

Universidad
Norbert Wiener

Escuela de Posgrado

Tesis

“Estrategias de afrontamiento y estrés durante la pandemia COVID-19 de los usuarios que acuden al Centro de Salud Mental Comunitario Universitario San Marcos - Lima, 2022”

Para optar el grado académico de Maestro en Salud Pública

Presentado por

Autora: Chávez Mendoza, Valerie Ruth Stephany

Código ORCID:

Asesor(a): Mg. Hermoza Moquillaza, Rocío Victoria

Código ORCID: 0000-0001-7690-9227

Línea de investigación general:

Salud y bienestar

Lima, Perú

2023

 Universidad Norbert Wiener	DECLARACIÓN JURADA DE AUTORIA Y DE ORIGINALIDAD DEL TRABAJO DE INVESTIGACIÓN		
	CÓDIGO: UPNW-GRA-FOR-033	VERSIÓN: 01 REVISIÓN: 01	FECHA: 08/11/2022

Yo, Valerie Ruth Stephany Chávez Mendoza Egresado(a) de la Escuela de Posgrado de la Universidad privada Norbert Wiener declaro que el trabajo académico "Estrategias de afrontamiento y estrés durante la pandemia COVID-19 de los usuarios que acuden al Centro de Salud Mental Comunitario Universitario San Marcos-Lima 2022" Asesorado por el docente: Hermoza Moquillaza Rocío Victoria Con DNI 40441142 Con ORCID <https://orcid.org/0000-0001-7690-9227> tiene un índice de similitud de (19) (diecinueve)% con código oid:14912:252249433 verificable en el reporte de originalidad del software Turnitin.

Así mismo:

1. Se ha mencionado todas las fuentes utilizadas, identificando correctamente las citas textuales o paráfrasis provenientes de otras fuentes.
2. No he utilizado ninguna otra fuente distinta de aquella señalada en el trabajo.
3. Se autoriza que el trabajo puede ser revisado en búsqueda de plagios.
4. El porcentaje señalado es el mismo que arrojó al momento de indexar, grabar o hacer el depósito en el turnitin de la universidad y,
5. Asumimos la responsabilidad que corresponda ante cualquier falsedad, ocultamiento u omisión en la información aportada, por lo cual nos sometemos a lo dispuesto en las normas del reglamento vigente de la universidad.



.....
 Firma de autor 1
 Valerie Ruth Stephany Chávez Mendoza
 DNI: 71535693

.....
 Firma de autor 2
 Nombres y apellidos del Egresado
 DNI:



.....
 Firma
 Nombres y apellidos del Asesor
 Hermoza Moquillaza Rocío
 DNI:40441142.....

Lima, 17 de agosto de 2023

Tesis

“ESTRATEGIAS DE AFRONTAMIENTO Y EL ESTRÉS DURANTE LA
PANDEMIA COVID-19 DE LOS USUARIOS QUE ACUDEN AL CENTRO DE SALUD
MENTAL COMUNITARIO UNIVERSITARIO SAN MARCOS– LIMA, 2022”

Línea de investigación

SALUD Y BIENESTAR

Asesor(a)

Mg. HERMOZA MOQUILLAZA, ROCIO VICTORIA

Código Orcid: 0000-0001-7690-9227

ÍNDICE GENERAL

Resumen.....	viii
Abstract.....	ix
Introducción.....	x
CAPITULO I: EL PROBLEMA.....	1
1.1 Planteamiento del problema	1
1.2 Formulación del problema	3
1.2.1 Problema general	3
1.2.2 Problemas específicos	3
1.3 Objetivos de la investigación	4
1.3.1 Objetivo general	4
1.3.2 Objetivos específicos	4
1.4 Justificación de la investigación	4
1.4.1 Teórica	4
1.4.2 Metodológica	5
1.4.3 Práctica	5
1.5 Limitaciones de la investigación	5
CAPÍTULO II: MARCO TEÓRICO.....	6
2.1 Antecedentes de la investigación	6
2.2 Bases teóricas	11
2.3 Formulación de hipótesis	16

2.3.1 Hipótesis general	16
2.3.2 Hipótesis específicas16
CAPÍTULO III: METODOLOGÍA.....	17
3.1. Método de investigación	17
3.2. Enfoque investigativo	17
3.3. Tipo de investigación	17
3.4. Diseño de la investigación	17
3.5. Población, muestra y muestreo	18
3.6. Variables y operacionalización	19
3.7. Técnicas e instrumentos de recolección de datos	26
3.7.1. Técnica	26
3.7.2. Descripción	26
3.7.3 Validación.....	29
3.7.4 Confiabilidad.....	29
3.8 Procesamiento y análisis de datos.....	29
3.9 Aspectos éticos.....	30
CAPÍTULO IV: PRESENTACIÓN Y DISCUSIÓN DE LOS RESULTADOS...32	
4.1 Resultados.....	32
4.1.1. Análisis descriptivo de resultados	32
4.1.2. Prueba de hipótesis	35
4.1.3 Discusión de resultados.....	41
CAPÍTULO V: CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES.....	44
5.1 Conclusiones	434

5.2 Recomendaciones	435
REFERENCIAS.....	46
ANEXOS.....	54
Anexo 1: Matriz de consistencia	
Anexo 2: Instrumentos	
Anexo 3: Confiabilidad del instrumento	
Anexo 4: Aprobación del Comité de Ética	
Anexo 5: Formato de consentimiento informado	
Anexo 6: Carta de aprobación de la institución para la recolección de datos	
Anexo 7: Reporte de similitud de Turnitin	

INDICE DE TABLAS

Tabla 1 Distribución de usuarios según estrategias de afrontamiento y sus dimensiones. Centro de Salud Mental Comunitario Universitario San Marcos- Lima, 2022.....	32
Tabla 2 Distribución de usuarios según estrés. Centro de Salud Mental Comunitario Universitario San Marcos- Lima, 2022.....	34
Tabla 3 Resultados de la prueba de normalidad para los puntajes de afrontamiento y estrés.....	35
Tabla 4 Análisis de correlación entre estrategias de afrontamiento y el estrés en usuarios del Centro de Salud Mental Comunitario Universitario San Marcos- Lima, 2022.....	36
Tabla 5 Análisis de correlación entre afrontamiento centrado en el problema y el estrés en usuarios del Centro de Salud Mental Comunitario Universitario San Marcos- Lima, 2022.....	38
Tabla 6 Análisis de correlación entre afrontamiento centrado en la emoción y el estrés en usuarios del Centro de Salud Mental Comunitario Universitario San Marcos- Lima, 2022.....	39
Tabla 7 Análisis de correlación entre afrontamiento centrado en la evitación del problema y el estrés en usuarios del Centro de Salud Mental Comunitario Universitario San Marcos- Lima, 2022.....	41

INDICE DE FIGURAS

Figura 1 Distribución de usuarios según estrategias de afrontamiento y sus dimensiones. Centro de Salud Mental Comunitario Universitario San Marcos- Lima, 2022.....	33
Figura 2 Distribución de usuarios según estrés. Centro de Salud Mental Comunitario Universitario San Marcos- Lima, 2022.....	34

RESUMEN

Esta investigación tiene como objetivo determinar la relación entre las estrategias de afrontamiento y el estrés durante la pandemia Covid-19 de los usuarios de un centro de salud mental. Con respecto a la metodología, el estudio es hipotético – deductivo, el enfoque es cuantitativo, aplicada y alcance correlacional. La población está constituida por 700 usuarios y el tamaño de la muestra es de 249 usuarios. Se aplicó el Cuestionario para la Evaluación del Estrés y el Inventario de Afrontamiento al Estrés Brief-Cope 28. Según los resultados, se observa que el 79.5% de los usuarios tienen nivel medio de estrategias de afrontamiento; le sigue el 18.1% que presenta nivel bajo y el 2.4% presenta nivel alto. En cuanto a las dimensiones de afrontamiento es mayor el afrontamiento centrado en el problema con 69.1% y el nivel bajo es mayor en la dimensión centrado en la evitación del problema con un 39%. Con respecto al estrés, el 86.3% de los usuarios se encuentran en el nivel muy alto. Se concluye que existe relación significativa entre las estrategias de afrontamiento y el estrés durante la pandemia del COVID-19 de los usuarios del Centro de Salud Mental Comunitario Universitario San Marcos; sin embargo, no existe relación significativa entre el afrontamiento centrado en la emoción y el estrés.

Palabras clave: estrés, afrontamiento, salud mental

ABSTRACT

This research aims to determine the relationship between coping strategies and stress during the Covid-19 pandemic in users of a mental health center. Regarding the methodology, the study is hypothetical - deductive, the approach is quantitative, applied and correlational in scope. The population is made up of 700 users and the sample size is 249 users. The Stress Assessment Questionnaire and the Brief-Cope Stress Coping Inventory 28 were applied. According to the results, it is observed that 79.5% of the users have a medium level of coping strategies; It is followed by 18.1% who present a low level and 2.4% present a high level. Regarding the dimensions of coping, coping focused on the problem is higher with 69.1% and the low level is higher in the dimension focused on avoiding the problem with 39%. Regarding stress, 86.3% of users are at a very high level. It is concluded that there is a significant relationship between coping strategies and stress during the COVID-19 pandemic of users of the San Marcos University Community Mental Health Center; however, there is no significant relationship between emotion-focused coping and stress.

Key words: stress, coping, mental health

INTRODUCCIÓN

El estudio de investigación titulado “Estrategias de afrontamiento y estrés durante la pandemia COVID-19 de los usuarios de un centro de salud mental – Lima 2022” su objetivo es determinar la relación entre las estrategias de afrontamiento y el estrés durante la pandemia del Covid-19 de los usuarios de un centro de salud mental – Lima 2022.

El capítulo I comprende el planeamiento del problema, los objetivos, la justificación y limitaciones.

El capítulo II hace referencia a los antecedentes a nivel internacional y nacional, las bases teóricas de las dos variables de estudio como el estrés y estrategias de afrontamiento y finalmente se formula las hipótesis generales y específicas.

El capítulo III describe la metodología, operacionalización de las variables, técnica, los instrumentos, el procesamiento de datos y los aspectos éticos.

El capítulo IV comprende el análisis de los resultados, la prueba de hipótesis y la discusión.

El capítulo V muestra las conclusiones y las recomendaciones propuestas.

CAPITULO I: EL PROBLEMA

1.1 Planteamiento del problema

A nivel mundial, el estrés es uno de los problemas complejos por sus consecuencias físicas y mentales, siendo los adolescentes y jóvenes de 15 a 24 años principalmente afectados por estresores como la determinación de su proyecto de vida, la competitividad académica, cambio de responsabilidades, y a ello se sumó, la pandemia del COVID-19 que ocasionó limitaciones en distintas actividad para prevenir el contagio, la muerte repentina por el virus, difícil acceso al empleo y el cambio de modalidad de sus estudios lo que generó temor, incertidumbre, tristeza, depresión o estrés postraumático, por ende, afectó negativamente la salud mental (1).

Según la Organización Mundial de la Salud, durante el primer año de la pandemia, la ansiedad y la depresión aumentó en un 25%, siendo el estrés una la principal causa (2). En 2020, en un informe que se llevó a cabo en 130 países de las seis regiones, la crisis por la Covid-19 ocasionó que los servicios de salud mental se redujeron o se suspendieron en el 93% de los países del mundo, perjudicando la continuidad del tratamiento o el acceso oportuno a dichos servicios. La emergencia sanitaria también visibilizó la necesidad de crear centros especializados para el tratamiento y rehabilitación de trastornos mentales y/o problemas psicosociales (3).

En contextos complejos como la pandemia, investigaciones recientes han resaltado la importancia del uso de estrategias de afrontamiento porque disminuyen los efectos negativos en la salud mental, considerándolos factores protectores (4).

En un estudio realizado en China, en el 2020, las personas tenían síntomas de depresión (16.5%), ansiedad (28.8%), y estrés (8.1%) producto de la pandemia (5).

En Canadá, se realizó una investigación en base a datos provenientes de China, Italia, Estados Unidos, España, Irán y otros. Se detectó que la prevalencia del insomnio fue del 24%, estrés postraumático llegó al 22%, el 16% presenta depresión y la ansiedad llegó al 15%. Estas cifras son más elevadas de lo que reportó la Organización Mundial de la Salud (6).

En un estudio realizado en México, en el 2020, el 66% de la población presentó un nivel elevado de estrés por tres situaciones: el riesgo de contagio, distanciamiento social y la desconfianza en las instituciones públicas (7).

En Colombia, en el 2020, en una investigación sobre los efectos que tiene el aislamiento social durante la pandemia, la tercera parte presentó insomnio, lo cual puede desencadenar trastornos de ansiedad, depresión y estrés postraumático (8).

