórico en base a la teoría transaccional del estrés referidos por Folkman y Lazarus (1984). Contando como objetivo general el determinar la relación que existe entre en nivel de estrés y satisfacción laboral en un grupo de trabajadores que laboran en el Centro de Salud Class Pillco Marca en la ciudad de Huánuco. A ello, presentó una serie de resultados los cuales se hallan la existencia de relación, una significativa entre el estrés y la satisfacción laboral, logrando que el estrés pueda ser entendido como un factor no tan imperante para desarrollar de manera adecuada nuestra labor. Del mismo modo, la investigación cuenta con la propuesta de hallar el grado de estrés en las que están el personal, por lo que los resultados dados determinan un grado de estrés normal, igual a 81.25%, este resultado se da porque no siempre se da como causa principal de estrés, el trabajo. Por otro lado,

respecto al nivel de satisfacción laboral en la muestra, responde que se encuentra ni satisfechos ni insatisfechos con su trabajo, siendo el 50% de ellos, creyendo deberse a que el personal del centro de salud, siendo un total de 82 personas, realizan actividades esquematizadas, ya que no están interesadas e involucradas a otras áreas, solo cumpliendo el horario determinado.

## **2.2. Bases teóricas**

### **Variable de estudio: Modos de afrontamiento al estrés**

#### **Teorías del estrés**

Selye (1936), autor de definió el “estrés”, como algo que no está establecido como respuesta del cuerpo humano, siendo su aparición por algún síndrome determinado, se compone por ciertas formas y características, pero no por un motivo en específico. Un factor determinante para el estrés, es un factor que afecta la homeostasis del cuerpo humano. Por ello, se establece que puede determinarse como estrés al cualquier estresor que afecte al organismo.

La respuesta dada viene de que el hipotálamo-hipófiso-suprarrenal se activa, dando una respuesta

Esta es respuesta es una respuesta estereotipada del organismo que implica una activación del eje hipotálamo-hipófiso-suprarrenal y del SNA. Si esta activación persiste produce un síndrome de estrés consistente en:

1. Hiperdesarrollo de la corteza suprarrenal.
2. Involución de la glándula timo.



3. Úlcera péptica. El estrés puede estar asociado a estímulos agradables o desagradables (La carencia total de estrés produciría la muerte).

Está basada en la acción de 2 fenómenos objetivables. Uno es el estresor, que es cualquier demanda que evoca el patrón de respuesta de estrés (físico, psicológico, cognitivo o emocional). Por otro, la respuesta de estrés, constituida por un triple mecanismo denominado síndrome general de adaptación (SGA).

El SGA es la consideración de la respuesta de estrés mantenida en el tiempo. El desarrollo completo del síndrome tiene 3 etapas:

1. Reacción de alarma. Reacción del organismo cuando es expuesto repentinamente a estímulos a los que no está adaptado. Tiene dos fases. Una es la fase de choque, que es la reacción inicial e inmediata al agente nocivo: taquicardia, pérdida de tono muscular, disminución de la temperatura y de la presión sanguínea. También se produce descarga de adrenalina, corticotropina (ACTH) y corticoides (aunque empiezan durante esta fase, se hacen más evidentes en la siguiente). La fase de contra choque es la reacción de rebote (defensa contra el choque). Se da un agrandamiento de la corteza suprarrenal con hiperactividad (incremento de corticoides), involución rápida del sistema timo-linfático, y signos opuestos a la fase de choque (hipertensión, hiperglucemia, hipertermia, etc.).
2. Etapa de resistencia. Se produce una adaptación del organismo al estresor junto con la consecuente mejoría y desaparición de los síntomas. Se caracteriza por una resistencia aumentada al agente nocivo a costa de una menor resistencia a

otros estímulos. La mayoría de los cambios presentes durante la reacción de alarma desaparecen, y en algunos casos se invierten.

3. Etapa de agotamiento. El agotamiento llega si el estresor es suficientemente severo y prolongado. Reaparecen los síntomas característicos de la reacción de alarma y puede significar la muerte del organismo.

Las objeciones a la teoría de Selye son que la teoría no está formulada de manera científica, pues no establece las condiciones para que un estímulo pueda ser considerado estresor independientemente de sus efectos (efectos de estrés). Otro es el problema referido al componente emocional del estresor y al concepto de inespecificidad

### **Teorías basadas en el estímulo**

Weitz (1970), estas teorías entienden el estrés en términos de características asociadas a los estímulos del ambiente, interpretando que éstos pueden perturbar o alterar el funcionamiento del organismo. El estrés se localiza fuera del individuo, siendo el strain (efecto producido por el estrés), el aspecto correspondiente a la persona. Esta orientación es la que más se acerca a la idea popular del estrés.

Esta aproximación trata el estrés como una VI (en enfoque anterior como VD). Estos modelos son una analogía del modelo de la ingeniería basado en la Ley de la elasticidad de Hooke: el estrés (la carga o demanda que se ejerce sobre el metal) produce deformación (distorsión) del metal (strain). Se entiende que la gente posee unos ciertos límites de tolerancia al estrés (como fuerza externa) pudiendo variar entre individuos. Por encima de tales límites el estrés empieza a hacerse intolerable y aparecen los daños fisiológicos y/o psicológicos.

Un problema de esta perspectiva es la delimitación de las situaciones que pueden ser consideradas como estresantes. Clasificándola en 8 categorías:

1. Procesar información velozmente.
2. Estímulos ambientales dañinos
3. Percepción de amenaza
4. Función fisiológica alterada
5. Aislamiento y confinamiento
6. Bloquear, obstaculizar
7. Presión grupal
8. Frustración.

### **Teorías basadas en la interacción**

Se deben a Lazarus y Folkman (1984), estas teorías maximizan la relevancia de los factores psicológicos (especialmente cognitivos) que median entre los estímulos (estresores) y las respuestas de estrés. Los dos enfoques anteriores tienden a ver a la persona como algo pasivo en el proceso del estrés. Pero en la perspectiva interaccional el estrés se origina a través de las relaciones particulares entre la persona y su entorno. Definen el estrés como un conjunto de relaciones particulares entre la persona y la situación, siendo ésta valorada por la persona como algo que "agrava" o excede sus propios recursos y que pone en peligro su bienestar personal.

La idea central de esta perspectiva mediacional cognitiva es la evaluación cognitiva, que es un proceso universal mediante el cual las personas valoran constantemente la significación de lo que está ocurriendo, relacionado con su bienestar personal. Hay 3 tipos de evaluación. La evaluación primaria se produce en

cada encuentro con algún tipo de demanda externa o interna y puede dar lugar a 4 modalidades de evaluación:

1. Amenaza: anticipación de un daño que, aunque aún no se ha producido, su ocurrencia es inminente.
2. Daño-pérdida: daño psicológico que ya se ha producido (pérdida irreparable).
3. Desafío: valoración de una situación que implica a la vez una posible ganancia positiva y una amenaza. Resulta de demandas difíciles.
4. Beneficio: este tipo de valoración no induce reacciones de estrés.

Consecuencia de esta pluralidad factorial es que el estrés no es un fenómeno unitario (no es meramente una forma de activación). La evaluación secundaria se refiere a la valoración de los recursos para afrontar la situación. Esta valoración determinará que el individuo se sienta asustado, desafiado u optimista. Los recursos de afrontamiento incluyen las propias habilidades de coping, el apoyo social y los recursos materiales. Finalmente, la reevaluación implica los procesos de feedback que acontecen a medida que se desarrolla la interacción entre el individuo y las demandas externas o internas. Permite que se produzcan correcciones sobre valoraciones previas.

La evaluación cognitiva es el factor determinante de que una situación potencialmente estresante llegue a no producir estrés en el sujeto. Se considera a la persona como algo activo, interactuando con el medio. El modelo de Lazarus es un modelo relacional, procesual: el estrés es un proceso interaccional.

### 2.3. Bases conceptuales

1. **Actitud:** Es el comportamiento que emplea un individuo para hacer las labores. En este sentido, se puede decir que es su forma de ser o el comportamiento de actuar, también puede considerarse como cierta forma de carácter, por tanto, secundario, frente a la motivación biológica, de tipo primario que impulsa y orienta la acción hacia determinados objetivos y metas.
2. **Afrontamiento al estrés:** Los modos de afrontamiento al estrés serían las diferentes respuestas conductuales, cognitivas y emocionales empleadas para manejar y tolerar al mismo, permitiendo reducir la tensión y restablecer el equilibrio
3. **Bienestar:** estado de la persona humana en el que se le hace sensible el buen funcionamiento de su actividad somática y psíquica.
4. **Desempeño:** Es el acto y la consecuencia de cumplir con todas las obligaciones de manera eficiente.
5. **Estrés:** Es un sentimiento de tensión física o emocional, siendo consecuencia por el trabajo, problemas, etc.
6. **Insatisfacción:** La insatisfacción es un sentimiento interior que experimenta una persona cuando siente que una realidad determinada no cumple sus expectativas.
7. **Motivación:** Implica estados internos que dirigen el organismo hacia metas o fines determinados; son los impulsos que mueven a la persona a realizar determinadas acciones y persistir en ellas para su culminación.
8. **Satisfacción:** Es un estado mental de goce por sentir que ya nada se necesita para lograr la completitud ya sea física o mental.

- 9. Personal de salud:** Son personas que poseen conocimientos, habilidades y actitudes propias de la atención de salud, se organizan por medio de colegios profesionales oficialmente reconocidos por los poderes públicos y deben estar en posesión del correspondiente título oficial que habilite expresamente para ello, ya trabajen por cuenta propia o ajena.
- 10. Validez:** Es un concepto que hace referencia a la capacidad de un instrumento de medición para cuantificar de forma significativa y adecuada el rasgo para cuya medición ha sido diseñado.
- 11. Confiabilidad:** se refiere a la consistencia de los resultados obtenidos mediante la investigación.
- 12. Afrontamiento:** Es cualquier actividad que el individuo puede poner en marcha, tanto de tipo cognitivo como de tipo conductual, con el fin de enfrentarse a una determinada situación.
- 13. Problema:** Cuestión que se plantea para hallar un dato desconocido a partir de otros datos conocidos, o para determinar el método que hay que seguir para obtener un resultado dado.
- Emoción:** Sentimiento muy intenso de alegría o tristeza producido por un hecho, una idea o un recuerdo.

#### **2.4. Bases epistemológicas o bases filosóficas o bases antropológicas**

##### **ESTRÉS**

El origen del término, es el vocablo anglosajón “*stress*” (que en principio se utilizaba en Física y que hace referencia a la tensión aplicada a un metal y la reacción del mismo ante dicha presión).

Comenzó a utilizarse en Fisiología por Selye (1956), definió el estrés como “*Un síndrome o conjunto de reacciones fisiológicas, no específicas del organismo, a distintos agentes nocivos de naturaleza física o química presentes en el medio ambiente*”.

Pero el estrés, aunque se definió por primera vez en el siglo XX, ha convivido con nosotros desde el origen de nuestra especie, siendo posiblemente uno de los cuatro o cinco factores biológicos clave, que nos han permitido sobrevivir, evolucionar y ser la especie dominante en nuestro planeta.

El estrés básicamente es un mecanismo de defensa automático del organismo, donde se ponen en marcha todo un conjunto de respuestas fisiológicas, cognitivas y conductuales *que* aumentan nuestro nivel de activación con la finalidad de afrontar un problema para el que no tenemos suficientes recursos (Navarro, 2015).

Se considera estrés al mecanismo que se pone en marcha cuando una persona se ve envuelta por un exceso de situaciones que superan sus recursos. Por lo tanto, se ven superados para tratar de cumplir con las demandas que se le exigen para superarlas. En estos casos, el individuo experimenta una sobrecarga que puede influir en el bienestar tanto físico como psicológico y personal.

Las causas que pueden ocasionar el estrés son muchas, pero el estrés no tiene por qué ser malo, también hay estrés positivo. En estas circunstancias el estrés actúa como un proceso general de adaptación de los individuos al medio. Por ejemplo, el estrés puede aparecer cuando alguien tiene frío tensando los músculos para producir calor cuando se produce un esfuerzo para hacer la digestión o cuando alguien se duerme menos para estudiar (Osorio, 2016).

## **Síntomas**

### **Sintomatología física**

Para Sanitas (2019), el estrés puede causar muchos síntomas, tanto físicos, como psicológicos y emocionales. Muchas veces los afectados no relacionan los signos con el propio estrés, los más frecuentes son:

- Dolor de cabeza: Es el tipo más frecuente, todo el mundo ha tenido dolor de cabeza alguna vez. El más común es el dolor de cabeza tensional (provocado por la tensión muscular que ejercemos sobre la cabeza, la mandíbula y el cuello entre otros), generado por el estrés o la ansiedad de forma habitual.
- Mala memoria.
- Diarrea (exceso de heces acuosas y blandas) o estreñimiento o dificultad para eliminar heces.
- Falta de energía o de concentración: la gente se centra tanto en un tema, que le cuesta prestar atención al resto de cosas, perdiendo de ese modo parte de la concentración.
- Cambios de la conducta.
- Problemas de salud mental: como ansiedad o depresión.
- Problemas cardiovasculares y musculoesqueléticos: cuando el estrés se prolonga mucho tiempo.
- Cambios en el peso: generado por los malos hábitos alimentarios vinculados con el estrés. Los cambios de apetito suelen ir acompañados habitualmente de un estilo de vida sedentario.
- Problemas estomacales.
- Cansancio constante y prolongado.