En Chile, en 2020, según un estudio sobresalió el uso de apoyo emocional y el desahogo entre las estrategias de afrontamiento. Las estrategias menos utilizadas fueron la reinterpretación positiva y la desconexión conductual. Ambas pudieran ser las menos empleadas debido a las medidas de confinamiento por COVID-19 (9).

En México, según un estudio del 2021, las estrategias de afrontamiento más frecuentes usados por los universitarios durante el confinamiento fueron la aproximación cognitiva y evitación conductual y la estrategia menos empleada fue la de aproximación conductual sin diferencia significativas en función del género (10).

En Perú, en el 2021, según un estudio epidemiológico del Instituto Nacional de Salud Mental, reveló que el 52.2 % de la población adulta de Lima sufre de estrés nivel moderado a severo, causado por problemas de salud, familiares o financieros a raíz del COVID-19 (11). En un estudio realizado por tres universidades privadas peruanas, el 28% de los estudiantes presentó ansiedad extremadamente severa, el 25% depresión y el 20 % estrés (12). En otro estudio realizado por Naciones Unidas en el contexto peruano, el 48.8 % manifestó haber tenido mayor estrés y el 18.9 %, ansiedad o ataques de pánico por la pandemia, siendo mayor en el área urbana que rural (13).

En mi experiencia en el Centro de Salud Mental Comunitario, los usuarios que solicitan atención en nuestro establecimiento de salud, siendo principalmente estudiantes universitarios, refieren que “la pandemia ha afectado sus vidas por el contagio de sus familiares o de ellos mismos, periodos de duelo, desempleo, problemas económicos, el aislamiento social, que les ocasiona estrés”, “el estrés perjudica mi desempeño académico, no permite concentrarme”, “cuando estoy estresado me duele la cabeza y tengo problemas para dormir”, “ desearía saber regular el estrés y que no perjudique mis actividades diarias”.

Por lo tanto, es relevante investigar el grado de estrés y cómo la población lo ha afrontado, en base a ello el equipo de salud podrá establecer intervenciones preventivo-promocionales para mejorar la calidad de vida y restablecer la salud mental.

1.2 Formulación del problema

1.2.1 Problema general

¿Cuál es la relación entre las estrategias de afrontamiento y el estrés durante la pandemia del Covid-19 de los usuarios que acuden al Centro de Salud Mental Comunitario Universitario San Marcos - Lima, 2022 ?

1.2.2 Problemas específicos

¿Cuál es la relación entre la dimensión centrado en el problema de las estrategias de afrontamiento y el estrés de los usuarios que acuden al Centro de Salud Mental Comunitario Universitario San Marcos - Lima, 2022?

¿Cuál es la relación entre la dimensión centrado en la emoción de las estrategias de afrontamiento y el estrés de los usuarios que acuden al Centro de Salud Mental Comunitario Universitario San Marcos - Lima, 2022?

¿Cuál es la relación entre la dimensión centrado en la evitación del problema de las estrategias de afrontamiento y el estrés de los usuarios que acuden al Centro de Salud Mental Comunitario Universitario San Marcos - Lima, 2022?

1.3 Objetivos de la investigación

1.3.1 Objetivo general

- Determinar la relación entre las estrategias de afrontamiento y el estrés durante la pandemia del Covid-19 de los usuarios que acuden al Centro de Salud Mental Comunitario Universitario San Marcos

1.3.2 Objetivos específicos

- Identificar la relación entre la dimensión centrado en el problema de las estrategias de afrontamiento y el estrés de los usuarios que acuden al Centro de Salud Mental Comunitario Universitario San Marcos
- Identificar la relación entre la dimensión centrado en la emoción de las estrategias de afrontamiento y el estrés de los usuarios que acuden al Centro de Salud Mental Comunitario Universitario San Marcos

- Identificar la relación entre la dimensión centrado en la evitación del problema de las estrategias de afrontamiento y el estrés de los usuarios que acuden al Centro de Salud Mental Comunitario Universitario San Marcos

1.4 Justificación de la investigación

1.4.1 Teórica

La investigación tuvo como propósito indagar si existe relación entre ambas variables, generar información sobre los niveles de estrés y las estrategias de afrontamiento más usados por los estudiantes, debido a que la pandemia fue un factor que desencadenó y agravó trastornos mentales como el estrés sobretodo en la población de riesgo como los adolescentes y jóvenes, siendo ello sustentado en investigaciones previas a nivel internacional y nacional. También existen teorías creadas por Lazarus y Folkman y Carver que explican la importancia de desarrollar estrategias de afrontamientos sobre las manifestaciones clínicas del estrés estudiadas por Juarez. Y se empleó los conocimientos de Carver, Coaquira y Cepillado porque son los creadores de los cuestionarios que miden las estrategias de afrontamiento y estrés respectivamente.

1.4.2 Metodológica

Mediante el método hipotético-deductivo y correlacional se busca identificar la relación que existe entre las estrategias de afrontamiento y estrés por parte de los estudiantes que acuden al centro de salud mental mediante el uso de instrumentos validados y confiables, lo que representa un valioso aporte a la información existente y los resultados de este estudio servirá a futuros investigadores.

1.4.3 Práctica

Los hallazgos de este estudio son útiles para las autoridades de la Universidad, responsables de las Unidades de Bienestar de las Facultades y profesionales del centro de salud para elaborar articuladamente un programa psicoeducativo sobre los estilos de las estrategias de afrontamiento y su impacto para regular el estrés que le ayudarán a los estudiantes a ser más funcionales a nivel académico y/o laboral.

1.5 Limitaciones de la investigación

La presente investigación es de nivel correlacional lo que no permite determinar relaciones causales de las variables en estudio.

A nivel nacional, existen pocos estudios correlacionales donde se estudie ambas variables.

Dado que algunos tenían actividades académicas virtuales o estaban realizando sus prácticas preprofesionales presenciales, la recolección de datos también se realizó virtualmente.

CAPÍTULO II: MARCO TEÓRICO

2.1 Antecedentes de la investigación

Internacionales

Valdez et al. (14) en su investigación tuvieron como objetivo “*determinar la relación entre el nivel de estrés y las estrategias de afrontamiento*”. Es un estudio no experimental y correlacional, la muestra es de 250 estudiantes de enfermería de tres instituciones privadas, entre los 18 y 46 años. Los instrumentos utilizados fueron un cuestionario de características sociodemográficas, Escala de estrés percibido (PSS-14) y el Brief COPE-28. Entre los resultados, el 78% presentó estrés moderado, que el 60.4% utilizó mayormente la estrategia de afrontamiento activo emocional y no se encontró una asociación estadísticamente significativa entre ambas variables. Se concluyó que los estudiantes de los primeros semestres presentan altos niveles de estrés.

Bello et al. (15) en su investigación tuvieron como objetivo “*fue indagar la influencia de las estrategias de afrontamiento sobre las dimensiones del bienestar psicológico*”. Es una investigación no experimental transversal. Se aplicó un cuestionario sociodemográfico, Escala de Bienestar Psicológico y COPE-48. Participaron 135 universitarios de 18 a 25 años de República Dominicana. Como resultado, encontró que las estrategias de afrontamiento predicen el bienestar psicológico. Se concluyó que el

distanciamiento social dificulta el uso de estrategias de afrontamiento positivas.

Mushquash et al. (16) en su investigación tuvo como objetivo “*evaluar las asociaciones entre el estrés por COVID-19, las respuestas de afrontamiento y los síntomas de depresión*”. Este estudio es una investigación cuantitativa, la muestra de 131 estudiantes (106 mujeres; 25 hombres). El cuestionario fue creado por el autor. También se utilizó el cuestionario RSQ que evalúa tres respuestas de afrontamiento (compromiso primario, compromiso secundario y desvinculación) en relación con factores estresantes específicos relacionados al COVID 19 y el cuestionario PHQ-9 para evaluar la depresión. Como resultado, los estudiantes que experimentaron más estrés relacionado con la COVID-19 manifestaron más síntomas de depresión. El estrés se asoció con un menor uso de respuestas de afrontamiento. Se concluyó que los estudiantes que carecen de respuestas de afrontamiento adaptativas y comprometidas pueden estar particularmente en riesgo de psicopatología cuando se enfrentan a altos niveles de estrés relacionados con COVID-19.

Genc et al. (17) realizaron un estudio a fin de “*explorar los mecanismos de afrontamiento los cuales se han tenido en cuenta como primero en el dominio de su estructura factorial y después se examinó su papel de mediador en la relación entre la impresión del estrés y las medidas de precaución en el contexto de una pandemia*”. La metodología tuvo un enfoque cuantitativo y se tomó una muestra de 582 adultos de Serbia. Se utilizó la escala Brief COPE (Coping Orientation to Problems Experienced) y la Escala de Estrés Percibido para evaluar la percepción del nivel de estrés. Los resultados señalan que la estrategia de afrontamiento de enfoque y reencuadre positivo tuvo un efecto positivo en la toma de

medidas precautorias, lo que lleva a la conclusión de que los mecanismos de afrontamiento de este tipo facilitan el efecto del estrés percibido sobre el comportamiento de precaución durante una pandemia.

Bohórquez et al. (18) en su estudio tiene como objetivo “*evaluar la relación entre el estrés percibido y las estrategias de afrontamiento durante la pandemia por COVID-19*”. La investigación es descriptiva transversal y la muestra es de 302 estudiantes de una universidad de Colombia. Se usó un Cuestionario de Afrontamiento del Estrés y la Escala de Estrés Percibido-10. Dentro de los resultados, se obtuvo que el nivel de estrés fue moderado y existe una relación entre los niveles de estrés y las estrategias de afrontamiento. Se concluyó que la búsqueda de apoyo social, la religión y la solución de problemas son las estrategias de mayor uso.

Abdulghani et al. (19) en su investigación tiene como objetivo “*determinar el efecto de la actual pandemia en el aprendizaje de los estudiantes de medicina. También exploramos la asociación de su nivel de estrés con las estrategias de afrontamiento y variables educativas y psicológicas*”. Esta investigación es descriptiva y de diseño transversal. Los participantes fueron 243 estudiantes de medicina de la Universidad Rey Saud en Arabia Saudí. Se utilizó el cuestionario Kessler-10 (K10) que evalúa el malestar psicológico. Además, se diseñó un cuestionario que evalúa las variables educativas, psicológicas y de afrontamiento. Como resultado, se halló que el estrés fue mayor en las mujeres y más alta durante el tercer año de medicina. Y que la estrategia más eficaz es participar en actividades religiosas. Además, el 22,3% percibió un estrés severo al no

preferir el aprendizaje en línea. Se concluyó que la pandemia de COVID-19 ha ocasionado estrés y cambios en las actitudes y estrategias educativas de los estudiantes de medicina, lo que requiere preparación (16).

Nacionales

Ramos et al. (20), el objetivo de su estudio es *“investigar los componentes de la sintomatología de la angustia, estrés y el miedo durante la primera ola del COVID-19”*. Es un estudio de tipo exploratorio, correlacional y transversal. Se usó los siguientes instrumentos: Impact of event scale-revised-R (IES-R), que mide el estrés postraumático; Patient Health Questionnaire-4 (PHQ-4), que evalúa los síntomas de ansiedad y depresión y el FCV-19S que evalúa el miedo al COVID-19. Participaron 609 adultos de Lima. Con respecto a los resultados, se halló mayores conexiones entre los síntomas depresivos, síntomas por estrés postraumáticos y síntomas de miedo al COVID-19. Se concluyó que los resultados son indicadores importantes para considerar diseñar estrategias de prevención en la salud mental.

Obando et al. (21), el objetivo de su estudio es *“determinar el grado de ansiedad, estrés y depresión que presentan los enfermeros que atienden a los pacientes con Covid-19”*. Es un estudio cuantitativo transversal y descriptivo. Se aplicó el muestreo no probabilístico por cuotas. La muestra estuvo conformada por 60 enfermeros del hospital de Lima y 66 enfermeros del hospital ubicado en Callao, ambos del servicio de emergencia. Se utilizó la Escala de Depresión, Ansiedad y Estrés (DASS-21) y un cuestionario para obtener datos sociodemográficas y laborales. Los resultados señalan que el 39.1% presentaron ansiedad, 24.6% de depresión y 8,8% estrés. El 50% de aquellos que tiene

experiencia laboral entre 11 a 20 años, desarrollaron depresión leve o moderada. Se concluyó que la emergencia por el COVID-19 tiene impacto negativo en la salud mental. Los factores desencadenantes serían exceso de trabajo, miedo a la infección, limitaciones de equipos de protección personal y el contacto directo con pacientes críticos.