- Problemas a nivel sexual: el cansancio generado por el estrés puede prolongarse provocando problemas en muchos ámbitos de la vida, incluido el sexo.
- Rigidez en la mandíbula y el cuello: que puede ocasionar dolores de cabeza.
- Insomnio o exceso de sueño: la dificultad para conciliar el sueño es una causa frecuente de estrés, afectando tanto a la cantidad como a la calidad del sueño.
- Desgaste a nivel celular y envejecimiento: con el descanso se puede recuperar y hacer reversible el proceso de desgaste por estrés. Si alguien no duerme de forma continuada evitará en un estado de hiperactividad continuado y se le acumularán los sucesos estresantes. En estos casos, la persona afectada puede llegar a tener problemas de salud, tanto físicos y como mentales.

### **Sintomatología física**

Trastornos neurológicos funcionales, Los síntomas pueden afectar el movimiento y el funcionamiento del cuerpo, así como los sentidos. Las teorías sobre lo que sucede en el cerebro para que se produzcan los síntomas son complejas y abarcan varios mecanismos que pueden ser distintos en función del tipo de trastorno neurológico funcional. Básicamente, las partes del cerebro que controlan el funcionamiento de los músculos y los sentidos pueden ser un factor, aunque no exista ninguna enfermedad o anomalía.

Los síntomas de los trastornos neurológicos funcionales pueden manifestarse de manera repentina luego de un episodio estresante, o con traumatismos físicos o

traumas emocionales. Otros desencadenantes pueden ser cambios o alteraciones en el modo en que funciona el cerebro a nivel estructural, celular o metabólico.

Los signos y síntomas que afectan el funcionamiento y el movimiento del cuerpo pueden comprender:

- Debilidad o parálisis
- Movimiento anormal, como temblores o dificultad para caminar
- Pérdida de equilibrio
- Dificultad para tragar o sensación de tener «un bulto en la garganta»
- Convulsiones o episodios de temblores y una aparente pérdida del conocimiento (convulsiones no epilépticas)
- Episodios de falta de reacción

Los signos y los síntomas que afectan los sentidos pueden ser:

- Entumecimiento o pérdida de sensibilidad al tacto
- Problemas del habla, como incapacidad para hablar o balbucear
- Problemas de visión, como visión doble o ceguera
- Problemas de audición o sordera.

## **Causas**

Sanitas (2019), sirve como estímulo frente a situaciones importantes para la persona afectada, como puede ser la pérdida de un ser querido, la quiebra económica o frente a una boda. También puede servir como mecanismo de respuesta, según la Sociedad Española para el Estudio del Estrés y la Ansiedad (SEAS), el estrés se manifiesta en una primera fase de activación o preparación de la persona frente a este estímulo; después hay un periodo de mantenimiento del estado de alta actividad y,

por último, cuando se ha superado la situación, se pasa a una fase de agotamiento en la que la alta actividad cae bruscamente.

Para adaptarse a las exigencias o a las necesidades activamos el proceso del estrés que permite adaptarse y se manifiesta con reacciones como agilizar el pensamiento, emplear una conducta más enérgica, aumentar la eficacia para superar determinadas situaciones con éxito. A lo largo del día podemos vivir estrés sin consecuencias negativas, además puede favorecer al aumento de la autoestima al lograr incrementar el rendimiento y superar los retos y metas fijadas.

Sin embargo, empieza a ser perjudicial cuando no se recuperan la energía o los recursos gastados. Si sucede esto se produce un desgaste importante del organismo. Antonio Cano Vindel, presidente de SEAS, pone como ejemplo el caso de los estudiantes: cuando empieza la temporada de exámenes, duermen menos de lo que el cuerpo necesita, sufriendo cambios, como el envejecimiento celular.

### **Tipos de estrés**

Según Sanitas (2019). Establece los síntomas posibles de un cuadro de estrés, cabe diferenciar tres tipos:

- **Estrés agudo:**

Es el tipo más frecuente de estrés y se produce fundamentalmente como reacción a la exigencia o la presión puntual, por lo que es de corta duración y es fácilmente manejable y tratable. Se manifiesta con cansancio y síntomas tensionales, sobreexcitación, pies y manos fríos, sentimientos depresivos o una ligera ansiedad.

- **Estrés agudo episódico:**

Se refiere a las personas que sufren situaciones de estrés agudo de forma repetitiva y que parecen acabar atrapadas en una espiral de asunción excesiva de responsabilidades, que las sumerge en una vida desordenada, regida por la presión autoimpuesta e inmersa en una crisis continua. Son personas que suelen mostrarse con un carácter agrio, irritables, muy nerviosas y que están en un continuo estado de ansiedad. Además, a menudo culpan a otras personas de todos sus problemas. Otra forma de este tipo de estrés es el pesimismo constante que se transforma en una negatividad que se aplica a todo, esperando siempre que suceda lo peor. En cualquier caso, los síntomas son más graves, caracterizándose por la presencia frecuente de migrañas y dolores tensionales, hipertensión arterial, presión en el pecho y propensión a sufrir enfermedades cardíacas. Su tratamiento pasa por una terapia psicológica que puede durar meses, ya que son personas resistentes a los cambios.

- **Estrés crónico:**

Por último, se entiende como un tipo de estrés que afecta el estado físico y emocional del individuo. Esto puede deberse a estados de pobreza o situaciones que pueda generar estas afecciones. Esto es motivante a eventos traumáticos que el individuo ha vivido en su niñez, lo que gesta que la personalidad se determine. Así también el estrés en algunas ocasiones produce ideas que puedan generar suicidio u otras enfermedades. Su terapia mayormente requiere tratamiento farmacológico acompañado de terapia. Este tipo de estrés pueda ocasionar perjuicio severo al organismo, ocasionando la muerte con el suicidio,

infarto o hasta el cáncer. Su tratamiento es difícil debido que requiere un adecuado manejo conductual, del estrés y médico.

### **Factores desencadenantes del estrés**

Son reacciones que el cuerpo da ante situaciones que puedan considerarse peligrosas, llamados también estresores y que producen los siguientes síntomas:

- **Ansiedad:** Alerta que se da ante algo que pueda decirse como riesgo. Es una reacción emocional dada por esta implicancia, lo que sube el estrés y son los más tradicionales cuando se da el estrés.
- **Irritabilidad:** Un efecto que se estimula y está pendiente a algún estímulo.
- **Insomnio:** Se entiende como la ausencia de sueño ante factores que puedan producir estrés.
- **Presión grupal:** Es aquella presión social que se da por un grupo.
- **No conseguir objetivos planeados:** Al no haberse alcanzado los proyectos trazados, ocasiona la frustración.
- **Relaciones sociales complicadas o fallidas:** La empatía resulta ser complicado al momento de relacionarse bajo aspectos de pensamientos, juicios y rutinas.

### **La evolución del estrés**

La definición de estrés de acuerdo a Selye con el transcurso del tiempo pasó por un proceso evolutivo bajo respuestas del organismo en base a lo agresivo que pueda darse las causas para la persona, lo que condujo a la hipótesis de que el estrés es un concepto no establecido del organismo ante efectos de su entorno, por lo que la dimensión personal en este supuesto teórico no existe.

Se tiene entendido como una respuesta del cuerpo dada por algún evento en su entorno y que puede afectar al mismo cuerpo físico o emocional. Este mecanismo de defensa contra el cuerpo, por lo que su prolongación puede ocasionar problemas.

Es también un proceso natural del cuerpo humano, que genera una respuesta automática ante condiciones externas que resultan amenazadoras o desafiantes, que requieren una movilización de recursos físicos, mentales y conductuales para hacerles frente, y que a veces perturban el equilibrio emocional de la persona (Orlandini, 1999).

Crear de manera natural y enfrentar al estrés o adaptarse a él de manera positiva es aceptar las condiciones que nos propone esta nueva vida llena de retos y avances tecnológicos y estar a la par con ellos, viéndolo de manera negativa es hacer en una enfermedad que no nos deja desarrollar personal y profesionalmente.

### **Modos de Afrontamiento al estrés**

Según Fernández (2003), *“el afrontamiento o coping frente al estrés hace referencia al esfuerzo cognitivo y conductual y de carácter cambiante que se realiza para manejar las demandas específicas externas o internas que son evaluadas de forma desbordante para la persona”*.

Son un conjunto de planes para afrontar el estrés, por lo que existe un recopilado de 18 puntos, los cuales serán los siguientes:

- 1. Reevaluación positiva:** Se establece ante la respuesta positiva ante eventos que puedan verse como problemas.

2. **Reacción depresiva:** Una reacción ante eventos de manera negativa y que se determina como pesimismo.
3. **Negación:** La evasión de la realidad, por lo que la persona no acepta el problema.
4. **Planificación:** Generar planes estratégicos para solucionar el problema.
5. **Conformismo:** Se dan ante la ausencia de control sobre los problemas y sus consecuencias, por lo que siente inútil su intervención.
6. **Desconexión mental:** Situaciones en que la persona evita pensar en situaciones que puedan afectarlo.
7. **Desarrollo personal:** Un desarrollo bajo estímulos de aprendizaje para asegurar mejoras en las capacidades personales.
8. **Control emocional:** Acciones de manejo regulatorio de las emociones.
9. **Distanciamiento:** Eliminación de las causas emocionales que puedan vincularse al problema.
10. **Supresión de actividades distractoras:** Centrarse a alternativas que puedan producirse con el problema.
11. **Búsqueda de soluciones centrándose exclusivamente en el problema objetivo.**
12. **Refrenar el afrontamiento:** La nulidad de la acción ante el problema.
13. **Evitar el afrontamiento:** La nulidad de la acción, pero con la situación de que, ante cualquier agregado puede empeorar el problema.
14. **Resolución del problema:** Ante una situación que pueda generar un problema, desarrollar una actividad directa a ella.
15. **Apoyo social al problema:** Búsqueda de soluciones para el problema.
16. **Desconexión comportamental:** El problema no se soluciona.

**17. Expresión emocional:** Por medio de las emociones, una acción sobre el problema.

**18. Apoyo social emocional:** Ayuda por medio de otras personas ante el problema.

**19.** Búsqueda de comprensión en los demás sobre la situación problema.

**20. Respuesta paliativa:** Respuesta de modo que puedan hacerlos sentir bien.

Ante estas situaciones que puedan afrontar el problema, pueden acarrear efectos no positivos, por lo que las consecuencias pueden volverse algo patológico. La repetición puede darse al verse que la estrategia es funcional, por lo que su repetición puede ser buena para la salud, adicionando resiliencia para resolver situaciones problemáticas al desarrollo del individuo.

## **DIMENSIONES**

### ○ **AFRONTAMIENTO ENFOCADO EN EL PROBLEMA**

Afrontamiento activo

Planificación

La supresión de otras actividades

La postergación del afrontamiento

La búsqueda de apoyo social

### ○ **AFRONTAMIENTO ENFOCADO EN LA EMOCIÓN**

La búsqueda de soporte emocional

Reinterpretación positiva y desarrollo

La aceptación

Acudir a la religión

Análisis de las emociones



## ○ OTROS ESTILOS DE AFRONTAMIENTO

Negación

Conductas inadecuadas

Distracción

## **LA COVID 19**

OMS (2020). La COVID-19, es una afección infecciosa provocada por el coronavirus que se ha descubierto más recientemente y que causa el síndrome respiratorio agudo (SARS). Se reporta un 2.3% de letalidad siendo esta mayor a la de la influenza y más contagiosa que el SARS, su desconocimiento estaba dado hasta el brote en China en el año del 2019. En la actualidad el COVID-19 ha ocasionado muchos problemas en el mundo.

## **Propagación de la Covid 19**

OMS (2020). La propagación se da por medio del contacto entre individuos, esto motivo de que las gotículas desperdigadas por el infectado por medio del estornudo, toser o hablar. Las gotículas son “gruesas”, ya que debido a su peso llegan de manera rápida al suelo. Un individuo puede tener COVID-19, si estas gotículas le llega a su organismo, infectando al mismo. Por ello se recomienda hacer uso de la distancia requerida con las personas. También es recomendable el uso del lavado de las manos.

## **Síntomas del Covid 19**

Los síntomas más habituales de la COVID-19:

- La fiebre alta.
- La tos seca.
- El cansancio.

- Dolores y molestias.
- La congestión nasal.
- El dolor de cabeza.
- La conjuntivitis.
- El dolor de garganta.
- La diarrea.
- La pérdida del gusto o el olfato.
- Las erupciones cutáneas o cambios de color en los dedos de las manos o los pies.

Producto del mal, estos síntomas en su mayoría son suaves.

OMS (2020). Un aproximado de la quinta parte de las personas afectas no suelen recuperarse, necesitando ayuda hospitalaria contando con afecciones graves con la respiración. Las personas más propensas son aquellas que padecen problemas con el corazón, hipertensas, pulmonares, diabetes, etc. Pero, cualquier individuo que tenga esta afección puede llegar a estar hospitalizada. Por ello, ante síntomas graves lo recomendable es ir a algún establecimiento médico o llamar a algún profesional adjunto.

## CAPITULO III

### METODOLOGÍA

#### 3.1. Ámbito

Hernández, et al. (2010), refieren que el ámbito de investigación representa el espacio donde se desarrolla y ejecuta el estudio de investigación. Esta investigación se realizó en las instalaciones del Hospital II - EsSalud, Huánuco, ubicado en el distrito de Amarilis en la provincia de Huánuco en la cual se desconocía el nivel estrés laboral de sus colaboradores en esta época de pandemia.

#### 3.2. Población

Teniendo en cuenta lo señalado por Hernández R. (2014), que "una población es el conjunto de todos los casos que concuerdan con una serie de especificaciones" (p. 65). Se ha determinado una población total de 490 personas que laboran en el Hospital II EsSalud de Huánuco en condición de personal de salud contratados según se muestra en la siguiente tabla:

**Tabla 2**

*Población de estudio*

PERSONAL HOSP. 2	TIPO DE CONTRATO			
	CAS	276	728	TOTAL
MÉDICOS	37	9	78	124
PSICÓLOGOS	0	1	3	4
ENFERMEROS	76	16	66	158
TÉCNICO EN ENFERMERÍA	50	13	56	119
RADIÓLOGO	2	0	1	3
TECNÓLOGO RX	2	0	0	2
TECNÓLOGO MEDICO	0	1	17	18
CHOFERES	5	1	7	13
NUTRICIONISTA	2	0	2	4
QUÍMICO FARMACÉUTICO	2	0	4	6
TÉCNICO EN FARMACIA	2	2	5	9
TÉCNICO EN LABORATORIO	2	0	7	9
CAS ANTIGUO	21	0	0	21

TOTAL	201	43	246	490
-------	-----	----	-----	-----

**Nota.** Servidores Públicos que son el personal de salud del hospital II EsSalud – Huánuco, 2018. Fuente: Base de datos - Hospital II EsSalud

### 3.3. Muestra

Teniendo como referente a Hernández et al. (2014), la muestra estuvo conformada por 211 personas en su condición de personal de salud, la misma que fue calculada con un tipo de muestreo probabilístico, el cual, según Hernández et. al. (2014), es aplicado para poblaciones finitas.

La fórmula incurrida del estudio será la siguiente:

Aplicando la fórmula para hallar la muestra se consideró a una muestra de 211 trabajadores de salud del hospital II EsSalud – Huánuco.

$$n = \frac{z^2 \cdot p \cdot q \cdot N}{(N - 1)e^2 + p \cdot q \cdot z^2}$$

Donde:

N = 490

n = Tamaño de muestra

p = Probabilidad de éxito 60%

q = Probabilidad de fracaso 40%

e = Nivel de precisión 5%

z = Limite de confianza 1.96

$$n = \frac{1.96^2(0.6)(0.4)(490)}{(490 - 1)(0.05)^2 + (0.6)(0.4)(1.96)^2}$$

$$n = 210.66706 = 211$$

**Tabla 3**

*Muestra de estudio*

Lugar de Estudio	Población	Muestra
Hospital II - EsSalud	490	211

Fuente: Elaboración Propia

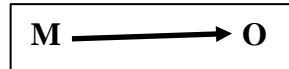
### **3.4. Nivel y tipo de estudio**

**Nivel:** El presente estudio de investigación corresponde al nivel descriptivo y nos explica Hernández (2014) que este nivel de estudio nos permite detallar situaciones y eventos, es decir cómo fue y cómo se manifestó el determinado fenómeno y buscó especificar propiedades importantes de personas, grupos, comunidades o cualquier otro fenómeno que sea sometido a análisis.

**Tipo:** La presente investigación es observacional, por lo mismo es de tipo básica porque el investigador no ha intervenido modificando la realidad; según el grado de generalización es una investigación fundamental, pues en esencia se buscó comprender el afrontamiento al estrés del personal de salud en tiempos de pandemia y según la manipulación de las variables es una investigación descriptiva, pues al ser una investigación no experimental como lo señala Hernández, no buscó manipular variables sino describir los hechos tal cual se presentan, además de considerar variables únicas. (Hernández, et al., 2010). Asimismo, la presente investigación es de tipo prospectivo porque planifica la toma de los datos según van ocurriendo y es de tipo transversal porque mide la variable de estudio en un solo momento.

### **3.5. Diseño de investigación**

Al ser una investigación no experimental, le corresponde un diseño transversal descriptivo utilizado para conocer cómo es el afrontamiento al estrés en el personal de salud de un hospital de Huánuco. Por tanto, el esquema con el que se trabajó se presenta a continuación:



Donde:

M = Muestra

O = Información de la variable en estudio

### 3.6. Métodos, técnicas e instrumentos

#### CUESTIONARIO DE MODOS DEL AFRONTAMIENTO AL ESTRÉS (COPE)

##### FICHA TÉCNICA DEL INSTRUMENTO

<b>Nombre</b>	: Cuestionario de modos de afrontamiento al estrés (COPE)
<b>Autor</b>	: Carver; Sellar
<b>Año</b>	: 1989
<b>Procedencia</b>	: Estados Unidos
<b>Estilos</b>	: Enfocado en el problema, en la emoción y en otros estilos de afrontamiento como la negación al problema.
<b>Adaptación</b>	: Casuso (1996; en Chau en 1998 en población universitaria en Lima
<b>Traducción al español:</b>	Salazar C. Víctor (1993) UOPCH
<b>Tipo de aplicación:</b>	Individual
<b>Total, de ítems:</b>	52 distribuidos en 13 áreas
<b>Rango de aplicación:</b>	de 16 a más
<b>Materiales</b>	: Cuestionario con 52 ítems y plantillas de corrección
<b>Calificación</b>	: de 1 a 4 puntos por cada respuesta
<b>Validez</b>	: 0.42 aceptable
<b>Confiabilidad</b>	: 0.55 aceptable

##### **Historia**

El Inventario Multidimensional de Estimación del Afrontamiento COPE es un instrumento creado para evaluar las diferentes maneras en que las personas responden al estrés. El COPE tiene dos versiones, la versión situacional orientada

a obtener respuestas en situaciones específicas o temporales y la versión disposicional, dirigida a evaluar respuestas típicas del sujeto. Los ítems son los mismos para ambas formas, variando solamente las instrucciones para su aplicación (Carver et al, 1989). Algunos investigadores plantean que, si bien puede haber beneficios en la evaluación diferenciada de ambas versiones, consideran que ambos enfoques no son del todo discordantes. Al respecto señalan que el afrontamiento puede ser entendido tanto en términos estables (disposicionales) como temporales (situacionales), ya que dependiendo del contexto el sujeto recurrirá preferentemente a algunos de ellos (Carver et al, 1989; Fernández Abascal, 1997; Krohne 1996). El COPE es una prueba que tiene distintas versiones. La original es la versión de 52 ítems que se organizan alrededor de 13 escalas. Estas representan las estrategias específicas de afrontamiento que usan las personas en situaciones de estrés y son: afrontamiento activo, planificación, supresión de actividades en competencia, restricción del afrontamiento, búsqueda de apoyo social por razones instrumentales, búsqueda de apoyo social por razones emocionales, reinterpretación positiva y crecimiento, aceptación, acudir a la religión, enfocar y liberar emociones, negación, desentendimiento conductual y desentendimiento mental.

**Técnica:** La técnica empleada para la recolección de datos fue la encuesta, que se aplicó a los trabajadores profesionales de salud del Hospital II EsSalud–Huánuco.

**Instrumento:** Fue empleado el cuestionario de modos del afrontamiento al estrés (COPE) como instrumento.

### **3.7. Validación y confiabilidad del instrumento**

#### **Investigación en el Perú**

En el Perú Casuso (1996), realizó esta adaptación del instrumento en su versión disposicional. Contando con una muestra con el alumnado, un total de 817 estudiantes, encontrando en la investigación según el método de alfa de Cronbrach está entre un valor de .4 y .86, resultando escalas realmente bajas en el desentendimiento mental con el valor “.48” y de “.4” en negación. Motivo del estudio se ha desarrollado para que los instrumentos puedan ser validados ante el criterio de los jurados, se tuvo un total de 6 especialistas. Siendo si (2), no (0), observaciones (1). Respecto a la validez y su grado, estuvo con 13 escalas con valores mayores de 1 y óptimas con las cargas factoriales, a pesar de que la misma no coincidir con lo establecido. Los estudios en el Perú que utilizan el supuesto dado por Casuso sostienen aun su estructura teórica, y no la empleada por Carver et al, siendo esta empírica.

#### **Medición**

Se utiliza como un evaluativo de los afrontamientos y sus respuestas, conocido también como COPE, establecido en el año 1989 por Weintraub, Scheier y Carver. Ello está compuesto por 60 ítems, bajo respuestas de escala Likert, con frecuencias de mayor a menor. En Latinoamérica se ha señalado que existe un estudio de Casuso (1996), que cuenta con ítems, 52, y otra de 60 que es la de Calvete, contando con 52 ítems anteriores y demás agregadas por demás autores.



Referido a la medición del estudio, se usó el siguiente cuestionario en base a COPE, contando con 52 ítems cargados de un par de alternativas como respuesta, expresado de tipo dicotómica.

- D1: Afrontamiento enfocado al problema 71 - 104
- D2: Afrontamiento enfocado a las emociones 36 - 70
- D3: Otros tipos de afrontamiento 0 - 35

Para este criterio se tomó en cuenta lo siguiente: Al ser 52 ítems y 2 tipos de respuesta suma la puntuación de 104 para los cortes de valoración se dividió entre 3 (dimensiones).

### **3.8. Procedimiento**

Se empleó como instrumento el cuestionario de modos de afrontamiento al estrés (COPE) y como técnica la encuesta siendo estos resultados tabulados en el sistema SPSS 25, desarrolló la data del estudio.

### **3.9. Tabulación y análisis de datos**

El resultado de los datos será correctamente tabulado para elaborar una matriz de datos con apoyo del Excel 2013, además, antes del procesamiento se realizará el control de calidad de los datos para verificar que se encuentren correctos. Posteriormente, se elaborará tablas de frecuencia mediante el programa estadístico SSPS y gráficos, esto con el fin de realizar el análisis mediante la aplicación de la estadística descriptiva.

### 3.10. Consideraciones éticas

Para esta investigación se tuvo en cuenta de manera respetuosa los lineamientos éticos básicos como la objetividad, honestidad y respeto hacia los derechos de las personas involucradas en la investigación.

**Autorización:** Para llevar a cabo nuestra investigación se presentó un documento solicitando el permiso al Doctor a cargo del hospital II EsSalud.

**Consentimiento Informado:** Al momento de llevar a cabo la evaluación se explicó la finalidad de la encuesta y la forma en la que se difundirá los resultados y las características necesarias esto con la finalidad que el encuestado tome una decisión autónoma al acceder o no a participar en la investigación.

**Confidencialidad de los Participantes:** Durante la evaluación se explicó que las pruebas rellenas en el Google form son de manera anónima para así mantener la confidencialidad, pero que si consideren el su profesión, edad, género y estado civil.

## CAPÍTULO IV

### RESULTADOS Y DISCUSIÓN

#### 4.1 Análisis descriptivo

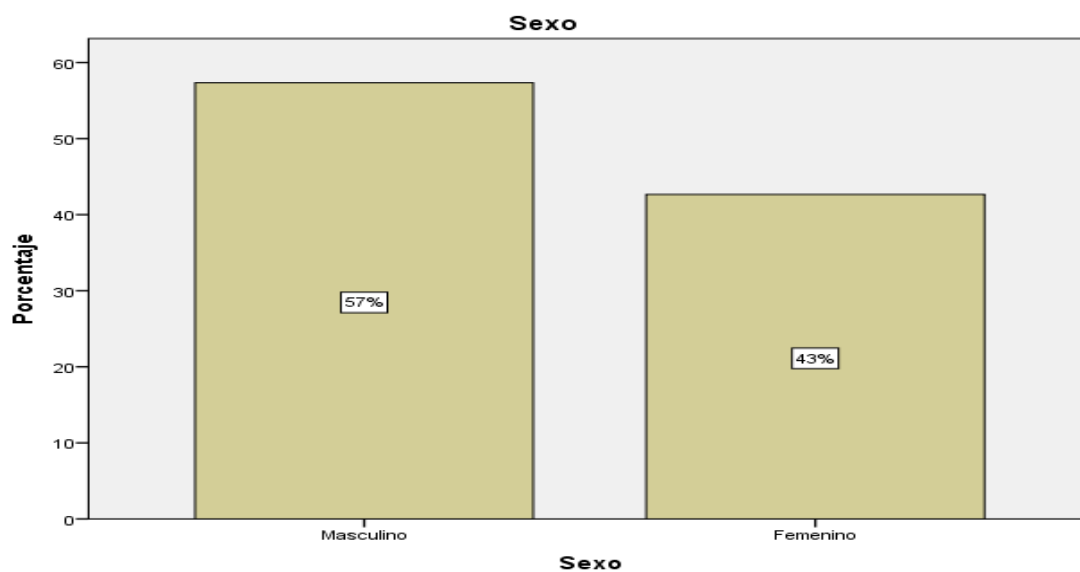
**Tabla 4**

*Sexo de la muestra estudiada*

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	Masculino	121	57,3	57,3	57,3
	Femenino	90	42,7	42,7	100,0
	Total	211	100,0	100,0	