Matalinares et al. (22), el objetivo del estudio fue “*determinar la relación entre el afrontamiento del estrés y bienestar psicológico en universitarios*”. El estudio es correlacional, no experimental. La muestra es de 934 de universidades estatales y particulares de Lima y Huancayo. Se utilizó el COPE y la escala SPWB. Los resultados muestran que predominó el nivel medio en ambas variables, existe relación significativa entre el afrontamiento centrado en el problema y la emoción con el bienestar psicológico, sin embargo, con otros estilos de afrontamiento tiene una relación significativa e indirecta. Se concluye que existe correlación entre ambas variables.

Torres et al. (23), el objetivo del estudio fue “*identificar la relación que existe entre el estrés y la inteligencia emocional en personas adultas de la ciudad de Tacna*”. El estudio es no experimental, transversal y correlacional. La muestra es de 154 adultos. Se utilizó el instrumento DASS-21 para medir el estrés y el MMS-2 para medir la inteligencia emocional. Los resultados indican que existe una relación significativa entre el estrés y inteligencia emocional. Se concluye que se requieren otros estudios en poblaciones de riesgo para evaluar las consecuencias en la salud mental.

Virto et al. (24), el objetivo del estudio fue “*determinar la asociación entre los estilos de afrontamiento y estrés, ansiedad y depresión en enfermeras que tienen contacto con pacientes con COVID-19 en Cusco-Perú*”. Estudio correlacional, transversal, diseño por cuotas. La muestra es de 89 personas. Se aplicó el DASS-21 para evaluar el estrés, ansiedad y depresión y el Brief-Cope 28 para medir el afrontamiento. Los resultados muestran mayor prevalencia de ansiedad con 41.8%, seguido de depresión con 30,8% y el estrés fue de un 34,1%. Fue mayor el afrontamiento espiritual (83,3%), luego el afrontamiento cognitivo (79,1%) y el afrontamiento de apoyo social (67%). Se concluyó, que debe implementarse políticas sobre la salud, grupos de apoyo y fomentar mayor cohesión en las relaciones familiares.

2.2 Bases teóricas

2.2.1 Estrés

2.2.1.1 Definición

Según De Vera (25), el estrés se origina cuando la situación es amenazante y la persona no tiene los recursos necesarios para afrontarlo.

Según Gonzales (25), el estrés se manifiesta a nivel fisiológico y psíquico ante una situación amenazante. La gravedad de los síntomas dependerá de la edad, personalidad, factores sociales, culturales y el ambiente laboral.

Para Ángeles del Hoyo (26), el estrés se expresa a nivel físico, psíquica y conductual cuando la persona se expone a tensiones internas y externas.

Para Juárez (27), el estrés es la integración de síntomas físicas, psicológicas y cambios en el comportamiento ante una situación exigente. Para ello, la persona debe aprender o reforzar habilidades de afrontamiento.

2.2.1.2 Fuentes generadores de estrés

Según Lazarus y Folkman (28), las fuentes son: ambiental, social o interna. Pueden ser hechos positivos, pero la persona lo percibe negativamente porque los propios recursos para afrontarlo son insuficientes.

Para Labrador (28) existen tres factores generadores de estrés: los sucesos vitales, las situaciones diarias y la situación de tensión crónica mantenida.

2.2.1.3 Respuestas asociadas al estrés

Existen reacciones fisiológicas, comandadas por el sistema endocrino y sistema nervioso, como: dolores musculares, cefalea, problemas gastrointestinales, respiratorios o cardiacos; trastornos en el sueño, cambios en el apetito y problemas de disfunción sexual (29).

Las respuestas comportamentales tienen relación con las alteraciones de percepción, la conducta y el contenido del pensamiento que genera dificultad en las relaciones con familiares, compañeros de trabajo o de estudios.

Las reacciones psicoemocionales son las sensaciones internas sujetas a la subjetividad como el: temor, ansiedad, irritabilidad, pensamientos negativos, ira, obstinación, sensación de no ser capaz para resolver los problemas. Además, las personas adoptan conductas no saludables para disminuir o potenciar esos sentimientos como consumir sustancias psicoactivas (30).

Las reacciones intelectuales son pensamientos negativos sobre la incapacidad de afrontar situaciones estresantes, sentimiento de frustración, dificultad para concentrarse, cansancio, desinterés, dificultad para concentrarse lo que ocasiona disminución en el rendimiento académico y laboral. En su grado más severo, se puede manifestar: despersonalización, abstracción selectiva y sobregeneralización (28).

2.2.2 Afrontamiento

2.2.2.1 Definición

Según Mella (31), el afrontamiento es un proceso que incluye esfuerzos cognitivos y conductuales para el control de situaciones estresantes.

Según Lazarus y Launier (28), son los esfuerzos intrapsíquicos usados para solucionar las exigencias internas o ambientales.

Según Lazarus y Folkman (26), “el afrontamiento son respuestas ante situaciones estresantes, a nivel cognitivo y conductual, para solucionar las demandas externas y/o internas”.

Según Mattlin, Wethington & Kessler, el afrontamiento es un proceso en constante cambio, dependerá del contexto y cómo la persona lo afronte.

Para Park & Folkman (29), el afrontamiento es el conjunto de pensamientos y actos que buscan solucionar los problemas, es una actividad reflexiva.

2.2.2.2 Teorías de afrontamiento al estrés

a) Teoría de Lazarus y Folkman

Menciona dos clases de estrategias de afrontamiento, una tiene como función la regulación interna de las emociones y la otra a la solución del problema (29).

b) Estilos de afrontamiento

Carver propone una ampliación de la teoría de Lazarus y Folkman, adiciona diversos estilos de afrontamiento.

c) El Modelo Transaccional

Según Moos y Schaefer, el afrontamiento al estrés está asociada al bienestar y salud del individuo.

d) El Modelo Multiaxial

Según Dunohoo, Hobfool y otros postulan que existen cuatro tipos de recursos: materiales, recursos personales como habilidades y destrezas, condiciones del entorno y poder adquisitivo para adquirir dichos recursos (29).

2.2.2.3 Estilos de afrontamiento

Según Carver (1997), existen tres estrategias: centrado en el problema, las centradas en la emoción y las centradas en la evitación del problema, asimismo están subdivididas en catorce tipos de estilos, los cuales son (29):

Estrategias de afrontamiento centradas en el problema

Su objetivo es modificar la situación existente. Se subdivide en:

- Afrontamiento activo: mediante acciones directa se busca aumentar los recursos personales o eliminar la situación estresante. Comprende los ítems 2 y 10
- Planificación: establecer estrategias de acción para afrontar una situación estresante, a través del análisis se plantea alternativas de solución. Comprende los ítems 6 y 26.

Estrategias de afrontamiento centradas en la emoción

Su objetivo es reducir o eliminar reacciones emocionales originadas por el estresor. Se subdivide en (29):

- Apoyo instrumental: son los consejos u otro tipo de información que ayudará a abordar el estresor. Comprende los ítems 1 y 28
- Reinterpretación positiva: contemplar que los problemas también tienen un aspecto positivo y que puede ser favorable a nivel personal. Comprende los ítems 14 y 18.
- Aceptación: consiste en aceptar la existencia de la situación estresante y que no podrá ser cambiado. Comprende los ítems 3 y 21.
- Apoyo emocional: a través de la comprensión. Comprende los ítems 9 y 17.
- Religión: consiste en acudir a instituciones religiosas o participar en actividades religiosas como camino a solucionar problemas. Comprende los ítems 16 y 20.

Estrategias de afrontamiento centradas en la evitación del problema

Estrategias centradas en la evitación, distracción para no pensar en los eventos estresantes

Su objetivo es reducir o eliminar reacciones emocionales originadas por el estresor. Se subdivide en (29):

- Desconexión conductual: la persona no se esfuerza para manejar el estrés, incluso puede afectar en el cumplimiento de sus metas. Comprende los ítems 11 y 25 (31).
- Desahogo: consiste en que la persona exprese sus sentimientos, emociones y su malestar emocional. Comprende los ítems 12 y 23 (32).
- Uso de sustancias: con el fin de aliviar su malestar emocional originado por el estresor, la persona consume drogas o se automedica. Comprende los ítems 15 y 24
- Humor: consiste en tomarse con gracia la situación estresante, haciendo bromas al respecto. Comprende los ítems 7 y 19.
- Auto-distracción: concentrarse en otras actividades recreativas que sea de interés de la persona. Comprende los ítems 4 y 22.

- Negación: negar la situación real. Comprende los ítems 5 y 13
- Auto-inculpación: criticarse por lo sucedido. Comprende los ítems 8 y 27.

2.3 Formulación de hipótesis

2.3.1 Hipótesis general

Hi: Existe relación significativa entre las estrategias de afrontamiento y el estrés por la pandemia del COVID-19 de los usuarios que acuden al centro de salud mental

Ho: No existe relación significativa entre las estrategias de afrontamiento y el estrés por la pandemia del COVID-19 de los usuarios que acuden al centro de salud mental

2.3.2 Hipótesis específicas

H1: Existe relación estadísticamente significativa entre las estrategias de afrontamiento centrado en el problema y el estrés de los usuarios que acuden al centro de salud mental

H1: Existe relación estadísticamente significativa entre las estrategias de afrontamiento centrado en la emoción y el estrés de los usuarios que acuden al centro de salud mental

H1: Existe relación estadísticamente significativa entre las estrategias de afrontamiento centrado en la evitación del problema y el estrés de los usuarios que acuden al centro de salud mental

CAPÍTULO III: METODOLOGÍA

3.1. Método de investigación

El estudio es hipotético – deductivo. Este método consiste en la generación de hipótesis para llevarla a la contrastación empírica. Tiene la finalidad de comprender los fenómenos y explicar el origen o las causas que la generan (33).

3.2. Enfoque investigativo

El enfoque de investigación es cuantitativo porque los datos de las variables se cuantifican para ser contrastados por la hipótesis (34).

3.3. Tipo de investigación

El estudio es aplicada porque busca dar respuesta a un problema basándose en teorías o conocimientos.

Alcance correlacional porque determinará la asociación entre las variables de estudio (35).

3.4. Diseño de la investigación

Es un diseño no experimental debido a que no se realiza la manipulación de ninguna de las dos variables de forma intencional (35)

Es transversal, debido a que se aplicó el instrumento por una sola vez, de tal forma que se recolectaron los datos en un momento determinado.

De nivel correlacional, ya que determinó la fuerza de relación entre ambas variables de estudio.

3.5. Población, muestra y muestreo

Población:

La población estuvo constituida por 700 estudiantes que se atendieron en el Centro de Salud Mental Comunitario Universitario San Marcos, ubicado en la Universidad Nacional Mayor de San Marcos, en Cercado de Lima.

Cálculo del tamaño de la muestra

Se procedió a utilizar fórmula estadística para una población finita

Población:	N=	700
Proporción de éxitos:	p=	0,5
	Confianza=	0,95
	Alfa=	0,05
Valor de la Normal Estándar:	Z=	1,96
Error de estimación:	e=	0,05

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

Número de la muestra final (n)

El tamaño de la muestra es de 249 usuarios

El muestreo es no probabilístico, por conveniencia.

Criterios de inclusión y exclusión

Inclusión

- Edad 18 a 29 años
- Estudiante de pregrado
- Aquellos que firmen el consentimiento informado para participar en la investigación

Exclusión

- Personal docente o administrativo

3.6. Variables y operacionalización

Variable 1: Estrategias de afrontamiento

Definición Operacional: Las estrategias de afrontamiento al estrés se evaluarán mediante el Cuestionario Brief Copc 28, el cual está constituido por 28 ítems agrupadas en 14 subescalas con opciones de respuesta en una escala ordinal tipo Likert de cuatro alternativas y con el siguiente puntaje: nunca (0), a veces (1), casi (2) y siempre (3).