*Fuente: Trabajadores de salud del hospital II EsSalud – Huánuco*

**Gráfico 1**



*Fuente: Tabla 4*

#### **Interpretación:**

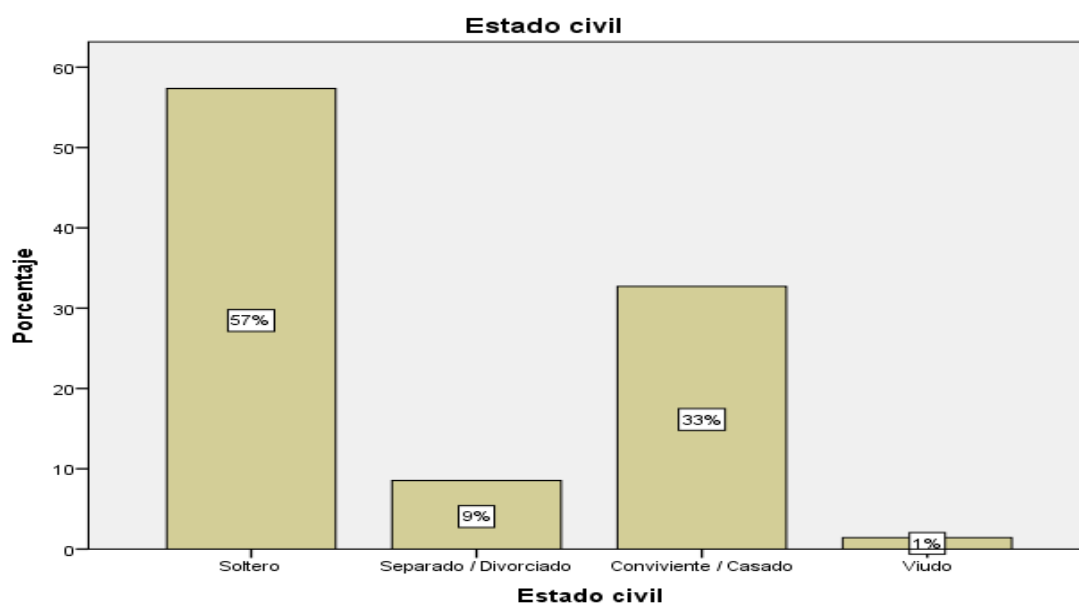
Realizada la encuesta a los trabajadores de salud del hospital II EsSalud – Huánuco, se observa en la tabla 4, el 57% de los trabajadores es del sexo masculino, asimismo, el 43% manifestó ser del sexo femenino, lo cual representa que más de la mitad de los encuestados es del sexo masculino.

**Tabla 5**  
*Estado civil de la muestra estudiada*

	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	Soltero	121	57,3	57,3
	Separado / Divorciado	18	8,5	65,9
	Conviviente / Casado	69	32,7	98,6
	Viudo	3	1,4	100,0
	Total	211	100,0	100,0

*Fuente: Trabajadores de salud del hospital II EsSalud – Huánuco*

**Gráfico 2**



*Fuente: Tabla 5*

### **Interpretación:**

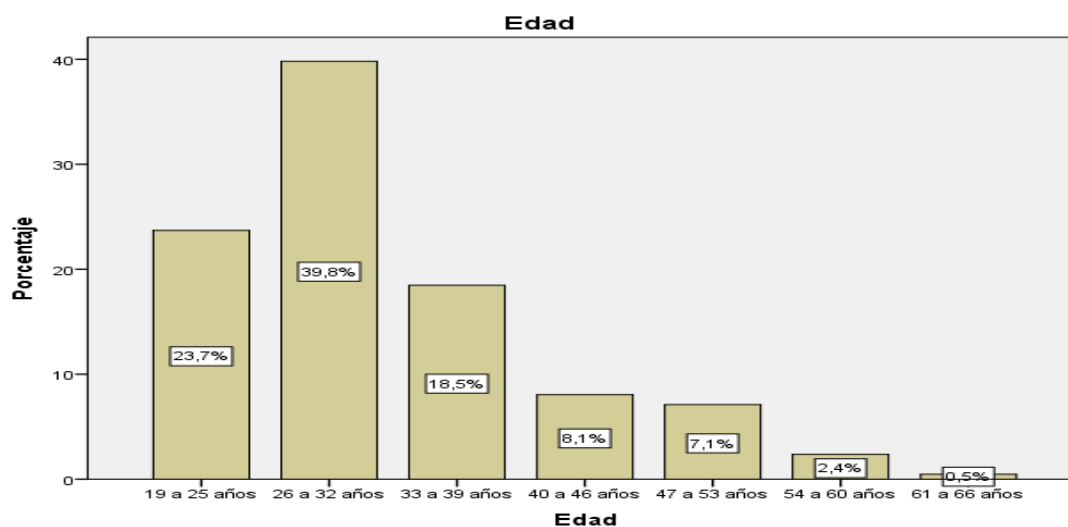
Realizada la encuesta a los trabajadores de salud del hospital II EsSalud – Huánuco, se observa en la tabla 5, el 57% de los trabajadores se encuentran solteros, el 33% manifestó estar con conviviente/casado, él 9% dice estar separado/divorciado, así mismo el 1% se encuentra viudo.

**Tabla 6**  
*Edad de la muestra estudiada*

	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	19 a 25 años	50	23,7	23,7
	26 a 32 años	84	39,8	63,5
	33 a 39 años	39	18,5	82,0
	40 a 46 años	17	8,1	90,0
	47 a 53 años	15	7,1	97,2
	54 a 60 años	5	2,4	99,5
	61 a 66 años	1	,5	100,0
	Total	211	100,0	100,0

Fuente: Trabajadores de salud del hospital II EsSalud – Huánuco

**Gráfico 3**



Fuente: Tabla 7

### Interpretación:

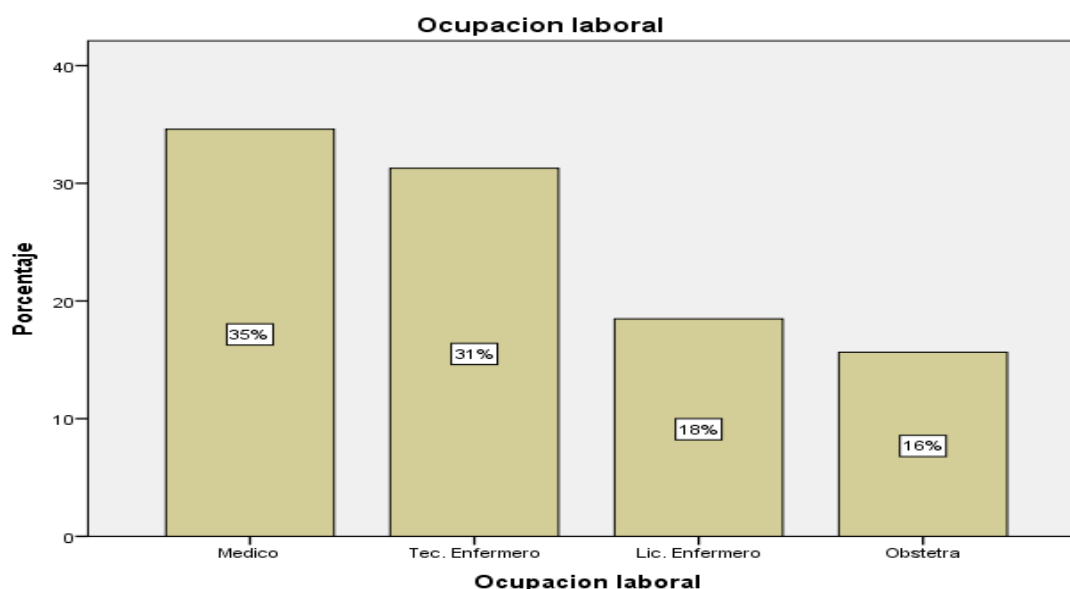
Realizada la encuesta a los trabajadores de salud del hospital II EsSalud – Huánuco, se observa en la tabla 6, el 39, % de los trabajadores tiene entre 26 a 32 años de edad, el 23,7% tiene entre 19 a 25 años de edad, el 18,5% manifestó, tener entre 33 a 39 años de edad, el 8,1% tiene entre 40 a 45 años de edad, mientras tanto, el 7,1% tiene entre 47 a 53 años de edad, así mismo el 2,4% tiene entre 54 a 60 años de edad y el 0,5% de los trabajadores tiene entre 61 a 66 años edad.

**Tabla 7**  
*Ocupación laboral*

	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Medico	73	34,6	34,6	34,6
Tec. Enfermero	66	31,3	31,3	65,9
Válido Lic. Enfermero	39	18,5	18,5	84,4
Obstetra	33	15,6	15,6	100,0
Total	211	100,0	100,0	

*Fuente: Trabajadores de salud del hospital II EsSalud – Huánuco.*

**Gráfico 4**



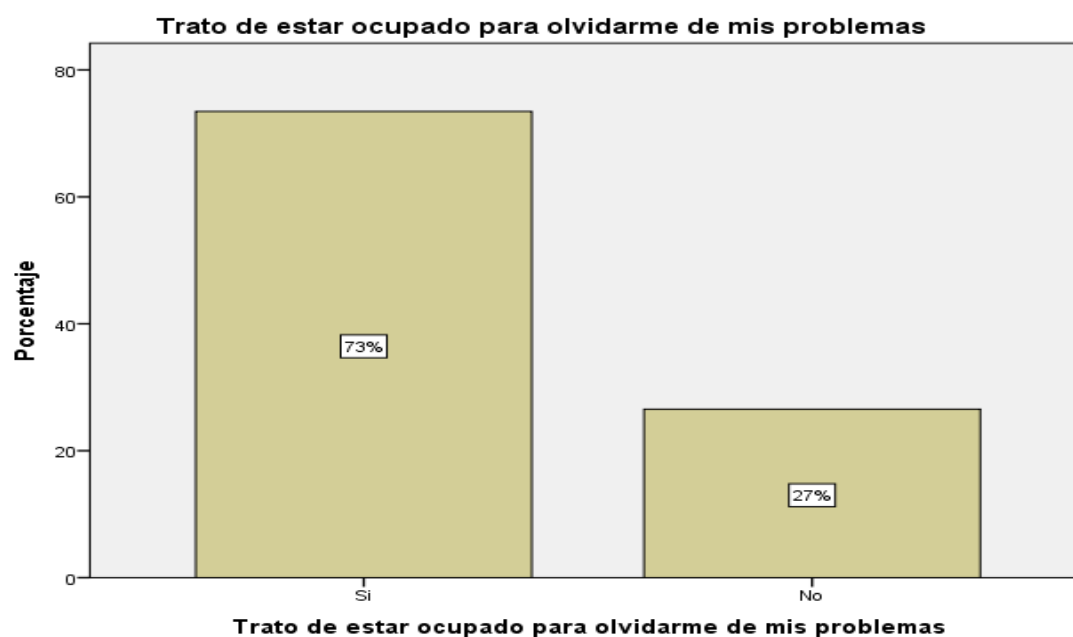
*Fuente: Tabla 7*

**Interpretación:**

Realizada la encuesta a los trabajadores de salud del hospital II EsSalud – Huánuco, se observa en la tabla 7, que el 35% de los trabajadores son médicos, por otro lado, el 31% son técnicos enfermeros, sin embargo, el 18% Lic. Enfermero, asimismo el 16% manifestó ser obstetra.

**Tabla 8***Trato de estar ocupado para olvidarme de mis problemas*

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	Si	155	73,5	73,5	73,5
	No	56	26,5	26,5	100,0
	Total	211	100,0	100,0	

*Fuente: Trabajadores de salud del hospital II EsSalud – Huánuco.***Gráfico 5***Fuente: Tabla 8***Interpretación:**

Realizada la encuesta a los trabajadores de salud del hospital II EsSalud – Huánuco, se observa en la tabla 8, respondió a la interrogante Trato de estar ocupado para olvidarme de mis problemas, los trabajadores respondieron de la siguiente manera: el 73% respondió que, si tratan de estar ocupados para olvidarse de sus problemas, 27% negó dicho cuestionario.

**Tabla 9***Busco algo bueno de lo que está pasando*

	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	Si	190	90,0	90,0
	No	21	10,0	100,0
	Total	211	100,0	100,0

*Fuente: Trabajadores de salud del hospital II EsSalud – Huánuco.***Gráfico 6***Fuente: Tabla 9***Interpretación:**

Realizada la encuesta a los trabajadores de salud del hospital II EsSalud – Huánuco, se observa en la tabla 14, respondió a la interrogante Busco algo bueno de lo que está pasando, los trabajadores respondieron de la siguiente manera: el 90% respondió que, si buscan algo bueno de lo que está pasando, 10% negó dicho cuestionario.

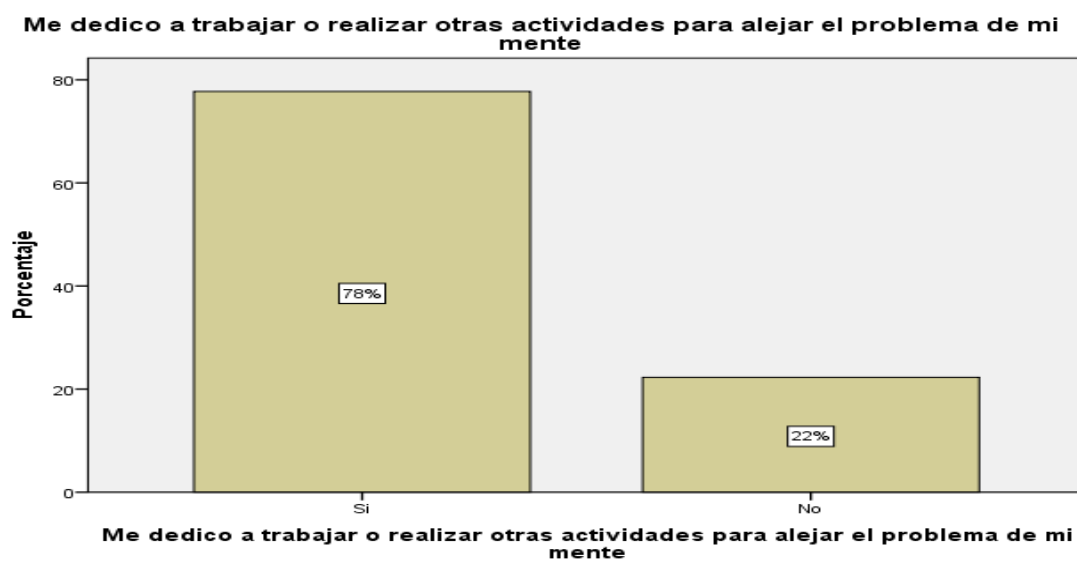


**Tabla 10**

*Me dedico a trabajar o realizar otras actividades para alejar el problema de mi mente*

	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	Si	164	77,7	77,7
	No	47	22,3	100,0
	Total	211	100,0	100,0

Fuente: Trabajadores de salud del hospital II EsSalud – Huánuco.

**Gráfico 7**

Fuente: Tabla 10

### **Interpretación:**

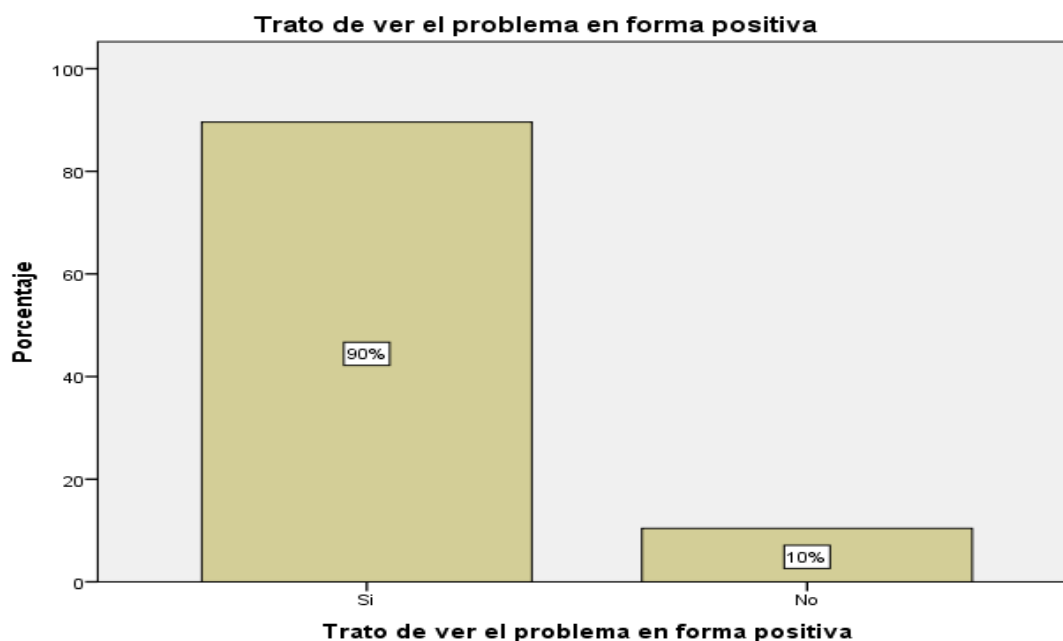
Realizada la encuesta a los trabajadores de salud del hospital II EsSalud – Huánuco, se observa en la tabla 20, respondió a la interrogante, Me dedico a trabajar o realizar otras actividades para alejar el problema de mi mente, los trabajadores respondieron de la siguiente manera: el 78% respondió que sí, se dedica a trabajar o realizar otras actividades, por otro lado, el 22% respondió que no.

**Tabla 11**  
*Trato de ver el problema en forma positiva*

	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	Si	189	89,6	89,6
	No	22	10,4	100,0
	Total	211	100,0	100,0

*Fuente: Trabajadores de salud del hospital II EsSalud – Huánuco.*

**Gráfico 8**



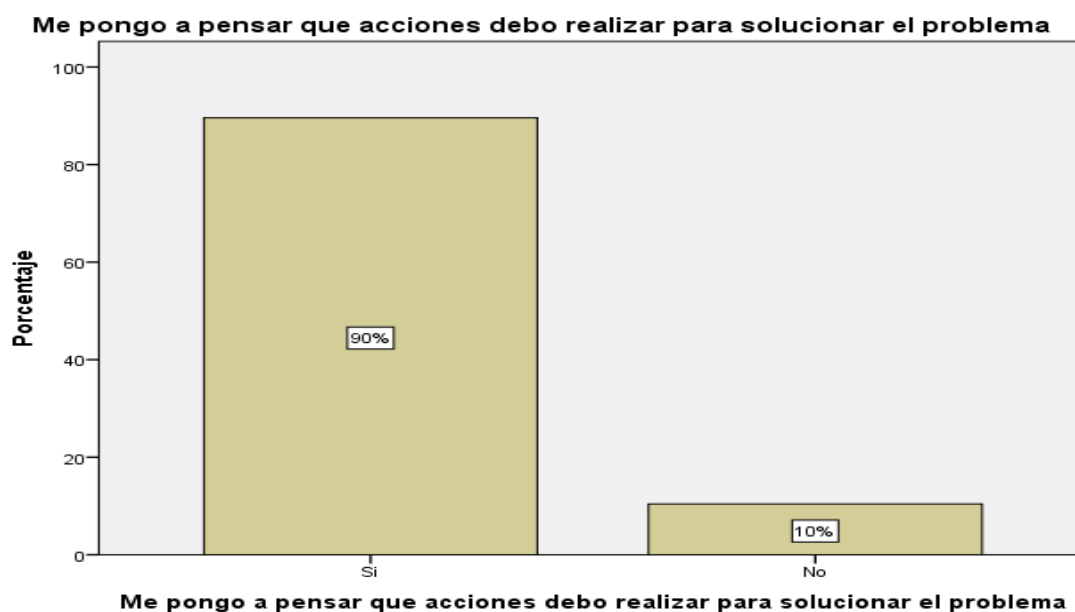
*Fuente: Tabla 11*

### **Interpretación:**

Realizada la encuesta a los trabajadores de salud del hospital II EsSalud – Huánuco, se observa en la tabla 27, respondió a la interrogante, Trato de ver el problema en forma positiva, los trabajadores respondieron de la siguiente manera: el 90% respondió que sí, por otro lado, el 10% respondió que no trata de ver el problema en forma positiva.

**Tabla 12***Me pongo a pensar que acciones debo realizar para solucionar el problema*

	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
	Si	189	89,6	89,6
Válido	No	22	10,4	100,0
	Total	211	100,0	100,0

*Fuente: Trabajadores de salud del hospital II EsSalud – Huánuco.***Gráfico 9***Fuente: Tabla 12***Interpretación:**

Realizada la encuesta a los trabajadores de salud del hospital II EsSalud – Huánuco, se observa en la tabla 22, respondió a la interrogante, Me pongo a pensar que acciones debo realizar para solucionar el problema, los trabajadores respondieron de la siguiente manera: el 90% respondió que sí, por otro lado, el 10 % respondió que no lo hace.

**Tabla 13***Acepto que el problema ha sucedido*

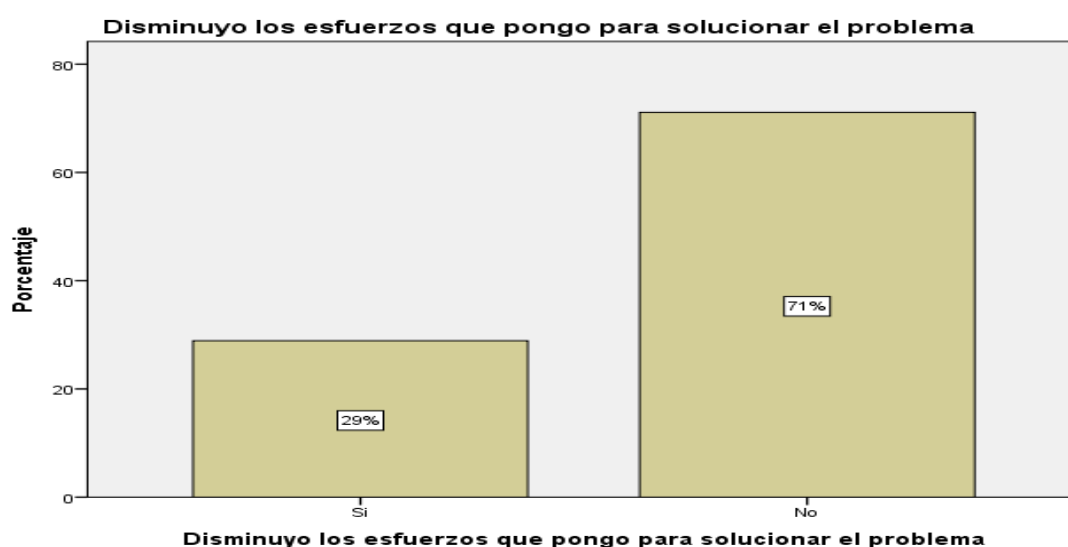
		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	Si	191	90,5	90,5	90,5
	No	20	9,5	9,5	100,0
	Total	211	100,0	100,0	

*Fuente: Trabajadores de salud del hospital II EsSalud – Huánuco.***Gráfico 10***Fuente: Tabla 13***Interpretación:**

Realizada la encuesta a los trabajadores de salud del hospital II EsSalud – Huánuco, se observa en la tabla 54, respondió a la interrogante, Acepto que el problema ha sucedido, los trabajadores respondieron de la siguiente manera: el 91% respondió que sí, acepta que el problema ha sucedido, por otro lado, el 9% respondió que no lo hace.

**Tabla 14***Disminuyo los esfuerzos que pongo para solucionar el problema*

	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	Si	61	28,9	28,9
	No	150	71,1	100,0
	Total	211	100,0	100,0

*Fuente: Trabajadores de salud del hospital II EsSalud – Huánuco.***Gráfico 11***Fuente: Tabla 14***Interpretación:**

Realizada la encuesta a los trabajadores de salud del hospital II EsSalud – Huánuco, se observa en la tabla 58, respondió a la interrogante: Disminuyo los esfuerzos que pongo para solucionar el problema. los trabajadores respondieron de la siguiente manera: el 71% respondió que no, disminuyen los esfuerzos que pongan para solucionar el problema, el 29% dijo que si, lo hace.

## Análisis inferencial y/o contrastación de hipótesis

### Prueba de hipótesis estadística

HI: Existe diferencias en las estrategias de afrontamiento al estrés en el personal de salud del Hospital II EsSalud–Huánuco, según ocupación laboral, estado civil y género en época de pandemia del Covid 19, 2020.

H0: No existe diferencias en las estrategias de afrontamiento al estrés en el personal de salud del Hospital II EsSalud–Huánuco, según ocupación laboral, estado civil y género en época de pandemia del Covid 19, 2020.

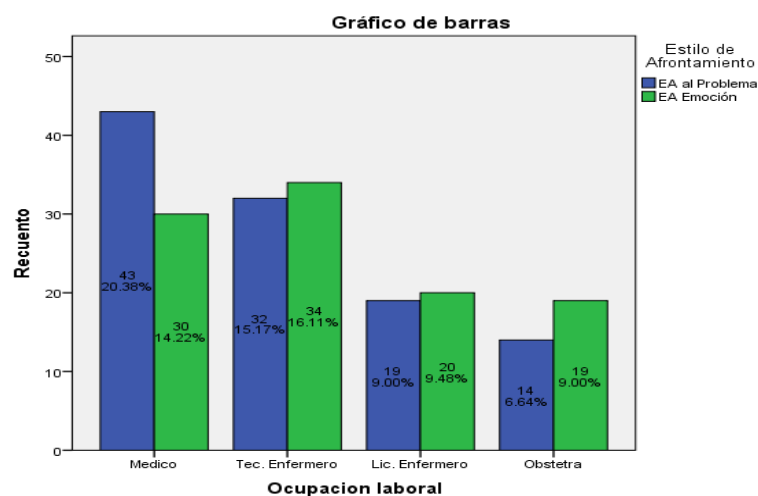
**Tabla 15**

*Estilos de afrontamientos presentes por ocupación laboral*

Tabla cruzada Ocupación laboral*Estilo de Afrontamiento				
Recuento				
	Ocupación laboral	Estilo de Afrontamiento		Total
		EA al Problema	EA Emoción	
	Medico	43	30	73
	Tec. Enfermero	32	34	66
	Lic. Enfermero	19	20	39
	Obstetra	14	19	33
	<b>Total</b>	<b>108</b>	<b>103</b>	<b>211</b>

*Fuente: Tabulación de encuesta realizada a los trabajadores de salud del hospital II EsSalud – Huánuco en el software Spss*

**Gráfico 12**



Fuente: Tabla 15

**Interpretación:**

Planteada la hipótesis: Existe diferencias en las estrategias de afrontamiento al estrés en el personal de salud del Hospital II EsSalud–Huánuco, según ocupación laboral, estado civil y género en época de pandemia del Covid 19, 2020. Ante ello podemos presenciar que efectivamente el personal profesional del hospital emplea solo 2 tipos de estrategias de afrontamiento al estrés, siendo dos los estilos de afrontamiento predominantes, la primera es el estilo de afrontamiento enfocado al problema en un 51.19% y el segundo el estilo de afrontamiento enfocado a las emociones con un 48.81%; por tanto, detallaremos el estilo de afrontamiento predominante por ocupación laboral.