Matriz operacional de la variable 1:

Dimensión	Indicadores	Ítems	Escala de medición	Escala valorativa (niveles o rangos)
Centrado en el problema	2. Esfuerzos para mejorar la situación actual 10. Medidas para que la situación mejore 6. Intento proponer una estrategia 26. Pienso sobre los pasos a seguir	2, 10, 6, 26	Ordinal	Estrategias de afrontamiento Bajo (0 - 28) Medio (29 – 56) Alto (57 – 84)
Centrado en la emoción	1. Intento conseguir que alguien que me aconseje 9. Apoyo emocional de otros 17. Comprensión de alguien. 28. Consigo que otras personas me ayuden 14. Pensamientos positivos	1, 9, 17, 28, 14, 18, 3, 21, 16, 20	Ordinal	Estrategias de afrontamiento

	<p>18. Busco algo bueno</p> <p>3. Acepto la realidad</p> <p>21. Aprendo a vivir con ello</p> <p>16. Religión</p> <p>20. Rezo o medito</p>			<p>centrado en el problema</p> <p>Bajo (0 - 4)</p> <p>Medio (5 - 8)</p>
<p>Centrado en la evitación del problema</p>	<p>11. Renuncio a intentar ocuparme de ello</p> <p>25. Renuncio al intento de hacer frente al problema</p> <p>12. Sentimientos desagradables.</p> <p>23. Expreso mis sentimientos negativos</p> <p>15. Uso de drogas para sentirme mejor</p> <p>24. Uso de drogas para superarlo</p> <p>7. Hago bromas sobre ello</p> <p>19. Me río de la situación</p> <p>4. Recorro al trabajo o a otras actividades</p> <p>22. Hago algo para pensar menos en la situación</p> <p>5. Me digo a mí mismo</p>	<p>11, 25, 12, 23,</p> <p>15, 24, 7, 19,</p> <p>4, 22, 5, 13, 8,</p> <p>27</p>	Ordinal	<p>Alto (9 – 12)</p> <p>Estrategias de afrontamiento centrado en la emoción</p> <p>Bajo (0 - 10)</p> <p>Medio (11 - 20)</p> <p>Alto (21 – 30)</p>

	<p>13. Me niego a creer que haya sucedido</p> <p>8. Autocrítica</p> <p>27. Autoculpa</p>			<p>Estrategias de afrontamiento centrado en la evitación del problema</p> <p>Bajo (0 - 14) Medio (15 - 28) Alto (29 - 42)</p>
--	--	--	--	---

Variable 2: Estrés

Definición Operacional: El estrés se medirá con el Cuestionario para la evaluación del estrés Tercera edición, comprende 31 preguntas con respuesta de tipo Likert: siempre, casi siempre, a veces y nunca. Se detalla los siguientes puntajes: para los ítems 1,2,3,9,13,14,15,23 y 24, siempre (9), casi siempre (6), a veces (3), nunca (0). Para los ítems 4,5,6,10,11,16,17,18,19,25,26,27 y 28, siempre (6), casi siempre (4), a veces (2), nunca (0). Para los ítems 7,8,12,20,21,22,29,30 y 31, siempre (3), casi siempre (2), a veces (1), nunca (0).

Matriz operacional de la variable 2:

Dimensión	Indicadores	Ítems	Escala de medición	Escala valorativa (niveles o rangos)
Fisiológico	1. Dolor muscular	1, 2, 3, 4, 5, 6, 7 y 8	Ordinal	Muy bajo (0,0 a 7,8)
	2. Problemas gastrointestinales			Bajo (7,9 a 12,6)
	3. Problemas respiratorios			Medio (12,7 a 17,7)
	4. Cefalea			Alto (17,8 a 25)
	5. Trastorno del sueño			Muy Alto (25,1 a 100)
	6. Problemas cardiacos			
	7. Cambios del apetito			
	8. Problemas sexuales			

Comportamental	<p>9. Dificultad en las relaciones familiares</p> <p>10. Dificultad para permanecer quieto o iniciar actividades</p> <p>11. Dificultad en las relaciones con otras personas</p> <p>12. Aislamiento y desinterés</p>	9, 10, 11 y 12	Ordinal	
Intelectual o laboral	<p>13. Sobrecarga laboral</p> <p>14. Desconcentración</p> <p>15. Accidentes de trabajo</p> <p>16. Frustración</p> <p>17. Cansancio</p> <p>18. Bajo rendimiento</p> <p>19. Ausentismo laboral</p> <p>20. Desinterés</p> <p>21. Dificultad para tomar decisiones</p> <p>22. Deseo de cambiar de trabajo</p>	13, 14, 15, 16, 17, 18, 19, 20, 21 y 22	Ordinal	

Psico-emocional	23. Soledad 24. Irritabilidad 25. Preocupación 26. Uso de drogas 27. Inutilidad 28. Consumo de drogas 29. Sentimiento de que se está perdiendo la razón 30. Comportamientos rígidos 31. Incapacidad para manejar los problemas	23, 24, 25, 26, 27, 28, 29, 30 y 31	Ordinal	
-----------------	--	---	---------	--

3.7. Técnicas e instrumentos de recolección de datos

3.7.1. Técnica

Para la recolección de datos se utilizó como técnica la encuesta y como instrumento el cuestionario.

3.7.2. Descripción

La ficha técnica del instrumento “Inventario de afrontamiento al estrés Brief - COPE 28” adaptada por Pita y Quiroz (36).

Población:

En España, Morán, Landero y Gonzales (37) crearon la versión en español y lo validó en 260 estudiantes universitarios

Tiempo: No refiere

Momento: aulas universitarias

Lugar: España

Validez: En el estudio de Morán y Belito, se realizó un juicio de expertos

Fiabilidad: entre 0,60 y 0,90

Tiempo de llenado: 10 minutos

Número de ítems: 28

Dimensiones: “centrado en el problema” (2, 6, 10, 26), “centrado en la emoción” (1, 3, 8, 9, 12, 14, 16, 17,20, 21, 23, 27, 28), “centrado en la evitación del problema” (4, 5, 7, 11, 13, 15, 19, 22, 24, 25)

Alternativas de respuesta: nunca (0), a veces (1), casi siempre (2) y siempre (3)

Baremos (niveles, grados) de la variable: bajo, medio y alto

Niveles	Centrado en el problema	Centrado en la emoción	Centrado en la evitación del problema
	Rangos		
Bajo	0 – 4	0 – 10	0 – 14
Mediano	5 – 8	11 – 20	15 – 28
Alto	9 – 12	21 - 30	29 – 42

La ficha técnica del instrumento “Cuestionario para la evaluación del estrés Tercera edición”.

Población: Coaquira y Sapillado (38) lo validó en adultos de 17 años a más.

Tiempo: No refiere

Lugar: Colombia

Validez: Juicio de expertos

Fiabilidad: Alfa de Cronbach de 0,923

Tiempo de llenado: 7 minutos

Número de ítems: 31 ítems

Dimensiones: “Fisiológico” (1, 2, 3, 4, 5, 6, 7 y 8), “Comportamental” (9, 10, 11 y 12), “Intelectual o laboral” (13, 14, 15, 16, 17, 18, 19, 20, 21 y 22), “Psico-emocional” (23, 24, 25, 26, 27, 28, 29, 30 y 31)

Alternativas de respuesta: siempre, casi siempre, a veces, nunca

Ítems	Siempre	Casi siempre	A veces	Nunca
1,2,3,9,13,14,15,23 y 24	9	6	3	0
4,5,6,10,11,16,17,18,19,25,26,27 y 28	6	4	2	0
7,8,12,20,21,22,29,30 y 31	3	2	1	0

Puntaje bruto total

Es la suma de los siguientes subtotales:

- El puntaje promedio de los ítems 1 al 8 se multiplica por 4
- El puntaje promedio de los ítems 9 al 12 se multiplica por 3
- El puntaje promedio de los ítems 13 al 22 se multiplica por 2
- El puntaje promedio de los ítems 23 al 31

Transformación del puntaje bruto

$$\text{Puntaje transformado} = \frac{\text{Puntaje bruto total} \times 100}{61.16}$$

Baremos: muy bajo, bajo, medio, alto y muy alto

Nivel de estrés	Puntaje total transformado
Muy bajo	0,0 a 7,8
Bajo	7,9 a 12,6
Medio	12,7 a 17,7
Alto	17,8 a 25
Muy alto	25,1 a 100

3.7.3 Validación

Dichos instrumentos son reconocidos a nivel internacional y fueron adaptados y validados al ámbito peruano, para su aplicación no se realizó ninguna modificación. Han sido utilizados en poblaciones similares a la presente investigación, pasando por el proceso de validación y confiabilidad que mencionaré a continuación.

El Brief COPE es uno de los principales instrumentos para medir las estrategias de afrontamiento, fue desarrollado en 1989 por Carver y sus colaboradores (39). Morán y Landero (40) crearon la versión en español del COPE-28. En Perú, en 2016, en un estudio realizado en universitarios por Cassaretto y colaboradores (36), la validación se hizo a través de un análisis factorial exploratorio, obteniendo unos valores adecuados $KMO=0.798$.

El cuestionario para la evaluación del estrés fue elaborado por el departamento de psicología de la Universidad Javeriana de Colombia en el 2012 con la finalidad de medir el estrés, fue adaptada al ámbito peruano por Coaquira y Sepillado en 2014. En 2018, Pérez y Salcedo también realizaron la validación de dicho instrumento (38).

3.7.4 Confiabilidad

En Perú, Cassaretto y colaboradores (39) realizaron el análisis de confiabilidad del instrumento Brief Cope-28 y se obtuvo que el alfa de Cronbach es de 0.70, por ende, es recomendado como óptimo.

En Perú, Coaquira y Sepillado (38) realizaron la confiabilidad del Cuestionario para evaluación del estrés, obteniendo alfa de Cronbach de 0,924. En otro estudio realizado por

Pérez y Salcedo (41) en 2018, aplicaron el instrumento en Cajamarca y obtuvieron un alfa de Cronbach de 0,901.

En la investigación se realizó la confiabilidad de los instrumentos través del cálculo de alfa de Cronbach. Se obtuvo para el instrumento “Brief COPE 28” que evalúa las estrategias de afrontamiento un valor de Alfa de Cronbach de 0.718 para 28 elementos; además, se encontró para el “Cuestionario de evaluación del estrés” un valor de Alfa de Cronbach de 0.926 para 31 elementos. Por lo tanto, se demuestra que los instrumentos pueden ser utilizados para los fines de la investigación al tener una buena fiabilidad.

3.8 Procesamiento y análisis de datos

Después de la aplicación de los instrumentos, las respuestas de las personas encuestadas se registraron en el programa Excel y seguidamente se importaron los datos al programa SPSS para el procesamiento de estos y determinar la estadística descriptiva e inferencial. La estadística descriptiva pretende medir las variables mediante el uso de medidas de tendencia central como promedios, medias y medianas. Y la estadística inferencial se realiza para la comprobación de hipótesis (42).

Debido a que la escala de medición es ordinal, se utilizará una prueba estadística no paramétrica como el coeficiente de correlación de Rho Spearman que tiene como finalidad determinar la relación entre las dos variables de estudio y sus componentes (43).

3.9. Aspectos éticos:

- Se contó con la aprobación del Comité de ética
- Para realizar el estudio en el Centro de Salud Mental Comunitario Universitario San Marcos se presentó una carta de presentación al Comité de Ética e Investigación de la DIRIS Lima Centro para obtener la Constancia de Autorización
- Asimismo, fue necesario el consentimiento informado firmado por los usuarios como medio que acredite su participación voluntaria.
- Los resultados sólo serán usados con fines investigativos y se respetará la confidencialidad de los participantes
- No se tiene ningún conflicto de interés que afecte la objetividad del estudio

CAPÍTULO IV: PRESENTACIÓN Y DISCUSIÓN DE LOS RESULTADOS

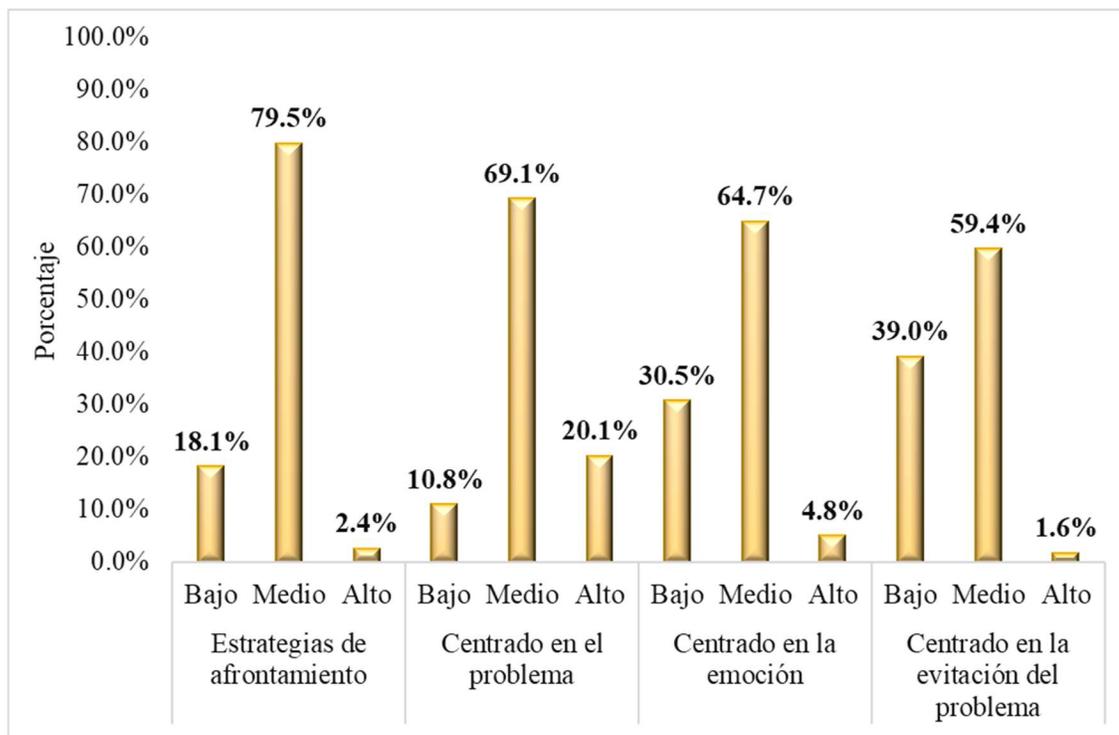
4.1 Resultados

4.1.1. Análisis descriptivo de resultados

Tabla 1. Distribución de usuarios según estrategias de afrontamiento y sus dimensiones. Centro de Salud Mental Comunitario Universitario San Marcos- Lima, 2022

Variable / dimensiones		Frecuencia	%
Estrategias de afrontamiento	Bajo	45	18.1%
	Medio	198	79.5%
	Alto	6	2.4%
Centrado en el problema	Bajo	27	10.8%
	Medio	172	69.1%
	Alto	50	20.1%
Centrado en la emoción	Bajo	76	30.5%
	Medio	161	64.7%
	Alto	12	4.8%
Centrado en la evitación del problema	Bajo	97	39.0%
	Medio	148	59.4%
	Alto	4	1.6%

Fuente: Encuesta del investigador



Fuente: Encuesta del investigador

Figura 1. Distribución de usuarios según estrategias de afrontamiento y sus dimensiones.

Centro de Salud Mental Comunitario Universitario San Marcos- Lima, 2022

Interpretación:

En la tabla 1 y figura 1 se evidencia que el 79.5% presenta nivel medio de estrategias de afrontamiento; le sigue el 18.1% con nivel bajo y el nivel alto lo representa el 2.4%.

En cuanto a las 3 dimensiones de estrategias de afrontamiento, prevalece el nivel medio siendo mayor en el afrontamiento centrado en el problema con 69.1%, además, el nivel alto también es mayor en dicha dimensión con un 20.1% de los usuarios.

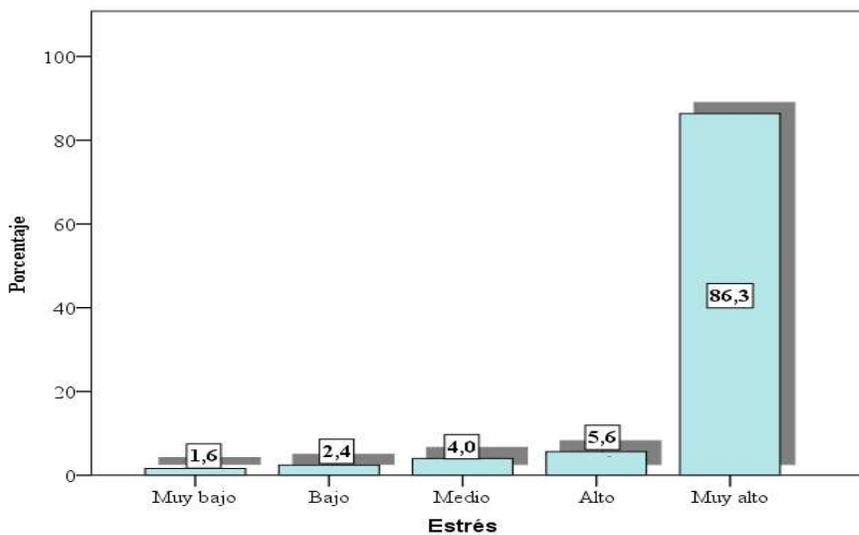
En la dimensión centrado en la evitación del problema, el nivel bajo es mayor con un 39% de usuarios; le sigue la dimensión centrado en la emoción con un 30.5% en el nivel bajo.

Tabla 2. Distribución de usuarios según estrés. Centro de Salud Mental Comunitario

Universitario San Marcos- Lima, 2022

Nivel	Frecuencia	Porcentaje
Muy bajo	4	1.6
Bajo	6	2.4
Medio	10	4.0
Alto	14	5.6
Muy alto	215	86.3
Total	249	100.0

Fuente: Encuesta del investigador



Fuente: Encuesta del investigador

Figura 2. Distribución de usuarios según estrés. Centro de Salud Mental Comunitario

Universitario San Marcos- Lima, 2022

Interpretación:

En la tabla 2 y figura 2 se evidencia que el 86.3% presenta nivel muy alto de estrés; el resto de los niveles presentan menos del 10% de usuarios; el menor de todos es el nivel muy bajo con solo el 1.6%.

4.1.2. Prueba de hipótesis**- Prueba de hipótesis General**

Tabla 4. Análisis de correlación entre estrategias de afrontamiento y el estrés en usuarios del Centro de Salud Mental Comunitario Universitario San Marcos- Lima, 2022

		Estrategias de afrontamiento	Estrés
Rho de Spearman	Estrategias de afrontamiento	Coefficiente de correlación	1.000
		Sig. (bilateral)	.159*
		N	.012
		N	249
Estrés		Coefficiente de correlación	.159
		Sig. (bilateral)	1.000
		N	.012
		N	249

Fuente: Encuesta del investigador

Hipótesis Nula: No existe relación significativa entre las estrategias de afrontamiento y el estrés durante la pandemia del COVID-19 de los usuarios de un centro de salud mental

Hipótesis Alterna: Existe relación significativa entre las estrategias de afrontamiento y el estrés durante la pandemia del COVID-19 de los usuarios de un centro de salud mental

- Nivel de significancia: $\alpha = 0.05$

Regla de decisión: Si p es menor 0.05, se acepta hipótesis de investigación o alternativa (Ha)

p es mayor 0.05 se acepta hipótesis nula (Ho)

- **Estadístico de prueba:** las variables no tienen distribución normal por ello se usa la prueba no paramétrica de coeficiente de Spearman.
- **Toma de decisión:** El coeficiente de Spearman es 0.159 y se interpreta que la fuerza de correlación es débil y directa, tomando como referencia el criterio de Cohen. Además, se obtuvo Sig. 0.012 ($p < 0.05$) por lo cual se rechaza la hipótesis nula y se asume que existe relación significativa entre las estrategias de afrontamiento y estrés durante la pandemia del COVID-19.

RANGO DE VALORES	INTERPRETACION
0 – 0.10	Correlación nula
0.10 – 0.30	Correlación débil
0.30 – 0.50	Correlación moderada
0.50 – 1.00	Correlación fuerte

-Prueba de hipótesis específica 1:

Tabla 5. Análisis de correlación entre afrontamiento centrado en el problema y el estrés en usuarios del Centro de Salud Mental Comunitario Universitario San Marcos- Lima, 2022

			Centrado en el problema	Estrés
Rho de Spearman	Centrado en el problema	Coefficiente de correlación	1.000	-,221**
		Sig. (bilateral)		.001
		N	249	249
	Estrés	Coefficiente de correlación	-,221**	1.000
		Sig. (bilateral)	.001	
		N	249	249

. La correlación es significativa al nivel 0,01 (bilateral).

Fuente: Encuesta del investigador

Hipótesis Nula: No existe relación estadísticamente significativa entre las estrategias centrado en el problema y el estrés de los usuarios de un centro de salud mental

Hipótesis Alterna: Existe relación estadísticamente significativa entre las estrategias centrado en el problema y el estrés de los usuarios de un centro de salud mental

-Nivel de significancia: $\alpha = 0.05$

-Estadístico de prueba: Rho de Spearman

-Toma de decisión: El coeficiente de Correlación de Spearman es -0.221, siendo un valor pequeño, indica relación débil e inversa; además, en el contraste se encontró que $p = 0.001$ (<0.05), entonces se rechaza la hipótesis nula; por lo tanto, existe relación estadísticamente significativa entre las estrategias de afrontamiento centrado en el problema y el estrés.

- Prueba de hipótesis específica 2:

Tabla 6. Análisis de correlación entre afrontamiento centrado en la emoción y el estrés en usuarios del Centro de Salud Mental Comunitario Universitario San Marcos- Lima, 2022

			Centrado en la emoción	Estrés
Rho de Spearman	Centrado en la emoción	Coeficiente de correlación	1.000	-,099
		Sig. (bilateral)		.120
		N	249	249
	Estrés	Coeficiente de correlación	-,099*	1.000
		Sig. (bilateral)	.120	
		N	249	249

*. La correlación es significativa al nivel 0,05 (bilateral).

Fuente: Encuesta del investigador

Hipótesis nula: No existe relación estadísticamente significativa entre las estrategias centrado en la emoción y el estrés de los usuarios de un centro de salud mental

Hipótesis alterna: Existe relación estadísticamente significativa entre las estrategias centrado en la emoción y el estrés de los usuarios de un centro de salud mental

-Nivel de significancia: $\alpha = 0.05$

-Estadístico de prueba: Rho de Spearman

-Toma de decisión: El coeficiente de Spearman es -0.099, siendo un valor pequeño, indica relación débil e inversa; además, en el contraste se encontró que $p = 0.120 (>0.05)$, entonces no se rechaza la hipótesis nula; por lo tanto, no se encuentran evidencias suficientes para confirmar la existencia de relación significativa entre las estrategias de afrontamiento centrado en la emoción y el estrés.

-Prueba de hipótesis específica 3:

Tabla 7. Análisis de correlación entre afrontamiento centrado en la evitación del problema y el estrés en usuarios del Centro de Salud Mental Comunitario Universitario San Marcos-Lima, 2022

			Centrado en la evitación del problema	Estrés
Rho de Spearman	Centrado en la evitación del problema	Coeficiente de correlación	1.000	,450**
		Sig. (bilateral)		.001
	Estrés	N	249	249
		Coeficiente de correlación	,450**	1.000
		Sig. (bilateral)	.001	
		N	249	249

** . La correlación es significativa al nivel 0,01 (bilateral).

Fuente: Encuesta del investigador

Hipótesis nula: No existe relación estadísticamente significativa entre las estrategias centrado en la evitación del problema y el estrés de los usuarios que acuden al Centro de Salud Mental Comunitario Universitario San Marcos.

Hipótesis alterna: Existe relación estadísticamente significativa entre las estrategias centrado en la evitación del problema y el estrés de los usuarios que acuden al Centro de Salud Mental Comunitario Universitario San Marcos.

-Nivel de significancia: $\alpha = 0.05$

-Estadístico de prueba: Rho de Spearman.

-Toma de decisión: El coeficiente de Spearman es 0.450, siendo un valor pequeño, indica relación moderada y directa; además, en el contraste se encontró que $p = 0.001 (< 0.05)$, entonces se rechaza la hipótesis nula; por lo tanto, existe relación significativa entre las estrategias de afrontamiento centrado en la evitación del problema y el estrés

4.1.3. Discusión de resultados

Los resultados obtenidos en esta investigación muestran que el 79.5% de los estudiantes que acuden al Centro de Salud Mental Comunitario Universitario San Marcos tiene un nivel medio en el uso de las estrategias de afrontamiento, el 18.1% presenta un nivel bajo y solo el 2.4 % presenta un nivel alto, lo que significa que la mayoría de los estudiantes presenta mecanismos cognitivos y conductuales para manejar las demandas que sobrepasan los recursos personales, pero existe un 18.1% que presenta un nivel bajo lo cual es preocupante.

Con respecto a las dimensiones de las estrategias de afrontamiento, el nivel alto de la dimensión centrado en el problema equivale a 20.1% de los usuarios. La dimensión

afrontamiento centrado en la emoción con un 4.8% en el nivel alto y le sigue la dimensión afrontamiento centrado en la evitación del problema, el nivel alto representa el 1.6%, lo que demuestra que la mayoría se enfoca en resolver el problema y regular las emociones ocasionadas por el elemento estresante, mientras que la minoría usa estrategias para escapar o evitar el problema. Estos resultados coinciden con el estudio de Morales (44), en estudiantes universitarios de España, en la cual las estrategias de afrontamientos más empleadas son las centradas en el problema y centradas en la emoción. En otro estudio de Pozos (45), que usa el Inventario de Síntomas de Estrés (ISE), predomina los estilos de afrontamiento no adaptativos, como juicios negativos, minimización de la amenaza y pocas valoraciones positivas, que son predictores del estrés crónico en estudiantes de medicina. También es similar al estudio de Matalinares (22) donde predomina el uso de estrategias centradas en el problema y luego le sigue las estrategias centradas en la emoción.

Estos resultados difieren con los obtenidos por Valdez (14) que encontró que se usa mayormente el afrontamiento centrado en la emoción (60.4%), en segundo el afrontamiento centrado en el problema (37.2%) y sólo el 2.4% utiliza el afrontamiento centrado en la evitación del problema. También existe diferencias con el estudio de Bello (15) y Mushquash (16), debido a que establecen otras dimensiones de la variable estrategias de afrontamiento y usan otros instrumentos como el COPE-48 y RSQ.