Ocupación laboral Médico: Con respecto a este grupo de profesionales demostraron a través de sus respuestas, que un 20.38% representando a 43 profesionales médicos refieren que afrontan al estrés con el estilo de afrontamiento enfocado al problema, mientras que el 14.22% representando a 30 profesionales médicos emplean el afrontamiento enfocado a las emociones.

Entonces afirmamos que en cuanto a la ocupación laboral de médico el estilo de afrontamiento al estrés que predomina es el estilo de afrontamiento enfocado al problema.

Ocupación laboral Técnico enfermero: Con los resultados se demuestra que el personal técnico enfermero para afrontar el estrés emplean el estilo de afrontamiento enfocado al problema en un 15.17% que en frecuencia refiere a 32 técnicos enfermeros y el 16.11% equivalente a 34 profesionales técnicos emplean el estilo de afrontamiento enfocado a las emociones. Con los resultados precedentes se afirma que en cuanto a la

ocupación laboral Técnico en enfermería el estilo de afrontamiento al estrés que predomina es el estilo de afrontamiento enfocado a la emoción.

Ocupación laboral Lic. enfermería: Con respecto a esta ocupación laboral los Lic. en enfermería demuestran a través de la encuesta aplicada que el 9% para afrontar el estrés, suelen emplear el estilo de afrontamiento enfocado al problema; mientras en 9.48% ponen en práctica el estilo de afrontamiento enfocado a las emociones. Entonces se puede precisar que en cuanto a la ocupación laboral de Licenciado en enfermería el estilo de afrontamiento al estrés que predomina es el estilo de afrontamiento enfocado a la emoción.

Ocupación laboral Obstetra: En este grupo de profesionales para afrontar el estrés emplean el estilo de afrontamiento enfocado al problema en un 6.64% equivalente a 14 obstetras y el 9% que refiera a 19 profesionales obstetras emplean el estilo de afrontamiento al estrés enfocado a las emociones. Entonces se puede precisar que en cuanto a la ocupación laboral de Obstetra el estilo de afrontamiento al estrés que predomina es el estilo de afrontamiento enfocado a la emoción.

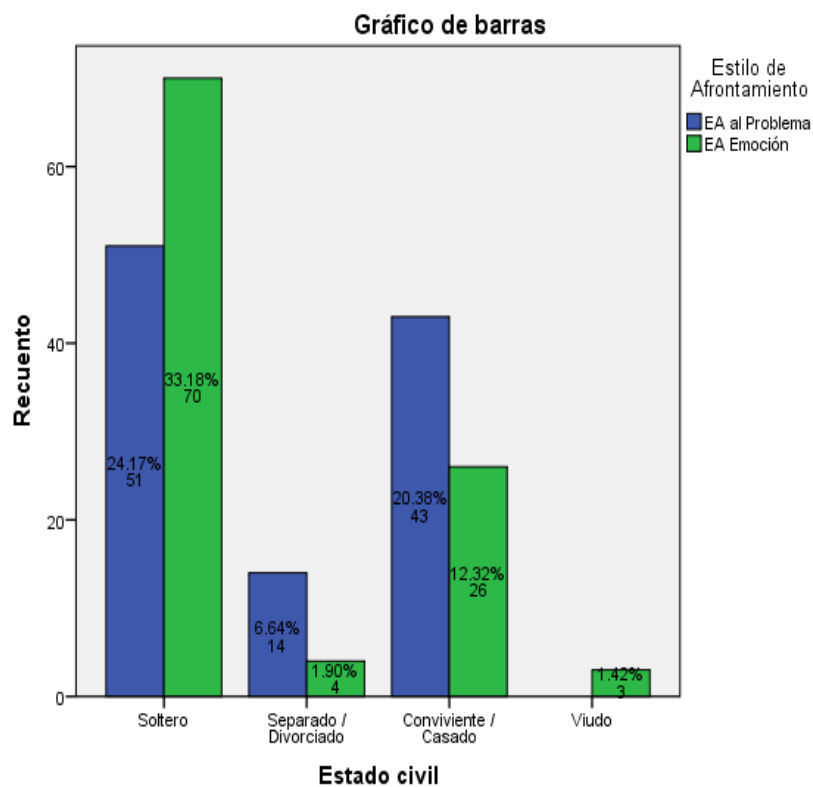


**Tabla 16**

*Estilos de afrontamientos empleados por el personal profesional en cuanto a estado civil*

<b>Tabla cruzada Estado civil*Estilo de Afrontamiento</b>				
Recuento		Estilo de Afrontamiento		Total
		EA al Problema	EA Emoción	
Estado civil	Soltero	51	70	121
	Separado / Divorciado	14	4	18
	Conviviente / Casado	43	26	69
	Viudo	0	3	3
Total		108	103	211

*Fuente: Tabulación de encuesta realizada a los trabajadores de salud del hospital II EsSalud – Huánuco en el software Spss*

**Gráfico 13**

Fuente: Tabla 16

### **Interpretación:**

Podemos presenciar que efectivamente el personal profesional del hospital emplea solo 2 tipos de estrategias de afrontamiento al estrés, siendo dos los estilos de afrontamiento predominantes, la primera es el estilo de afrontamiento enfocado al problema en un 51.19% y el segundo el estilo de afrontamiento enfocado a las emociones con un 48.81%; por tanto, detallaremos el estilo de afrontamiento predominante por estado civil.

### **Estado civil**

**Soltero:** Con respecto al personal profesional de estado civil soltero el estilo de afrontamiento que *predomina es el enfocado a la emoción con un 33.18%* equivalente a 70 profesionales encuestados y el 24.17% emplea el afrontamiento enfocado al problema representado en frecuencia por 51 profesionales.

**Separado / Divorciado:** Los profesionales de estado civil separados o divorciados refieren que el estilo de afrontamiento *predominante es el enfocado al problema expresándose así en un 6.64%* equivalente a 14 profesionales y con respecto al estilo de afrontamiento enfocado a las emociones fue el 1.90% refiriéndonos a 4 profesionales.

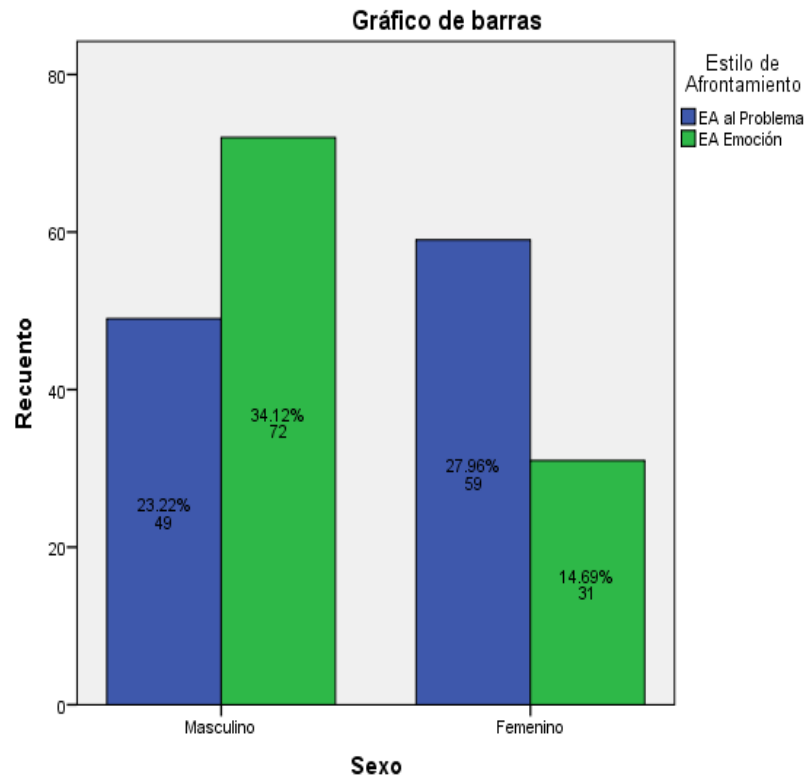
**Conviviente / Casado:** Los profesionales encuestados de estado civil conviviente o casado indican que emplean como estilo *de afrontamiento predominante al estilo enfocado al problema con un 20.38%* que representa a 43 profesionales; mientras que un 12.32% expresado por 26 profesionales encuestados emplean el estilo de afrontamiento en las emociones.

**Viudo:** Los profesionales de estado civil viudos refieren que emplean el estilo de afrontamiento enfocado en la emoción esto se expresa en un 1.42% equivalente al total 3 profesionales encuestados.

**Tabla 17***Estilos de afrontamientos presentes del personal profesional por género*

<b>Tabla cruzada Sexo*Estilo de Afrontamiento</b>				
Recuento		Estilo de Afrontamiento		Total
		EA al Problema	EA Emoción	
Sexo	Masculino	49	72	121
	Femenino	59	31	90
Total		108	103	211

*Fuente: Tabulación de encuesta realizada a los trabajadores de salud del hospital II EsSalud – Huánuco en el software Spss*

**Gráfico 14**

Fuente: Tabla 17

**Interpretación:**

Con respecto al género podemos apreciar en la tabla 40 que los profesionales encuestados en cuanto a géneros encontramos a 121 (57.34%) profesionales de género masculino y 90 (42.66%) profesionales del género femenino:

**Género masculino:** El estilo de afrontamiento al estrés que predomina es el afrontamiento enfocado a las emociones con un 34.12% que representa a 72 profesionales del género masculino y también se presencia el estilo de afrontamiento enfocado al problema en un 23.22% que representa a 49 profesionales.

**Género femenino:** El estilo de afrontamiento al estrés que predomina es el afrontamiento enfocado al problema con un 27.96% que representa a 59 profesionales del género femenino y también se presencia el estilo de afrontamiento enfocado a la emoción en un 14.69% que representa a 31 profesionales.

## CAPITULO V

### DISCUSIÓN

En este capítulo se discutirá los resultados obtenidos en la investigación con los resultados de otras investigaciones citadas previamente en el marco teórico; para ello Celis y Pozo (2018). En su investigación *Factores de personalidad y modos de afrontamiento al estrés*. Concluyendo que existen modos de afrontamiento puros y mixtos, siendo los más destacados el modo centrado en la emoción, con estrategias de reinterpretación positiva, la búsqueda de apoyo social por razones emocionales, la aceptación y en término medio acudir a la religión, enfocar y liberar emociones; el afrontamiento centrado en el problema, con estrategias de búsqueda de apoyo social por razones instrumentales, afrontamiento activo, planificación y supresión de actividades y en menor porcentaje otros modos de afrontamiento con las estrategias de desentendimiento mental y enfocar y liberar emociones, que son de alto riesgo. Solo existe relación positiva y significativa entre energía y otros modos de afrontamiento, entre estabilidad emocional y los afrontamientos centrados en el problema y centrado en la emoción; entre tesón y el afrontamiento centrado en el problema y entre éste con apertura mental, pero las correlaciones son débiles.

Este resultado se contrasta con el hallazgo de esta investigación para ello se menciona la hipótesis planteada: Existe diferencias en las estrategias de afrontamiento al estrés en el personal de salud del Hospital II EsSalud–Huánuco, según ocupación laboral, estado civil y género en época de pandemia del Covid 19, 2020. Ante ello podemos presenciar que efectivamente el personal profesional del hospital en cuanto a ocupaciones emplea solo 2 tipos de estrategias de afrontamiento al estrés, siendo dos los estilos de afrontamiento predominantes, la primera es el estilo de afrontamiento enfocado al problema en un 51.19% y el segundo el

estilo de afrontamiento enfocado a las emociones con un 48.81%; por tanto, detallamos el estilo de afrontamiento predominante por ocupación laboral. *Ocupación laboral Médico*: El estilo de afrontamiento al estrés que predomina es el estilo de afrontamiento enfocado al problema. *Ocupación laboral Técnico enfermero*: El estilo de afrontamiento al estrés que predomina es el estilo de afrontamiento enfocado a la emoción. *Ocupación laboral Lic. enfermería*: El estilo de afrontamiento al estrés que predomina es el estilo de afrontamiento enfocado a la emoción. *Ocupación laboral Obstetra*: El estilo de afrontamiento al estrés que predomina es el estilo de afrontamiento enfocado a la emoción.

En cuanto a estado civil el personal profesional del hospital emplea solo 2 tipos de estrategias de afrontamiento al estrés, siendo dos los estilos de afrontamiento predominantes, la primera es el estilo de afrontamiento enfocado al problema en un 51.19% y el segundo el estilo de afrontamiento enfocado a las emociones con un 48.81%; por tanto, detallaremos el estilo de afrontamiento predominante por estado civil. Soltero: El estilo de afrontamiento que predomina es el enfocado a la emoción con un 33.18% equivalente a 70 profesionales encuestados y el 24.17% emplea el afrontamiento enfocado al problema representado en frecuencia por 51 profesionales. Separado / Divorciado: El estilo de afrontamiento predominante es el enfocado al problema expresándose así en un 6.64% equivalente a 14 profesionales y con respecto al estilo de afrontamiento enfocado a las emociones fue el 1.90% refiriéndonos a 4 profesionales. Conviviente / Casado: El estilo de afrontamiento predominante es el estilo enfocado al problema con un 20.38% que representa a 43 profesionales; mientras que un 12.32% expresado por 26 profesionales encuestados emplean el estilo de afrontamiento en las emociones. Viudo: El estilo de afrontamiento enfocado en la emoción esto se expresa en un 1.42% equivalente al total 3 profesionales encuestados.