El 86.3% tienen un nivel muy alto de estrés; 5.6 % tiene un nivel alto, 4% tiene un nivel medio, 2.4% tiene un nivel bajo y 1.6% tiene un nivel muy bajo. Esto difiere con el estudio de Valdez (14) y Borhórquez (18), en los cuales prevalece el nivel de estrés moderado. En el primero, el 0.8 % de los estudiantes tiene estrés alto, 78% presentó estrés moderado y el 21.2% presenta estrés bajo. Con respecto a los instrumentos de medición para evaluar el estrés,

existe diferencias con el estudio de Valdez que utilizó la Escala de Estrés Percibido-14 y con Bohórquez que empleó la Escala de Estrés Percibido-10. Asimismo, difiere con el estudio de Vargas (46) aplicado en estudiantes de una Universidad en Trujillo en el cual predomina el estrés medio con un 72%, 24% nivel alto y el 4% tienen nivel bajo de estrés. Sin embargo, coincide con el estudio de Pozos (45), donde la mayoría de los estudiantes de medicina presentó niveles altos de estrés crónico, siendo mayor en mujeres que en hombres, aunque el instrumento usado fue distinto.

Con respecto a la hipótesis general, se determina que existe relación significativa entre las estrategias de afrontamiento y estrés porque el p-valor es menor a 0.05; esto indica que a mayor uso de las estrategias de afrontamiento mayor será el grado de estrés.

Este resultado difiere con el estudio de Valdez (14) aplicado en estudiantes de enfermería en México, que no hay relación entre ambas variables; sin embargo, coincide con los obtenidos por Bohórquez (18) que demostró una relación entre los niveles de estrés percibido y la utilización de estrategias de afrontamiento en estudiantes de enfermería de Colombia.

Con respecto a las hipótesis específicas, se concluye que las estrategias de afrontamiento centrado en el problema están relacionadas significativamente con el estrés con un valor de $p=0.001$ y el coeficiente de Spearman es -0.221 , esto indica que es una relación inversa, es decir, a mayor uso de las estrategias de afrontamiento centrado en el problema menor será el grado de estrés.

Sin embargo, no existe relación significativa entre las estrategias de afrontamiento centrado en la emoción y el estrés porque el valor de $p=0.120$ y el coeficiente de Spearman

es -0.099. Este resultado difiere con el estudio de Valdez (14), donde se encontró evidencia de correlación significativa entre el nivel de estrés bajo y la estrategia afrontamiento emocional.

Asimismo, existe relación estadísticamente significativa entre las estrategias de afrontamiento centrado en la evitación del problema y el estrés con un valor de $p= 0.001$ y el coeficiente de Spearman es 0.450, lo que indica una relación directa, es decir, a mayor uso de las estrategias centrado en la evitación del problema mayor será el grado de estrés. Este hallazgo coincide con el estudio de Valdez (14), dado que evidencia de correlación significativa entre nivel de estrés alto y estrategia de afrontamiento emocional por evitación ($p= .01$)

Finalmente, podemos mencionar que se cumplió con el propósito de la investigación, estableciendo la relación entre las estrategias de afrontamiento y estrés de los universitarios que acuden al centro de salud mental.

CAPÍTULO V: CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

5.1 Conclusiones

1. Se concluye que existe relación significativa entre las estrategias de afrontamiento y estrés durante la pandemia del COVID-19 de los usuarios que acuden al Centro de Salud Mental Comunitario Universitario San Marcos.
2. Se concluye que existe relación significativa e inversa entre las estrategias de afrontamiento centrado en el problema y el estrés de los usuarios que acuden al Centro de Salud Mental Comunitario Universitario San Marcos porque se encontró que p es menor que 0.05 y el coeficiente de Spearman es -0.221.
3. Se concluye que no existe relación significativa entre las estrategias de afrontamiento centrado en la emoción y el estrés de los usuarios que acuden al Centro de Salud Mental Comunitario Universitario San Marcos porque se encontró que p es mayor que 0.05 y el coeficiente de Spearman es -0.099.
4. Se concluye que existe relación significativa y directa entre las estrategias de afrontamiento centrado en la evitación del problema y el estrés de los usuarios que acuden al Centro de Salud Mental Comunitario Universitario San Marcos porque se encontró que p es menor que 0.05 y el coeficiente de Spearman es 0.450.

1.2 Recomendaciones

1. Es recomendable realizar un trabajo articulado entre las Unidades de Bienestar de las Facultades de cada Universidad y el centro de salud mental para reforzar estrategias de promoción y prevención de la salud mental.
2. Se recomienda implementar un programa de intervención psicoeducativa para promover estrategias de afrontamiento frente al estrés principalmente en los estudiantes de los primeros ciclos.
3. Se recomienda realizar investigaciones diferenciado por cada facultad para realizar un estudio comparativo.
4. Se recomienda realizar estudios para identificar qué factores desencadenan el estrés.

REFERENCIAS

1. Prieto D et al. Depresión y ansiedad durante el aislamiento obligatorio por el COVID-19 en Lima Metropolitana. Rev Scielo [Internet]. 2020; 26(2). [Consultado el 8 de diciembre de 2021]. Disponible en: http://www.scielo.org.pe/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1729-48272020000200009
2. MINSA. [Internet]. La pandemia del COVID-19. Ginebra; 2022 [Consultado el 15 de agosto 2023]. Disponible en: <https://www.who.int/es/news/item/02-03-2022-covid-19-pandemic-triggers-25-increase-in-prevalence-of-anxiety-and-depression-worldwide>
3. Porras J. Las cifras confirman el impacto de la pandemia sobre la salud mental. El País. [Internet]. 23 de diciembre de 2022. [Consultado el 24 diciembre de 2022]. Disponible en: <https://elpais.com/ciencia/2020-12-23/las-cifras-confirman-el-impacto-de-la-pandemia-sobre-la-salud-mental.html>
4. Nereida V, María V, Ányelo D, Mariana T. Afrontamiento del COVID-19: estrés, miedo, ansiedad y depresión. Rev Enfermería Investiga [Internet]. 2020; 5(3): 63-70. [Consultado el 15 enero de 2022]. Disponible en: <https://revistas.uta.edu.ec/erevista/index.php/enfi/article/view/913/858>
5. Cuiyan W et al. Respuestas psicológicas inmediatas y factores asociados durante la etapa inicial de la epidemia de enfermedad por coronavirus (COVID-19) de 2019 entre la población general en China. Rev Salud Pública [Internet]. 2020; 17(5). [Consultado el 15 enero de 2022]. Disponible en: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC7084952/>
6. Porras J. Las cifras confirman el impacto de la pandemia sobre la salud mental. El País. [Internet]. 23 de diciembre de 2022. [Consultado el 24 diciembre de 2022]. Disponible en:

- <https://elpais.com/ciencia/2020-12-23/las-cifras-confirman-el-impacto-de-la-pandemia-sobre-la-salud-mental.html>
7. Barraza A. El estrés de pandemia (COVID 19) en población mexicana. [Internet]. 1ra edición. México: Centro de Estudios Clínica e Investigación Psicoanalítica S.C; 2020. [Consultado el 15 enero de 2022]. Disponible en: <http://upd.edu.mx/PDF/Libros/Coronavirus.pdf>
 8. Alvarez V. Exceso de mortalidad en Colombia. [Internet]. Bogotá; 2020. [Consultado el 15 enero de 2022]. Disponible en: <https://www.minsalud.gov.co/sites/rid/Lists/BibliotecaDigital/RIDE/VS/ED/VSP/estimacion-exceso-mortalidad-Colombia-2020.pdf>
 9. Mella-Morambuena J et al. Estrategias de afrontamiento en apoderados durante el confinamiento por la Covid-19. Rev Ciencia América [internet]. 2020; 9(2). [Consultado el 30 agosto de 2022]. Disponible en: <https://www.cienciamerica.edu.ec/index.php/uti/article/view/324/583>
 10. Gaeta M et al. Efectos emocionales y estrategias de afrontamiento en universitarios mexicanos durante la pandemia de covid-19. Rev Educación y Educadores [Internet]. 2022; 25(1). [Consultado el 30 agosto de 2022]. Disponible en: <https://educacionyeducadores.unisabana.edu.co/index.php/eye/article/view/16485/7013>
 11. MINSA [Internet]. Salud Mental. Perú; 2020 [citado 15 enero 2022]. Disponible en: <https://www.minsa.gob.pe/newsletter/2021/edicion-72/nota4/index.html>
 12. Pérez. [Internet]. Salud Mental de estudiantes en pandemia: Investigación del consorcio de universidades del Consorcio de Universidades de Apoyo. Perú; 2021 [citado 5 agosto 2023]. Disponible en: <https://puntoedu.pucp.edu.pe/comunidad-pucp/salud-mental-de>

estudiantes-en-pandemia-investigacion-del-consorcio-de-universidades-permitira-tomar-acciones-de-apoyo/

13. Guevara S. PERÚ: Impacto de la pandemia de la COVID-19 en el bienestar de adolescentes y jóvenes [Internet]. Perú: UNFPA Perú; 2021 [consultado 5 agosto 2023]. Disponible en: https://peru.unfpa.org/sites/default/files/pub-pdf/impacto_del_covid_19_en_el_bienestar_de_adolescentes_y_jovenes.pdf
14. Valdez Y, Marentes R, Correa S, Hernández R. Nivel de estrés y estrategias de afrontamiento utilizadas por estudiantes de la licenciatura en Enfermería. *Rev Enfermería Global* [Internet]. 2021; 21(65): 248-259. [Consultado el 15 enero de 2022]. Disponible en: https://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1695-61412022000100248
15. Bello I, Martínez L., Peterson P., Sánchez L. Estrategias de afrontamiento: efectos en el bienestar psicológico de universitarios durante la pandemia del COVID-19. *Rev Ciencia y Sociedad* [Internet]. 2021; 46(4): 31-48. [Consultado el 15 enero de 2023]. Disponible en: <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=8227831>
16. Mushquash A, Grassia E. Afrontamiento durante COVID-19: examinar el estrés de los estudiantes y los síntomas depresivos. *Rev PubMed* [Internet]. 2021; 70(8):2266-2269. [Consultado el 21 diciembre de 2021]. Disponible en: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/33513079/>
17. Genc A., Pekić, J, Milovanović, I. Mecanismos de afrontamiento como mediadores en la relación entre el estrés percibido y las precauciones durante la pandemia de covid-19. *Rev Primenjena Psihologija* [Internet]. 2020; 13(13):449-471. [Consultado el 21 diciembre de 2021]; Disponible en: <https://pesquisa.bvsalud.org/global-literature-on-novel-coronavirus-2019-ncov/resource/en/covidwho-1317367>

18. Bohórquez C., Hernández J, Muvdi Y. Asociación entre estrés percibido y estrategias de afrontamiento en estudiantes de enfermería en tiempos de COVID-19. *Rev Metas de enfermería*. [Internet]. 2022; 25(5): 50-57. [Consultado el 15 de enero de 2023]. Disponible en: <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=8458048>
19. Abdulghani H, Sattar K., Ahmad T., Akram A. Asociación de la pandemia de COVID-19 con el estrés percibido y el afrontamiento de los estudiantes de medicina de pregrado. *Rev Psychol Res Behav Manag*. [Internet]. 2020; 30(13): 871-881. [Consultado el 21 diciembre de 2021]. Disponible en: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/33154682/>
20. Ramos C, Serpa A. Análisis de red de síntomas de angustia psicológica, estrés postraumático y miedo por COVID-19 en adultos peruanos. *Rev de la Facultad de Medicina*. [Internet]. 2021; 70(1). [Consultado el 5 enero de 2022]. Disponible en: <https://revistas.unal.edu.co/index.php/revfacmed/article/view/94407>
21. Obando R et al. Ansiedad, estrés y depresión en enfermeros de emergencia Covid-19. *Rev Index de Enfermería* [Internet]. 2021; 29(4). [Consultado el 5 enero de 2022]. Disponible en: https://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1132-12962020000300008
22. Matalinares M et al. Afrontamiento del estrés y bienestar psicológico en estudiantes universitarios de Lima y Huancayo. [Internet]. 2016: 105-126. [Consultado el 10 diciembre de 2022]. Disponible en: <https://revistas.ulima.edu.pe/index.php/Persona/article/view/975/936>
24. Virto C et al. Estrés ansiedad y depresión con estilos de afrontamiento en Enfermeras en contacto con covid-19 Cusco Perú. *Rev Científica de Enfermería* [Internet]. 2020; 9(3): 50-60. [Consultado el 10 enero de 2022]. Disponible en: https://www.lareferencia.info/vufind/Record/PE_1477b15d49fc79752aa23504b1341330