Con respecto al género podemos apreciar en la tabla 40 que los profesionales encuestados en cuanto a géneros encontramos a 121 (57.34%) profesionales de género masculino y 90 (42.66%) profesionales del género femenino. Género masculino: El estilo de afrontamiento *al estrés que predomina es el afrontamiento enfocado a las emociones* con un 34.12% que representa a 72 profesionales del género masculino y también se presencia el estilo de afrontamiento enfocado al problema en un 23.22% que representa a 49 profesionales. Género femenino: El estilo de afrontamiento al estrés que *predomina es el afrontamiento enfocado al problema* con un 27.96% que representa a 59 profesionales del género femenino y también se presencia el estilo de afrontamiento enfocado a la emoción en un 14.69% que representa a 31 profesionales.

### **5.1 Aporte científico de la investigación**

Esta investigación tiene gran relevancia científica en el sentido que permitió conocer las estrategias de afrontamiento al estrés en el personal de salud del Hospital II EsSalud–Huánuco, en época de pandemia del Covid 19, 2020, cual evidencia que los estilos de afrontamiento al estrés más empleados por el personal fue el de estilo de afrontamiento enfocado al problema y el estilo de afrontamiento enfocado a la emoción; todo esto para tratar de apaciguar su preocupación como persona ante esta situación y desarrollar sus actividades y ponerse al frente como profesional incluso arriesgándose a ser contagiado y contagiar a sus seres queridos; durante la pandemia los profesionales que más batallaron fueron el personal de salud ya que otras distintas profesiones pudieron continuar sus labores de manera remota sin arriesgar sus vidas.

## CONCLUSIONES

1. Se logró conocer las estrategias de afrontamiento al estrés en el personal de salud del Hospital II EsSalud–Huánuco, en época de pandemia del Covid 19, 2020. Siendo estas estrategias las siguientes: modo de afrontamiento enfocado al problema, modo de afrontamiento enfocado a la emoción y otros estilos de afrontamiento.
2. Se logró identificar las respuestas de afrontamiento al estrés más utilizados por el personal de salud del Hospital II EsSalud–Huánuco, en época de pandemia del Covid 19, 2020. Fueron 2 los estilos de afrontamiento al estrés más predominantes, una fue el modo de afrontamiento enfocado al problema y el modo de afrontamiento enfocado a la emoción.
3. Se logro identificar las respuestas de afrontamiento al estrés más utilizados por el personal de salud del Hospital II EsSalud–Huánuco, en época de pandemia del Covid 19, 2020. Siendo la respuesta más empleada la afirmativa (si).
4. Se logró comparar las estrategias de afrontamiento al estrés en función a la ocupación laboral, estado civil y genero del personal de salud del Hospital II EsSalud–Huánuco, en época de pandemia del Covid 19, 2020. *Ocupación laboral Médico:* El estilo de afrontamiento al estrés que predomina es el estilo de afrontamiento enfocado al problema. *Ocupación laboral Técnico enfermero:* El estilo de afrontamiento al estrés que predomina es el estilo de afrontamiento enfocado a la emoción. *Ocupación laboral Lic. enfermería:* El estilo de afrontamiento al estrés que predomina es el estilo de afrontamiento enfocado a la emoción. *Ocupación laboral Obstetra:* El estilo de afrontamiento al estrés que predomina es el estilo de afrontamiento enfocado a la emoción. En cuanto a estado civil *Soltero:* El estilo de afrontamiento que predomina es el enfocado a la emoción. *Separado / Divorciado:* El estilo de afrontamiento predominante es el enfocado al problema. *Conviviente / Casado:* El estilo de afrontamiento predominante es el estilo enfocado al



problema. *Viudo*: El estilo de afrontamiento enfocado en la emoción. Con respecto al *Género masculino*: El estilo de afrontamiento *que* predomina es el afrontamiento enfocado a las emociones. *Género femenino*: El estilo de afrontamiento al estrés que predomina es el afrontamiento enfocado al problema.

## RECOMENDACIÓN

Se sugiere de manera muy respetuosa al director del Hospital II ESSALUD – Huánuco, promover programas de afrontamiento al estrés en el personal de salud del hospital II ESSALUD, de esta manera reforzar la importancia de saber cómo afrontar o superar estos episodios de estrés frente a situaciones delicadas que estén directamente relacionadas al COVID – 19.

Incluir en las sesiones o reuniones con el personal de salud, talleres de manejo del estrés, análisis de experiencias y/o acciones de esparcimiento que permitan disminuir los niveles de estrés.

Procurar las actividades de promoción y protección de salud mental – laboral que implemente la institución con la participación de los enfermeros.

Identificar los tipos de factores principales desencadenantes de estrés laboral para tomar conductas preventivas en presencia de estos.

Prestar atención a las necesidades afectivas, psicológicas, ambientales, etc., del personal para poder brindar soporte emocional y mejorar las condiciones laborales y ambientales.

Organizar las actividades del personal de la salud para evitar la duplicidad de roles que causan la sobrecarga laboral.

## REFERENCIAS BIBLIOGRAFICAS

- Alcoser A. (2012), “Estrategias de afrontamiento en adolescentes de 12 a 15 años con embarazos no planificados, usuarios del centro de atención Integral del adolescente del área 17 del Cantón Durán” – Ecuador.
- Camacho, H. (2000). Enfoques epistemológicos y secuencias operativas de investigación. Universidad Dr. Rafael Beloso Chacín. Venezuela..
- Casuso L. (1996). Adaptación de la prueba COPE sobre estilos de Afrontamiento en un grupo de estudiantes universitarios de Lima. Tesis para optar el título de Licenciada en Psicología con mención en psicología clínica no publicada. Pontificia Universidad Católica del Perú, Lima
- Celis F. y Pozo L. (2018), “Factores de personalidad y modos de afrontamiento al estrés en los estudiantes de la Facultad de Psicología de la Universidad Nacional Hermilio Valdizan, Huánuco - 2018” - Perú.
- Choroco S. (2019). Motivación y estrés laboral del personal de enfermería en el servicio de medicina en una Clínica de San Borja-2019.
- Fernández-Abascal, E. (2003). Procesamiento emocional. *G. Fernández-Abascal, F., P. Jiménez Sánchez, & MD Martín Díaz (Eds.), Emoción y motivación: La adaptación humana, 1*, 47-93.
- García L. (2016), “Estudio del Estrés Laboral en el personal Administrativo y trabajadores de la Universidad de Cuenca. Cuenca 2015” – Ecuador.
- Gonzáles D. y Peña R. (2015) “Percepción de estilos de crianza y estilos de afrontamiento en pacientes mujeres con diagnóstico de personalidad límite en un hospital de Salud Mental de Lima Este”
- Goza M. y Joselins M. (2016). “Nivel de Estrés y Satisfacción Laboral en un grupo de trabajadores del Centro de Salud Aclas Pillco Marca. Huánuco 2016”
- Hernández R. (2014), Metodología de la Investigación – sexta edición por Mc Graw – Hill / Interamericana Editores.
- Hernández R., Fernández C. y Baptista P., (2014). Metodología de la investigación McGraw-Hill. México DF.
- Lazarus R y Folkman S. (1984). Estrés, valoración y afrontamiento. Editorial Springer.

- Lévano J. (2018) “Afrontamiento al estrés en el personal militar de diferentes unidades hospitalarias del Hospital Militar Central del Perú Crl. Luis Arias Schreiber
- McEwen B. (2000), La neurobiología del estrés: de la casualidad a la relevancia clínica.
- Melgarejo C. (2018), “Afrontamiento al estrés y bienestar psicológico en trabajadores de la subgerencia de salud y programas sociales de la municipalidad de Puente Piedra” – Perú.
- Navarro F. (2015), Origen del estrés. Recuperado:
- OMS (2020). Organismo Mundial de la Salud, propagación y síntomas Covid 19 – Pandemia.
- Orlandini, A. (1999). El estrés, que es y cómo evitarlo. México, FC.
- Osorio A. (2016), Estrés. Recuperado: <https://cuidateplus.marca.com/enfermedades/psicologicas/estres.html>
- Palomino B. y Ramos G. (2019), “Patrones de Conducta A-B y modos de afrontamiento al estrés en pacientes con enfermedades Cardiovasculares del Hospital Base II – EsSalud – Huánuco, 2019” - Perú.
- Paniagua, F., & Condori, P. (2018). Investigación científica en educación. Juliaca Puno: Industria Gráfica Maxcolor S.A.
- Sanitas (2019), Tipos de estrés. Recuperado: <https://www.sanitas.es/sanitas/seguros/es/particulares/biblioteca-de-salud/estilo-vida/tipos-estres.html>
- Selye (1936). Teoría del estrés. Recuperado de: <https://psikipedia.com/libro/psicopatologia>, 2, 2287.
- Selye H. (1956) El estrés de la vida.
- Tonato T. y Carolina L. (2015) “Estilos de Afrontamiento predominantes en las mujeres embarazadas diagnosticadas con VIH que asisten al Hospital Gineco- Obstétrico Isidro Ayora de Quito”.
- Weitz J. (1970). *Social and Psychological factors in Stress*. (R. & W. Holyt, Ed.). New York.

# ANEXOS

## ANEXO I

Tabla 18

Matriz de Consistencia

PROBLEMA	OBJETIVOS	Hipótesis	VARIABLES	DIMENSIONES	METODOLOGÍA
<p><u>Problema General:</u></p> <p>¿Cuáles son las estrategias de afrontamiento al estrés en el personal de salud del Hospital II EsSalud–Huánuco, en época de pandemia del Covid 19, 2020?</p> <p><u>Problema Específico:</u></p> <p>¿Cuál son la estrategia de afrontamiento al estrés predominante en el personal de salud del Hospital II EsSalud–Huánuco, en época de pandemia del Covid 19, 2020?</p> <p>¿Cuáles son las respuestas de afrontamiento al estrés más utilizadas por el personal de salud del Hospital II EsSalud–Huánuco, en época de pandemia del Covid 19, 2020?</p> <p>¿Existe diferencias en las estrategias de afrontamiento al estrés en función a la ocupación laboral del personal de salud del Hospital II EsSalud–Huánuco, en época de pandemia del Covid 19, 2020?</p>	<p><u>Objetivo General:</u></p> <p>Conocer las estrategias de afrontamiento al estrés en el personal de salud del Hospital II EsSalud–Huánuco, en época de pandemia del Covid 19, 2020.</p> <p><u>Objetivos Específicos:</u></p> <p>Explicar la estrategia de afrontamiento al estrés predominante en el personal de salud del Hospital II EsSalud–Huánuco, en época de pandemia del Covid 19, 2020.</p> <p>Identificar las respuestas de afrontamiento al estrés más utilizados por el personal de salud del Hospital II EsSalud–Huánuco, en época de pandemia del Covid 19, 2020.</p> <p>Comparar las estrategias de afrontamiento al estrés en función a la ocupación laboral, estado civil y genero del personal de salud del Hospital II EsSalud–Huánuco, en época de pandemia del Covid 19, 2020.</p>	<p><u>Hipótesis</u></p> <p>HI: Existe diferencias en las estrategias de afrontamiento al estrés en el personal de salud del Hospital II EsSalud–Huánuco, según ocupación laboral, en época de pandemia del Covid 19, 2020.</p> <p>H0: No existe diferencias en las estrategias de afrontamiento al estrés en el personal de salud del Hospital II EsSalud–Huánuco, según ocupación laboral, en época de pandemia del Covid 19, 2020.</p>	<p><b>MODOS DE AFRONTAMIENTO AL ESTRÉS</b></p> <p><b>FACTORES SOCIO DEMOGRÁFICOS</b></p>	<p>AFRONTAMIENTO ENFOCADO EN EL PROBLEMA</p> <p>AFRONTAMIENTO ENFOCADO EN LA EMOCIÓN</p> <p>OTROS ESTILOS DE AFRONTAMIENTO</p> <p>EDAD</p> <p>SEXO</p> <p>OCUPACIÓN LABORAL</p> <p>ESTADO CIVIL</p>	<p><b>Tipo:</b> Aplicada</p> <p><b>Enfoque:</b> Cuantitativo</p> <p><b>Alcance:</b> Descriptiva</p> <p><b>Diseño:</b> No experimental, corte transversal</p> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; display: inline-block;"> <math>X_1 \longrightarrow Y_2</math> </div> <p><b>Muestra:</b> La muestra estará conformada por: 211 <b>Personal de salud del hospital II ESSALUD – HUANUCO.</b></p>

**ANEXO II**

**CONSENTIMIENTO INFORMADO**

**UNIVERSIDAD NACIONAL HERMILIO VALDIZAN**

**FACULTAD DE PSICOLOGÍA**

**CARRERA PROFESIONAL DE PSICOLOGIA**

Yo: ....., personal de salud del hospital II EsSalud - Huánuco; en base a lo expuesto en el presente documento, acepto voluntariamente participar en la investigación “Afrontamiento al estrés en el personal de salud del hospital II EsSalud - Huánuco, en época de pandemia del COVID 19 - 2020” conducida por los investigadores Manuel Antonio, GUTIÉRREZ MAGARIÑO y Dennis Anthony, APOLIN GÓMEZ.

He sido informado (a) de los objetivos, alcances y resultados esperados de este trabajo de investigación. Así mismo he tenido la oportunidad de preguntar las dudas sobre ello y se me ha respondido satisfactoriamente y, además, entiendo que tengo el derecho de retirarme del proceso de estudio en cualquier momento, sin necesidad de dar ninguna explicación a la investigadora sin que se afecte de ninguna forma mi desarrollo laboral.