25. Gallardo L. Afrontamiento al estrés: una revisión teórica y evolutiva del concepto. [Tesis para optar el grado de bachiller de psicología]. Pimentel: Universidad de Sipán; 2019. Disponible en: <https://repositorio.uss.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12802/5737/Gallardo%20Mendoza%20Liz%20Meli.pdf?sequence=5>
26. Condori M y Feliciano V. Estrategias de afrontamiento al estrés y ansiedad estado en trabajadores de un centro de salud en cuarentena por Covid-19. [Tesis para optar el título de Licenciada en Psicología]. Juliaca: Universidad Autónoma en Ica; 2020. Disponible en: <http://repositorio.autonomaica.edu.pe/bitstream/autonomaica/728/1/Maritza%20Condori%20Chambi.pdf>
27. Arenas V y Azabache J. Autoestima, estrategias de afrontamiento asociados al estrés académico en estudiantes de enfermería – UNT en tiempos COVID-19. [Tesis para optar título profesional de licenciada de enfermería]. Trujillo: Universidad Nacional de Trujillo; 2021. Disponible en: <http://dspace.unitru.edu.pe/bitstream/handle/UNITRU/17023/1996.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
28. Lévano J. Afrontamiento al estrés en el personal militar de diferentes unidades hospitalarias del Hospital Militar Central del Perú “Crl. Luis Arias Schreiber”. [Tesis para obtener el título de licenciada de psicología]. Lima: Universidad Nacional Federico Villarreal; 2018. Disponible en: <https://repositorio.unfv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.13084/2059/LEVANO%20LOZA%20JESUS%20IVAN.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
29. Gallardo L. Afrontamiento al estrés: una revisión teórica y evolutiva del concepto. [Tesis para obtener el grado de Bachiller en psicología]. Pimentel: Universidad Señor de Sipán; 2019. Disponible en:

<https://repositorio.uss.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12802/5737/Gallardo%20Mendoza%20Liz%20Meli.pdf?sequence=5>

30. Quispe J. Influencia de los riesgos psicosociales en el nivel de estrés del personal de estadística y caja del Hospital Regional Honorio Delgado. [Tesis para optar el grado académico de Maestra en Ciencias: Salud pública]. Arequipa: Universidad Nacional de Agustín; 2020. Disponible en: <http://repositorio.unsa.edu.pe/handle/20.500.12773/13307#:~:text=Conclusi%C3%B3n%3A%20Existe%20influencia%20estad%C3%ADsticamente%20significativa,%2C%20con%20un%20p%3D%200.004.>

31. Cotrina A. Influencia de la resiliencia sobre las estrategias de afrontamiento en administrativos de una clínica durante la pandemia por covid-19. [Tesis para optar el Título profesional de licenciada de psicología]. Lima: Universidad San Ignacio de Loyola; 2021. Disponible en: <https://repositorio.usil.edu.pe/server/api/core/bitstreams/2ad12980-cede-441c-a996-3154a688725d/content>

32. Del Carpio S. Escala de estrés percibido relacionado con la pandemia de COVID-19 (EEP-10-C): Evidencias psicométricas en jóvenes y adultos iqueños, 2020. [Tesis para optar el título profesional de licenciada de psicología]. Lima: Universidad César Vallejo; 2021. Disponible en: https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/59674/Del%20Carpio_CSVF-SD.pdf?sequence=1&isAllowed=y

33. Sánchez F. Fundamentos Epistémicos de la Investigación Cualitativa y Cuantitativa: Consensos y Disensos. Rev digital de investigación. [Internet]. 2019; 13(1): 102-122. [Consultado el 14 agosto de 2022]. Disponible en: <http://www.scielo.org.pe/pdf/ridu/v13n1/a08v13n1.pdf>

34. Babativa C. Investigación cuantitativa. [Internet]. 1era edición. Bogotá: Fundación Universitaria del Área Andina; 2017. [Consultado el 14 agosto de 2022]. Disponible en:

<https://digitk.areandina.edu.co/bitstream/handle/areandina/3544/Investigaci%C3%B3n%20cuantitativa.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

35. Esteban N. Tipos de investigación. [Internet]. [Consultado el 14 de agosto del 2022]. Disponible en: <https://core.ac.uk/download/pdf/250080756.pdf>

36. Moran C et al. COPE-28: un análisis psicométrico de la versión en español del Brief COPE. Rev Universitas Psychologica. [Internet]. 2020. Disponible en: <http://repositorio.upagu.edu.pe/bitstream/handle/UPAGU/1724/RU%c3%8dZ%2c%20R.%20y%20MORI%2c%20Y.%20%282021%29.%20TESIS.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

37. Schetsche C, Jaume L, Azzollini S. Desarrollo de una versión breve del Coping Strategies Inventory. Rev Evaluar. [Internet]. 2022; 22(1). [Consultado el 3 de diciembre 2022]. Disponible en: <https://revistas.unc.edu.ar/index.php/revaluar/article/download/37412/37574/134289>

38. Mori y Ruiz. Estrés y estrategias de afrontamiento utilizadas en Estudiantes de la facultad de psicología de los últimos ciclos de una universidad privada de la ciudad de Cajamarca, 2021. [citado 8 septiembre 2022]. Disponible en: <http://repositorio.upagu.edu.pe/bitstream/handle/UPAGU/1724/RU%c3%8dZ%2c%20R.%20y%20MORI%2c%20Y.%20%282021%29.%20TESIS.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

39. Cssaretto M. Afrontamiento al Estrés: Adaptación del Cuestionario COPE en Universitarios de Lima. Rev Iberoamericana de Diagnóstico y Evaluación [Internet]. 2016; 42(2). [Consultado el 3 de junio de 2023]. Disponible en: <https://www.aidep.org/sites/default/files/articles/R42/Art9.pdf>

40. Landero R. et al. COPE-28: un análisis psicométrico de la versión en español del Brief COPE. Rev Universitas Psychologica. [Internet]. 2009; 9(2). [Consultado el 30 abril de 2023]. Disponible en: http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1657-92672009000200020

41. Vergara M. Ansiedad y estrategias de afrontamiento en jóvenes de una universidad particular de Lima Metropolitana. [Tesis para optar el grado de bachiller en psicología]. Lima: Universidad San Martín de Porres; 2019. Disponible en: https://repositorio.usmp.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12727/5425/VERGARA_MM.pdf?sequence=3&isAllowed=y
42. Pedro B. Capítulo I Estadística descriptiva. Estadística y metodología de la investigación. [Internet]. España [Consultado el 10 de enero de 2022]. Disponible en: http://eio.usc.es/eipc1/BASE/BASEMASTER/FORMULARIOS-PHP-DPTO/MATERIALES/Mat_G2021103104_EstadisticaTema1.pdf
43. Hernández S. Metodología de la investigación. [Internet]. 6ta edición. México: McGraw-HILL / INTERAMERICANA EDITORES, S.A. DE C.V.; 2014. [Consultado el 9 de marzo 2023]. Disponible en: <https://www.esup.edu.pe/wp-content/uploads/2020/12/2.%20Hernandez,%20Fernandez%20y%20Baptista-Metodolog%C3%ADa%20Investigacion%20Cientifica%206ta%20ed.pdf>
44. Morales F. Estrategias de afrontamiento en una muestra de estudiantes universitarios. INFAD Revista de Psicología. [Internet]. 2018; 289-294. [Consultado el 4 de mayo de 2023]. Disponible en: <https://revista.infad.eu/index.php/IJODAEP/article/view/1228/1061>
45. Pozos R et al. Estrategias de afrontamiento ante el estrés de estudiantes de medicina de una universidad pública en México. Rev Investigación educación médica. [Internet]. 2022; 11(41). [Consultado el 1 de junio 2023]. Disponible en: https://www.scielo.org.mx/scielo.php?pid=S2007-50572022000100018&script=sci_arttext
46. Vargas N et al. Estrés, estrategias de afrontamiento y rendimiento académico en estudiantes de enfermería. Universidad Nacional de Trujillo. Rev Enf. Inv. y Des. [Internet]. 2011; 11(2).

[Consultado el 16 de junio 2023]. Disponible en:

<http://webcache.googleusercontent.com/search?q=cache:C6RwBHjaHVwJ:revistas.unitru.edu.pe/index.php/facenf/issue/download/59/81+&cd=1&hl=es&ct=clnk&gl=pe>

ANEXOS

Anexo1: Matriz de consistencia

Formulación del Problema	Objetivos	Hipótesis	Variables	Diseño metodológico
<p>Problema General:</p> <p>¿Cuál es la relación entre las estrategias de afrontamiento y el estrés durante la pandemia del Covid-19 de los usuarios de un centro de salud mental- Lima, 2022 ?</p> <p>Problemas</p>	<p>Objetivo General</p> <p>Identificar la relación entre las estrategias de afrontamiento y el estrés durante la pandemia del Covid-19</p> <p>Objetivos específicos</p>	<p>Hipótesis General</p> <p>Hi: Existe relación significativa entre las estrategias de afrontamiento y el estrés durante la pandemia del COVID-19 de los usuarios de un centro de salud mental</p> <p>Ho: No existe relación significativa entre las estrategias de afrontamiento y el estrés durante la pandemia del COVID-19 de un centro de salud mental</p> <p>Hipótesis específicas</p>	<p>Variable 1:</p> <p>Estrategias de afrontamiento</p> <p>Dimensiones:</p> <p>Centrado en el problema</p> <p>Centrado en la emoción</p> <p>Centrado en la evitación del problema</p> <p>Variable 2: Estrés</p> <p>Dimensiones:</p> <p>Fisiológico</p> <p>Comportamental</p> <p>Intelectual o laboral</p> <p>Psico-emocional</p>	<p>Tipo de Investigación</p> <p>Aplicada</p> <p>Alcance correlacional</p> <p>Método y diseño de la investigación</p> <p>Hipotético – deductivo</p> <p>Diseño no experimental</p> <p>Transversal</p> <p>Nivel correlacional.</p> <p>Población y muestra</p> <p>La población está constituida por 700 usuarios que acuden al Centro de Salud Mental Comunitario Universitario San Marcos en la Universidad Nacional Mayor de San Marcos,</p>

<p>específicos:</p> <p>¿Cuál es la relación entre la dimensión centrado en el problema de las estrategias de afrontamiento y el estrés de los usuarios de un centro de salud mental- Lima, 2022?</p> <p>¿Cuál es la relación entre la dimensión centrado en la emoción de las estrategias de afrontamiento y el estrés de los usuarios de un centro de salud mental- Lima, 2022?</p>	<p>1. Identificar la relación entre la dimensión centrado en el problema de las estrategias de afrontamiento y el estrés de los usuarios</p> <p>2. Identificar la relación entre la dimensión centrado en la emoción de las estrategias de afrontamiento y el estrés de los usuarios</p> <p>3. Identificar la relación entre la</p>	<p>H1: Existe relación estadísticamente significativa entre las estrategias de afrontamiento centrado en el problema y el estrés de los usuarios de un centro de salud mental</p> <p>H1: Existe relación estadísticamente significativa entre las estrategias de afrontamiento centrado en la emoción y el estrés de los usuarios de un centro de salud mental</p> <p>H1: Existe relación estadísticamente significativa entre las estrategias de afrontamiento centrado en la evitación del problema y el estrés de los usuarios de un</p>		<p>en Cercado de Lima.</p> <p>Muestra: 249</p>
---	---	---	--	---

<p>¿Cuál es la relación entre la dimensión centrado en la evitación del problema de las estrategias de afrontamiento y el estrés de los usuarios de un centro de salud mental- Lima, 2022?</p>	<p>dimensión centrado en la evitación del problema de las estrategias de afrontamiento y el estrés de los usuarios</p>	<p>centro de salud mental</p>		
--	--	-------------------------------	--	--

Anexo 2: Instrumentos

CUESTIONARIO PARA LA EVALUACIÓN DEL ESTRÉS

N °	Malestares	Siempre	Casi siempre	A veces	Nunca
1	Dolores en el cuello y espalda o tensión muscular.				
2	Problemas gastrointestinales, úlceras, acidez, problemas digestivos o del hígado.				
3	Problemas respiratorios				
4	Dolor de cabeza				
5	Trastornos del sueño como somnolencia durante el día o desvelo en la noche.				
6	Palpitaciones en el pecho o problemas cardíacos				
7	Cambios fuertes del apetito				
8	Problemas relacionados con la función de los órganos genitales (impotencia, frigidez).				
9	Dificultad en las relaciones familiares				
10	Dificultad para permanecer quieto o dificultad para iniciar actividades				
11	Dificultad en las relaciones con otras personas				
12	Sensación de aislamiento y desinterés				
13	Sentimiento de sobrecarga de trabajo				
14	Dificultad para concentrarse, olvidos				
15	Aumento en el número de accidentes de trabajo.				
16	Sentimiento de frustración, de no haber hecho lo que se quería en la vida				
17	Cansancio, tedio o desgano				
18	Disminución del rendimiento en el trabajo o poca creatividad				
19	Deseo de no asistir al trabajo				
20	Bajo compromiso o poco interés con lo que se hace				
21	Dificultad para tomar decisiones.				
22	Deseo de cambiar de empleo				
23	Sentimiento de soledad y miedo				

24	Sentimiento de irritabilidad, actitudes y pensamientos negativos				
25	Sentimiento de angustia, preocupación o tristeza				
26	Consumo de drogas para aliviar la tensión o los nervios				
27	Sentimientos de que "no vale nada", o "no sirve para nada"				
28	Consumo de bebidas alcohólicas o café o cigarrillo				
29	Sentimiento de que está perdiendo la razón.				
30	Comportamientos rígidos, obstinación o terquedad				
31	Sensación de no poder manejar los problemas de la vida.				

CUESTIONARIO DE INVENTARIO DE AFRONTAMIENTO AL ESTRÉS BRIEF – “COPE 28”

N°	ITÉMS	Nunca hago esto	A veces hago esto	Casi siempre hago esto	Siempre hago esto
1	Intento conseguir que alguien me ayude o aconseje sobre qué hacer				
2	Concentro mis esfuerzos en hacer algo sobre la situación en que estoy				

3	Acepto la realidad de lo que ha sucedido				
4	Recurso al trabajo o a otras actividades para apartar las cosas de mi mente				
5	Me digo a mí mismo “esto no es real”				
6	Intento proponer una estrategia sobre qué hacer				
7	Hago bromas sobre el problema				
8	Me critico a mí mismo				
9	Consigo apoyo emocional de otros				
10	Tomo medidas para intentar que la situación mejore				
11	Renuncio para intentar ocuparme de los problemas				
12	Digo cosas para dar rienda suelta a mis sentimientos desagradables				
13	Me niego a creer que haya sucedido				
14	Intento ver con otros ojos los problemas, para hacer que parezca más positivo				
15	Utilizo alcohol u otras drogas para sentirme mejor				
16	Intento hallar consuelo en mi religión o creencias religiosas				
17	Consigo el consuelo y la comprensión de alguien				
18	Busco algo bueno en lo que está sucediendo				
19	Me rio de la situación				
20	Rezo o medito				
21	Aprendo a vivir con los problemas				
22	Hago algo para pensar menos en los problemas, tal como ir al cine o ver la televisión				
23	Expreso mis sentimientos negativos				

24	Consumo alcohol u otras drogad que me ayuden a superarlo				
25	Renuncio al intento de hacer frente al problema				
26	Pienso detenidamente sobre los pasos a seguir				
27	Me echo la culpa de lo que ha sucedido				
28	Consigo que otras personas me ayuden o aconsejen				

Anexo 3: Confiabilidad del instrumento

		N	%
CASOS	Válido	249	100.0
	Excluido ^a	0	.0
	Total	249	100.0

Estadísticas de fiabilidad del instrumento Brief Cope-28

Alfa de Cronbach	N de elementos
.718	28

Estadísticas de fiabilidad del “Cuestionario para evaluación del estrés”

Alfa de Cronbach	N de elementos
.926	31

Anexo 4: Aprobación del Comité de Ética



COMITÉ INSTITUCIONAL DE ÉTICA PARA LA INVESTIGACIÓN

CONSTANCIA DE APROBACIÓN

Lima, 28 de marzo 2023.

Investigador(a)
Valerie Ruth Stephany Chávez Mendoza
Exp. N°: 2578-2022

De mi consideración:

Es grato expresarle mi cordial saludo y a la vez informarle que el Comité Institucional de Ética para la investigación de la Universidad Privada Norbert Wiener (CIEI-UPNW) **evaluó y APROBÓ** los siguientes documentos:

- Protocolo titulado "Estrategias de afrontamiento y estrés durante la pandemia del COVID-19 de los usuarios que acuden al Centro de Salud Mental Comunitario Universitario San Marcos-Lima, 2022" Versión 02 con fecha 19/01/2023.
- Formulario de Consentimiento Informado Versión 01 con fecha 02/12/2022.

El cual tiene como investigador principal al Sr(a) Valerie Ruth Stephany Chávez Mendoza y a los investigadores colaboradores (no aplica).

La APROBACIÓN comprende el cumplimiento de las buenas prácticas éticas, el balance riesgo/beneficio, la calificación del equipo de investigación y la confidencialidad de los datos, entre otros.

El investigador deberá considerar los siguientes puntos detallados a continuación:

1. La **vigencia** de la aprobación es de **dos años** (24 meses) a partir de la emisión de este documento.
2. El **Informe de Avances** se presentará cada 6 meses, y el informe final una vez concluido el estudio.
3. **Toda enmienda o adenda** se deberá presentar al CIEI-UPNW y no podrá implementarse sin la debida aprobación.
4. Si aplica, la **Renovación** de aprobación del proyecto de investigación deberá iniciarse treinta (30) días antes de la fecha de vencimiento, con su respectivo informe de avance.

Es cuanto informo a usted para su conocimiento y fines pertinentes.

Atentamente,



Yenny Marisol Bellido Fuentes
Presidenta del CIEI-UPNW



Anexo 5: Formato de consentimiento informado

Título de proyecto de investigación : Estrategias de afrontamiento y estrés durante la pandemia del COVID-19 de los usuarios que acuden al Centro de Salud Mental Comunitario Universitario San Marcos-Lima, 2022

Investigadores : Valerie Ruth Stephany Chávez Mendoza

Institución(es) : Universidad Privada Norbert Wiener (UPNW)

Estamos invitando a usted a participar en un estudio de investigación titulado: “Estrategias de afrontamiento y estrés durante la pandemia del COVID-19 de los usuarios que acuden al Centro de Salud Mental Comunitario Universitario San Marcos-Lima, 2022”. de fecha 1/12/2022 y versión.01. Este es un estudio desarrollado por investigadores de la Universidad Privada Norbert Wiener (UPNW).

I. INFORMACIÓN

Propósito del estudio: El propósito de este estudio es determinar la relación entre las estrategias de afrontamiento y el estrés. Su ejecución permitirá establecer intervenciones preventivo promocionales para mejorar la salud mental.

Duración del estudio (meses): 4

Nº esperado de participantes: 249

Criterios de Inclusión y exclusión:

Criterios de inclusión

- Edad 18 a 29 años
- Estudiante de pregrado
- Aquellos que firmen el consentimiento informado para participar en la investigación

Criterios de Exclusión

- Personal docente o administrativo

(No deben reclutarse voluntarios entre grupos “vulnerables”: presos, soldados, aborígenes, marginados, estudiantes o empleados con relaciones académicas o económicas con el investigador, etc. Salvo que la investigación redunde en un beneficio concreto y tangible para dicha población y el diseño así lo requiera).

Procedimientos del estudio: Si Usted decide participar en este estudio se le realizará los siguientes procesos:

- Declaración del consentimiento
- Resolver el Cuestionario para la Evaluación del Estrés y el Inventario de Afrontamiento al Estrés Brief-Cope 28

El Cuestionario para la Evaluación del Estrés y el Inventario de Afrontamiento al Estrés Brief-Cope 28 pueden demorar 10 minutos cada uno.

Los resultados se le entregarán a usted en forma individual y se almacenarán respetando la confidencialidad y su anonimato.

Riesgos: *(Detallar los riesgos de la participación del sujeto de estudio)*

Su participación en el estudio no presenta riesgos

Beneficios: *(Detallar los riesgos la participación del sujeto de estudio)*

Usted no se beneficiará del presente proyecto

Costos e incentivos: Usted no pagará ningún costo monetario por su participación en la presente investigación. Así mismo, no recibirá ningún incentivo económico ni medicamentos a cambio de su participación.

Confidencialidad: Nosotros guardaremos la información recolectada con códigos para resguardar su identidad. Si los resultados de este estudio son publicados, no se mostrará ninguna información que permita su identificación. Los archivos no serán mostrados a ninguna persona ajena al equipo de estudio.

Derechos del paciente: La participación en el presente estudio es voluntaria. Si usted lo decide puede negarse a participar en el estudio o retirarse de éste en cualquier momento, sin que esto ocasione ninguna penalización o pérdida de los beneficios y derechos que tiene como individuo, como así tampoco modificaciones o restricciones al derecho a la atención médica.

Preguntas/Contacto: Puede comunicarse con el Investigador Principal (*Valerie Ruth Stephany Chávez Mendoza, 955841702, val.chavezmendoza@gmail.com*)

Así mismo puede comunicarse con el Comité de Ética que validó el presente estudio,

Contacto del Comité de Ética: Dra. Yenny M. Bellido Fuentes, Presidenta del Comité de Ética de la Universidad Norbert Wiener, para la investigación de la Universidad Norbert Wiener, **Email:** comité.etica@uwiener.edu.pe

II. DECLARACIÓN DEL CONSENTIMIENTO

He leído la hoja de información del Formulario de Consentimiento Informado (FCI), y declaro haber recibido una explicación satisfactoria sobre los objetivos, procedimientos y finalidades del estudio. Se han respondido todas mis dudas y preguntas. Comprendo que mi decisión de participar es voluntaria y conozco mi derecho a retirar mi consentimiento en cualquier momento, sin que esto me perjudique de ninguna manera. Recibiré una copia firmada de este consentimiento.

_____ (Firma) _____


Nombre **participante**:

Nombre **investigador**: Valerie Chávez Mendoza

DNI:

DNI: 71535693

Fecha: (dd/mm/aaaa)

Fecha: (dd/mm/aaaa)

_____ (Firma) _____

Nombre testigo o representante legal:

DNI:

Fecha: (dd/mm/aaaa)

***Nota:** La firma del testigo o representante legal es obligatoria solo cuando el participante tiene alguna discapacidad que le impida firmar o imprimir su huella, o en el caso de no saber leer y escribir.*

Anexo 6: Carta de aprobación de la institución para la recolección de los datos


"Decenio de la Igualdad de Oportunidades para Mujeres y Hombres"
"Año de la Unidad, la Paz y el Desarrollo"

CONSTANCIA N° 15

**AUTORIZACIÓN DE INICIO Y TÉRMINO DE EJECUCIÓN DE
PROYECTO DE INVESTIGACIÓN
ACTA N°04-2023-COM.INV-DIRIS-LC
EXPEDIENTE N° 202321673**

El que suscribe, Director General de la Dirección de Redes Integradas de Salud Lima Centro da Constancia que:

VALERIE RUTH STEPHANY CHÁVEZ MENDOZA

Autora del Proyecto de Investigación "ESTRATEGIAS DE AFRONTAMIENTO Y ESTRÉS DURANTE LA PANDEMIA DEL COVID-19 DE LOS USUARIOS QUE ACUDEN AL CENTRO DE SALUD MENTAL COMUNITARIO UNIVERSITARIO SAN MARCOS-LIMA, 2022"; ha cumplido con los requisitos exigidos por la Unidad Funcional de Docencia e Investigación y el Comité de Investigación de la Dirección de Redes Integradas de Salud Lima Centro, dando por **APROBADO, con observaciones**, la Autorización para la Ejecución del Estudio de Investigación, teniendo una vigencia de:

FECHA DE INICIO : 01 de mayo de 2023.
FECHA DE TÉRMINO : 31 de octubre de 2023.

Así mismo, se le informa que su responsabilidad culmina con la presentación del informe Final, la publicación y socialización de resultados con las Oficinas, Estrategias y Establecimientos de Salud de interés de la jurisdicción, en bien de la salud del Perú.

Esperando el cumplimiento de todo lo antes mencionado, quedo de usted.

Lima, 08 de mayo del 2023.

Atentamente,



MC MARTIN GUERRA ZAPATA
Director General
CMP. 31165




Anexo 7: Reporte de similitud de Turnitin

Reporte de similitud		
<p>● 19% de similitud general</p> <p>Principales fuentes encontradas en las siguientes bases de datos:</p> <ul style="list-style-type: none">• 17% Base de datos de Internet• Base de datos de Crossref• 16% Base de datos de trabajos entregados• 5% Base de datos de publicaciones• Base de datos de contenido publicado de Crossref		
<p>FUENTES PRINCIPALES</p> <p>Las fuentes con el mayor número de coincidencias dentro de la entrega. Las fuentes superpuestas no se mostrarán.</p>		
1	repositorio.uwiener.edu.pe Internet	2%
2	hdl.handle.net Internet	2%
3	Submitted on 1691253101254 Submitted works	1%
4	uwiener on 2023-04-10 Submitted works	1%
5	Submitted on 1687653902463 Submitted works	1%
6	uwiener on 2023-02-12 Submitted works	1%
7	uwiener on 2023-05-18 Submitted works	1%