Huánuco, .... de ..... de 2021

.....  
FIRMA PARTICIPANTE

.....  
INVESTIGADOR RESPONSABLE

## ANEXO III

**CUESTIONARIO DE MODOS DE AFRONTAMIENTO AL ESTRÉS (COPE)**

NOMBRES Y APELLIDOS:

EDAD: SEXO: Masculino ( ) Femenino ( )

Estado civil:

Soltero ( ) Conviviente/Casado ( ) Separado/Divorciado ( ) Viudo ( )

Ocupación laboral:

Medico ( ) LC. Enfermero ( ) Obstetra ( ) TEC. Enfermero ( )

Tiempo de servicio laboral (meses – años): \_\_\_\_\_

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)

Nº	ITEM	SI	NO
1	Trato de estar ocupado para olvidarme de mis problemas		
2	Tengo que planificar para solucionar el 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 altero y no controlo mis emociones.		
11	No me es fácil 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	Dedico todo mi esfuerzo 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	Dejo de lado el problema, hasta que se presente al momento oportuno		
18	Trato de obtener el consejo de otros para saber qué 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	Expreso mis emociones		
24	Actúo como si el problema no hubiera sucedido realmente.		
25	Dejo de perseguir mis metas		
26	Hago otras cosas o miro televisión para pensar menos en el problema.		
27	Hago paso a paso lo que tengo que hacer		
28	Me pongo a pensar que acciones debo realizar 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 alteración emocional y los expreso 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	Yo mismo tengo que controlar el problema.		
41	Busco la mejor manera de controlar el problema		
42	Trato que otras cosas no interfieran en los esfuerzos que pongo para enfrentar el problema		
43	Evito 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 actuar mejor a consecuencia de la experiencia		
47	Acepto que el problema ha sucedido		
48	Rezo más de lo usual		
49	Me altero 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 más de lo usual.		

## ANEXO IV

**FICHA TÉCNICA DEL INSTRUMENTO**

<b>Nombre</b>	: Cuestionario de modos de afrontamiento al estrés (COPE)
<b>Autor</b>	: Carver; Seller
<b>Año</b>	: 1989
<b>Procedencia</b>	: Estados Unidos
<b>Estilos</b>	: Enfocado en el problema, en la emoción y en otros estilos de afrontamiento como la negación al problema.
<b>Adaptación</b>	: Casuso (1996; en Chau en 1998 en población universitaria en Lima
<b>Traducción al español</b>	: Salazar C. Víctor (1993) UOPCH
<b>Tipo de aplicación</b>	: Individual
<b>Total, de ítems</b>	: 52 distribuidos en 13 áreas
<b>Rango de aplicación</b>	: de 16 a más
<b>Materiales</b>	: Cuestionario con 52 ítems y plantillas de corrección
<b>Calificación</b>	: de 1 a 4 puntos por cada respuesta
<b>Validez</b>	: 0.42 aceptable
<b>Confiabilidad</b>	: 0.55 aceptable

## ANEXO V

## PROCEDIMIENTO ESTADÍSTICO

De los resultados obtenidos de los cuestionarios usados con el sistema de evaluación COPE, se procedió a ingresar la data obtenida al Software Excel 2013 para su tabulación correspondiente, de esa manera, permitirá ingresar la data al software estadístico SPS 25, el cual permitirá el procesamiento de la información ingresada, de ese modo, se generaron tablas de frecuencia y gráficos para un mejor entendimiento de la data obtenida

## ANEXO VI

**NOTA BIOGRÁFICA**

Mi Nombre es Manuel Antonio Gutierrez Magariño; Nací el 10 de diciembre de 1994 en la ciudad de los caballeros de León de Huánuco, estude la primaria en la Institución Educativa “Leoncio Prado”, y la secundaria en la Institución Educativa “Leoncio Prado” terminando la secundaria satisfactoriamente, postule a la universidad nacional “Hermilio Valdizan” para la Carrera de Psicología lo que llevo a estudiar esta hermosa carrera es que es una disciplina que se ocupa de explorar la lógica del pensamiento y el comportamiento del ser humano. Desde mi adolescencia siempre tuve esa curiosidad de porque el ser humano actúa así o que lo conlleva o desencadena dicha conducta ,la carrera de Psicología resulta atractiva e interesante y ayudar a las personas es una de las satisfacciones más grandes del mundo, toda carrera es muy apasionante e importante para la sociedad, pero no hay ninguna tan hermosa como la que intenta sanar las emociones de las personas y también que el campo de la psicología está constantemente en crecimiento y hoy por hoy tiene una amplia demanda laboral, lo cual lo vuelve un desafío de superación y mejora constante para nosotros y para poder llenarnos de nuevos conocimientos, técnicas, proyectos e investigaciones incluso después de graduado .

## NOTA BIOGRÁFICA

Mi Nombre es Dennis Anthony Apolin Gomez; Nací el 05 de noviembre de 1994 en la ciudad de los caballeros de León de Huánuco, estúdié la primaria en la Institución Educativa “Mariano Damaso Beraun”, y la secundaria en la Institución Educativa “Cesar Vallejo” terminando la secundaria satisfactoriamente, postulé a la universidad nacional “Hermilio Valdizan” para la Carrera de Psicología lo que llevo a estudiar esta hermosa carrera es que es una disciplina que se ocupa de explorar la lógica del pensamiento y el comportamiento del ser humano. Desde mi adolescencia siempre tuve esa curiosidad de porque el ser humano actúa así o que lo conlleva o desencadena dicha conducta ,la carrera de Psicología resulta atractiva e interesante y ayudar a las personas es una de las satisfacciones más grandes del mundo, toda carrera es muy apasionante e importante para la sociedad, pero no hay ninguna tan hermosa como la que intenta sanar las emociones de las personas y también que el campo de la psicología está constantemente en crecimiento y hoy por hoy tiene una amplia demanda laboral, lo cual lo vuelve un desafío de superación y mejora constante para nosotros y para poder llenarnos de nuevos conocimientos, técnicas, proyectos e investigaciones incluso después de graduado .



**UNIVERSIDAD NACIONAL HERMILIO VALDIZAN -HUANUCO**  
**FACULTAD DE PSICOLOGÍA**  
**DECANATO**

**ACTA DE SUSTENTACION DE TESIS PARA OPTAR EL TITULO DE**  
**LICENCIADO EN PSICOLOGÍA**

A los.....26.....días del mes de ...agosto.....del 2022, siendo las ...3:00 pm....., se reunieron en forma virtual, los Miembros integrantes del Jurado Examinador de la Tesis, titulada: "AFRONTAMIENTO AL ESTRES EN PERSONAL DE SALUD DEL HOSPITAL II ESSALUD – HUANUCO EN EPOCAS DE PANDEMIA DEL COVID 19 - 2020", de los Bachilleres en Psicología MANUEL ANTONIO GUTIERREZ MAGARIÑO y DENNIS ANTHONY APOLIN GOMEZ, con Asesor de Tesis, Mg. Leo Cisneros Martínez, procedieron a dar inicio al acto de sustentación de tesis para el otorgamiento del título de Licenciado en Psicología, siendo los Miembros del Jurado los siguientes:

- . Dr. MIGUEL CARRASCO MUÑOZ      PRESIDENTE
- . Mg. JESUS CALLE ILIZARBE          SECRETARIO
- . Mg. ELIZABETH CHAVEZ HUAMAN    VOCAL

Finalizada la sustentación de la tesis, se procedió a deliberar y verificar la calificación, habiendo obtenido las notas y el resultado siguiente:

GRADUANDOS	1° Miembro	2° Miembro	3° Miembro	Prom. Final
GUTIERREZ MAGARIÑO, MANUEL ANTONIO	14	15	15	15
APOLIN GOMEZ, DENNIS ANTHONY	14	14	14	14

OBSERVACIONES:

Se da por concluido, el Acto de Sustentación de la Tesis a horas \_\_\_\_4.35 pm\_\_\_\_, en fe de lo cual firmamos

PRESIDENTE

SECRETARIO

VOCAL



UNIVERSIDAD NACIONAL "HERMILIO VALDIZAN" HUÁNUCO  
FACULTAD DE PSICOLOGÍA  
CARRERA PROFESIONAL DE PSICOLOGIA  
UNIDAD DE INVESTIGACIÓN

### **CONSTANCIA DE CONFORMIDAD Y CONTROL ANTIPLAGIO**

Que en atención a lo solicitado y el informe de Conformidad y Control Antiplagio realizado por la Asesora, se hace Constar que:

La investigación titulada: **"Afrontamiento al estrés en personal de salud del hospital II Essalud - Huánuco, en época de pandemia del COVID 19 – 2020"** de **Gutiérrez Magariño Manuel Antonio y Apolin Gómez Dennis Anthony**; presenta un índice de similitud de 26% según lo verificado en el reporte del análisis del Software Turnitin. Por lo que se concluye que las coincidencias no exceden el máximo de porcentaje permitido por el programa anti plagio establecido en el Reglamento Especifico de Grados y Títulos vigente de la Facultad de Psicología.

Se expide la presente **CONSTANCIA** a solicitud del recurrente para los fines pertinentes

Huánuco, 23 de agosto de 2022

---

**Mg. Crisanto Mallqui Cruz**  
**Director (e) Unidad de investigación**  
**Facultad de psicología**



UNIVERSIDAD NACIONAL "HERMILIO VALDIZAN" HUÁNUCO  
FACULTAD DE PSICOLOGÍA  
CARRERA PROFESIONAL DE PSICOLOGIA  
UNIDAD DE INVESTIGACIÓN

**CONSTANCIA DE ORIGINALIDAD DEL TEMA**

Que en atención a lo solicitado y el informe de Conformidad y Originalidad del tema de investigación de parte del Asesor, se hace Constar que:

La investigación titulada: "**Afrontamiento al estrés en personal de salud del hospital II Essalud - Huánuco, en época de pandemia del COVID 19 – 2020**" de Gutiérrez Magariño Manuel Antonio y Apolin Gómez Dennis Anthony, presenta **ORIGINALIDAD** respecto al tema de investigación.

Se expide la presente **CONSTANCIA** a solicitud del interesado para los fines pertinentes.

Huánuco, 23 de agosto 2022

A handwritten signature in blue ink, appearing to be 'Mg. Crisanto Mallqui Cruz'.

---

**Mg. Crisanto Mallqui Cruz**  
**Director (e) Unidad de investigación**  
**Facultad de psicología**





UNIVERSIDAD NACIONAL HERMILIO VALDIZAN -HUANUCO

AUTORIZACIÓN PARA QUE LA BIBLIOTECA CENTRAL DE LA UNHEVAL  
PUBLIQUE LAS TESIS ELECTRÓNICAS DE PREGRADO

1. IDENTIFICACIÓN PERSONAL (ESPECIFICAR LOS DATOS DE LOS AUTORES DE LA TESIS)

Apellidos y Nombres Quiñero Magarino Manuel Antonio  
 DNI 75912351 CORREO ELECTRÓNICO quintero.magarino@gmail.com  
 TELEFONO CASA \_\_\_\_\_ CELULAR 989522650 OFICINA \_\_\_\_\_

Apellidos y Nombres Apolin Izmay Dennis Anthony  
 DNI 71665567 CORREO ELECTRÓNICO dennis.apolin05@gmail.com  
 TELEFONO CASA \_\_\_\_\_ CELULAR 987893718 OFICINA \_\_\_\_\_

2. IDENTIFICACIÓN DE LA TESIS

PREGRADO
FACULTAD DE PSICOLOGÍA
E.P. PSICOLOGÍA

Título Profesional Obtenido:

LICENCIADO EN PSICOLOGÍA

Título de la Tesis:

"Afrontamiento al estrés en personal de salud del hospital II Esraclad -  
Mucónuco, en época de pandemia del COVID 19 - 2020"


**UNIVERSIDAD NACIONAL HERMILO VALDIZAN -HUANUCO**


Tipo de acceso que autoriza(n) el (los) autor(es):

MARCA CON UNA X	CATEGORÍA DE ACCESO	DESCRIPCIÓN DEL ACCESO
X	PUBLICO	Es público y accesible al documento a texto completo por cualquier tipo de usuario que consulta el repositorio.
	RESTRINGIDO	Solo permite el acceso al registro del metadato con información básica, mas no al texto completo.

Al elegir la opción "Público", a través de la presente autorizo o autorizamos de manera gratuita al Repositorio Institucional -UNHEVAL, a publicar la versión electrónica de esta tesis en el Portal Web [repositorio.unheval.edu.pe](http://repositorio.unheval.edu.pe), por un plazo indefinido, consintiendo que con dicha autorización cualquier tercero podrá acceder a dichas páginas de manera gratuita, pudiendo revisarla, imprimirla o grabarla, siempre y cuando se respete la autoría y sea citada correctamente.

En caso que haya(n) marcado la opción "Restringido", por favor detallar las razones por las que se eligió este tipo de acceso:

Asimismo, pedimos indicar el periodo de tiempo en que la tesis tendrá el tipo de acceso restringido:

- ( ) 1 año  
 ( ) 2 años  
 ( ) 3 años  
 ( ) 4 años

Luego del periodo señalado por usted(es), automáticamente la tesis pasará a ser de acceso público.

FECHA DE FIRMA 30/09/2022

FIRMA DEL AUTOR Y/O AUTORES: