

**UNIVERSIDAD CATÓLICA SANTO TORIBIO DE MOGROVEJO**

**FACULTAD DE MEDICINA  
ESCUELA DE PSICOLOGÍA**



**ESTRÉS Y ESTRATEGIAS DE AFRONTAMIENTO EN ESTUDIANTES  
DE PREGRADO DE CIENCIAS DE LA SALUD, LAMBAYEQUE 2020**

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

**AUTOR**

**ANGIE ASTRID PEREZ CUBAS**

**ASESOR**

**RONY EDINSON PRADA CHAPOÑAN**

<https://orcid.org/0000-0002-4268-6325>

**Chiclayo, 2021**

**ESTRÉS Y ESTRATEGIAS DE AFRONTAMIENTO EN  
ESTUDIANTES DE PREGRADO DE CIENCIAS DE LA  
SALUD, LAMBAYEQUE 2020**

PRESENTADA POR  
**ANGIE ASTRID PEREZ CUBAS**

A la Facultad de Medicina de la  
Universidad Católica Santo Toribio de Mogrovejo  
para optar el título de

**LICENCIADO EN PSICOLOGÍA**

APROBADA POR

Mónica Lizetty Ciurlizza Garnique  
PRESIDENTE

Nancy Llalud Malca de Bocanegra  
SECRETARIO

Rony Edinson Prada Chapoñan  
VOCAL

## **Dedicatoria**

A mi padre amado Manuel Wagner Perez Carrasco por su esfuerzo y sacrificio para brindarme educación, a mi madre amada Claude Ivy Cubas Mori por su aliento constante y a mis admirables abuelos maternos que con sus cuidados y tiempo participaron en mi crianza

Manuel Fernando Cubas Barrantes y María Elena Mori Soto, finalmente a mis queridos abuelos paternos que son ejemplo de superación Manuel Antonio Perez Aguinaga y Magna Carrasco Santa Cruz.

## **Agradecimientos**

A Dios, por la vida y la familia que me ha dado, a cada uno de los miembros de mi familia por su apoyo, a mi asesor Rony Edinson Prada Chapoñan por su paciencia y correcciones oportunas, a Julio Giancarlo Mejía Coronel por estar a mi lado en momentos difíciles y a mi compañera Angela Camila Ruesta Espinoza que me brindó su tiempo y ayuda.

## Índice

<b>Resumen .....</b>	<b>5</b>
<b>Abstract .....</b>	<b>5</b>
<b>Introducción.....</b>	<b>7</b>
<b>Revisión de Literatura .....</b>	<b>9</b>
<b>Materiales y Métodos .....</b>	<b>13</b>
<b>Resultados y Discusión.....</b>	<b>17</b>
<b>Conclusiones .....</b>	<b>22</b>
<b>Recomendaciones .....</b>	<b>23</b>
<b>Referencias .....</b>	<b>24</b>
<b>Anexos .....</b>	<b>27</b>

### **Resumen**

La humanidad atraviesa una de las más grandes crisis del último siglo por la aparición del virus SARS – Cov - 2, el cual afecta tanto la salud física y psicológica de la población; siendo el estrés y las estrategias de afrontamiento los principales fenómenos de interés por su repercusión en el bienestar general de las personas, especialmente de los estudiantes de pregrado de Ciencias de la Salud, pues son más vulnerables ante el estrés producto de las demandas académicas que deben manejar. El objetivo general del estudio, fue analizar la relación entre estrés y estrategias de afrontamiento, además se buscó identificar los niveles de estrés y las estrategias de afrontamiento altamente utilizadas según sexo. El diseño fue no experimental de tipo descriptivo correlacional y contó con una muestra de 110 estudiantes, quienes fueron evaluados mediante la Escala de Percepción Global del Estrés y el Inventario de Estimación de Afrontamiento COPE. Encontrando correlación entre las dimensiones positiva y negativa del estrés con las estrategias de afrontamiento; por otro lado el nivel de estrés que predomina en ambos sexos es moderado y de forma general las estrategias de afrontamiento altamente utilizadas son la planificación y la supresión de actividades; de forma específica las mujeres obtienen como estrategias altamente utilizadas la planificación y la búsqueda de apoyo social por razones instrumentales y los hombres la planificación y la supresión de actividades.

**Palabras clave:** Estrés, estrategias de afrontamiento, estudiantes de pregrado, ciencia de la salud.

### **Abstract**

Humanity is going through one of the greatest crises of the last century due to the appearance of the SARS - Cov - 2 virus, which affects both the physical and mental health of the population. Being stress and coping strategies the main phenomena of interest due to its impact on the general well-being, especially of undergraduate students in Health Sciences, since they are more vulnerable to stress caused by the academic demands that they must handle. The general objective was to analyze the relationship between stress and coping strategies, in addition to identifying stress levels and coping strategies highly used according to sex. The design was non-experimental of a descriptive correlational type and had a sample of 120 students, who were evaluated using the Global Perception of Stress Scale and the COPE Coping Strategies inventory. Finding correlation between positive and negative dimensions of stress with coping strategies; On the other hand, the level of stress that predominates in both sexes is moderate and in general the highly used coping strategies are planning and suppressing activities; Specifically, women obtain planning and seeking social support for instrumental reasons as highly used strategies, and men planning and suppressing activities.

**Keywords:** Stress, coping strategies, undergraduate students, health science.

## Introducción

La humanidad atraviesa una de las más grandes crisis del último siglo debido a la aparición del virus SARS – Cov- 2, el cual por ser altamente infeccioso y mortal ha generado que indistintamente de la ubicación geográfica, nivel económico, costumbres o creencias, la población mundial se vea afectada; desencadenando diferentes conductas en respuesta a las diversas situaciones que rompen el equilibrio habitual. Siendo el estrés uno de los principales fenómenos psicológicos que ha afectado a todos los individuos a nivel nacional (Marquina & Jaramillo-Valverde, 2020). Ello se sustenta también en lo señalado por el Ministerio de Salud (2020), el cual evidencia un aumento significativo en los índices de estrés de la población peruana en general, producido en el contexto del COVID – 19 y considerándose dicha situación uno de los principales problemas a considerar.

La prevalencia del estrés se explicaría puesto que en este contexto aparecen nuevos estímulos, como por ejemplo la exposición continua a noticias diarias de muertes producto del virus, el fallecimiento de familiares, amigos o conocidos por COVID - 19, el temor latente del fácil contagio, el distanciamiento social, cambios relacionados a la forma de llevar los estudios, frustración por suspender las actividades acostumbradas y la incertidumbre generada por el desconocimiento del tiempo que se prolongarán estos cambios (Sociedad Española de Psiquiatría, 2020).

Realidad que afecta de forma principal a los estudiantes universitarios del ámbito clínico, los cuales han tenido que afrontar diferentes situaciones de tensión como la modificación de la modalidad de estudios, sentir deseos de apoyar sabiéndose poco preparados y expuestos al contagio, la suspensión de actividades académicas, en algunos casos también se han generado cambios en la forma de realizar actividades prácticas y el peligro que supone desarrollar ciertas actividades formativas debido a la exposición a enfermedades (Albitres-Flores, Pisfil-Farroñay, Guillen-Macedo, Niño-García & Alarcon-Ruiz, 2020).

Todos estos sucesos activan como respuesta inmediata la aparición del estrés, el cual surge ante exigencias del entorno que se perciben como desbordantes y difíciles de afrontar; esta realidad se corrobora con un estudio realizado en España, país que fue uno de los primeros y principales afectados, donde se obtienen resultados que revelan niveles altos de estrés, así como también ansiedad y depresión, encontrando los resultados de mayor porcentaje en sujetos jóvenes entre los dieciocho y veinticinco años de edad, seguidos de las personas que bordean las edades entre veintiséis y sesenta años, y los resultados más bajos son pertenecientes a las personas mayores de sesenta años (Ozmis-Etxebarria, Dosil-Santamaria, Picaza-Gorrochategui & Idoiaga-Mondragòn, 2020).

Demostrando que el estrés en la actualidad es un fenómeno que alcanza a toda la población, sin embargo, las personas jóvenes, como lo son los universitarios, parecen ser más susceptibles a las reacciones emocionales y psicológicas que genera; así se evidencia también en una investigación realizada, donde las personas entre los 18 y 30 años, presentan niveles más elevados de estrés en comparación con las que bordean los 60 años (Jianyin Qiu, 2020 como se citó en Lozano, 2020).

Dirigiendo la mirada de forma particular hacia los estudiantes de pregrado de ciencias de la salud, los cuales se presentan como los más afectados ante el estrés, por tener que manejar situaciones relacionadas con los estudios universitarios como exámenes, diversos trabajos académicos y otras tensiones para las cuales pueden sentirse faltos de preparación, experiencia o conocimientos. Pese a esta realidad, el estrés en estos estudiantes es un fenómeno poco estudiado en el Perú (Luna-Porta, Mayor-Vega & Taype-Rondan, 2015). Realidad demostrada con la escasa existencia de tesis y artículos originales realizados por profesionales al respecto (Suca-Saavedra & López-Huamanrayme, 2016).

Todo este panorama expone en primera instancia la necesidad de abordar el fenómeno del estrés en los estudiantes de pregrado de ciencias de la salud, pues debido a las características

de sus actividades, demandas académicas y las condiciones a las que tienen que enfrentarse son una población vulnerable.

Además, se distingue un segundo fenómeno de interés, el cual está referido a las estrategias de afrontamiento, que cada persona manifiesta ante situaciones de estrés, pues toda la población que se ve afectada por el estrés despliega estrategias que buscan contrarrestar situaciones estresoras, pero como señalan Lazarus y Folkman (1986) en cada individuo es diferente la forma de afrontamiento empleada. Encontrando que algunas personas actúan negando la existencia del problema, otras pueden abandonar su trabajo con el fin de evitar las diversas situaciones estresoras, existen también aquellas que pueden desarrollar reacciones violentas, entre otras formas de respuesta.

Siendo importante destacar que la variabilidad en el uso de estrategias de afrontamiento como respuestas al estrés se sustenta en la existencia de diferencias personales que repercuten en la forma de evaluación de la situación estresora y a su vez en la manera de actuar frente al estímulo (Lazarus & Folkman, 1986).

Se identifican tres modos o estilos de afrontamiento comunes entre las personas, los cuales son, centrado en el problema, centrado en la emoción y otros, de los que se desprenden 15 estrategias identificables, adoptadas en la conducta de las personas, como modo de actuar ante una situación desbordante (Carver, Scheir & Weintraub, 1989 como se citó en Cassaretto, Chau, Oblitas & Valdez, 2003).

Ante la realidad expuesta aparece como una necesidad abordar la temática del estrés en estudiantes de ciencias de la salud, pues es importante realizar estudios que traten dicho fenómeno, especialmente en esa población, puesto que por sus características se presenta como vulnerable, incluyendo una segunda variable relevante, la cual es las estrategias de afrontamiento, ello por las consecuencias que genera en la salud y desempeño de las personas.

El estudio se centró en las dos variables antes mencionadas, el nivel de estrés y las estrategias de afrontamiento, buscando identificar la existencia de una relación entre ambas, planteándonos la siguiente pregunta: ¿Cuál es la relación existente entre el estrés y estrategias de afrontamiento en estudiantes de pregrado de Ciencias de la Salud, Lambayeque, 2020?

En base a los estudios previos como hipótesis se plantea la existencia de una relación positiva, entre la dimensión positiva del estrés con las estrategias de afrontamiento adaptativas y una relación inversa en la dimensión negativa con las estrategias de afrontamiento adaptativas.

Como objetivo general de la investigación se planteó analizar la relación entre el estrés y las estrategias de afrontamiento en estudiantes de pregrado de Ciencias de la Salud, Lambayeque, 2020; y como objetivos específicos se consideró, determinar la relación entre dimensión positiva (eustrés) y negativa del estrés (distrés) y las estrategias de afrontamiento, describir el nivel de estrés prevalente, describir el nivel de estrés según sexo, describir las estrategias de afrontamiento altamente utilizadas de manera general y según sexo en estudiantes de pregrado de Ciencias de la Salud, Lambayeque 2020.

Justificándose la importancia de la investigación, en el plano social por el contexto donde se suscita, pues estamos inmersos en un acontecimiento de trascendencia histórica, como lo es la pandemia del COVID – 19, donde se hace relevante estudiar los fenómenos psicológicos que alteran la normalidad en la salud mental de las personas, siendo los principales fenómenos el estrés y las estrategias de afrontamiento.

Por otro lado, en el aspecto práctico, a diferencia de la mayoría de investigaciones que suelen centralizarse en una sola escuela académica, el presente estudio amplía su alcance e incluye a todos los estudiantes de pregrado de ciencias de la salud, indistintamente de la escuela a la que pertenezcan, además de contar con una ficha sociodemográfica que permite enriquecer la información obtenida.

Encontrando que desde ámbito teórico, la investigación se presenta como precedente para próximos estudios interesados en el tema o que deseen comparar los resultados obtenidos en este contexto con otras realidades; siendo importante revisar de forma constante la realidad que acompaña a los estudiantes de las ramas de ciencias de la salud, por ser un grupo etario vulnerable en donde niveles elevados de estrés podrían resultar perjudiciales en las labores que desempeñan al desencadenar estrategias de afrontamiento poco adaptativas.

## **Revisión de Literatura**

### **Antecedentes**

Como antecedentes internacionales de las variables de estudio, se considera una investigación realizada en Cuba con la finalidad de caracterizar al estrés académico e identificar el nivel de estrés y los estilos de afrontamiento frecuentes en estudiantes de medicina del tercer año, obteniendo sobre el nivel de estrés, que estos estudiantes eran medianamente vulnerables al estrés. Encontrando que las estrategias de afrontamiento utilizadas con mayores frecuencias, eran en primer lugar el afrontamiento activo, seguido de la aceptación y finalmente se encontraba la focalización y expresión de las emociones; por otro lado, la estrategia uso de drogas, resultó ser la menos usada. Por tanto, los autores del estudio concluyeron que la mayoría de los estudiantes eran medianamente vulnerables al estrés como resultado de la sobrecarga académica (Mendieta, Cairo & Cairo, 2020).

Otro estudio realizado en el mismo país se propuso determinar el nivel de Síndrome de Burnout presente entre los estudiantes de medicina, obteniendo como resultados, que la mayoría de participantes, se encontraban afectados por el SB o estrés patológico. Con prevalencia de un nivel leve, corroborando el predominio del sexo femenino en forma significativa e independiente de la edad con mayores niveles de SB (Acosta, Balado, Sardiña & Consuegra, 2016).

Así también, en México realizaron una investigación para determinar el nivel predominante del Síndrome de Burnout en estudiantes de medicina, demostrando los datos obtenidos, que de forma general todos los participantes presentaban algún nivel de desgaste emocional (Athié et al. 2016).

Por otro lado, en el contexto peruano una investigación realizada en Lambayeque cuyo objetivo era determinar las estrategias de afrontamiento frecuentes en estudiantes de pregrado de ciencias de la salud, se identificó que las estrategias de reinterpretación positiva y crecimiento se utilizaban de forma mayoritaria, seguidas de la búsqueda de apoyo social por razones instrumentales, en un tercer lugar se encontraba la búsqueda apoyo social por razones emocionales y finalmente las estrategias de planificación de actividades y afrontamiento activo (Luna, 2019).

Además, otro estudio realizado en el mismo departamento, elaborado para determinar la relación existente entre el nivel de estrés y estrategias de afrontamiento de los estudiantes de enfermería, comprobó la existencia de una relación directa entre el nivel de estrés y las estrategias de afrontamiento; predominando el nivel de estrés medio y las estrategias de afrontamiento de planificación y aceptación (Guevara & Martínez, 2018).

Asimismo, en Puno, una investigación con el objetivo de identificar las medidas de afrontamiento al estrés de estudiantes de enfermería, concluyó que de manera prevalente dichos estudiantes ponen en práctica estrategias adaptativas de afrontamiento al estrés, principalmente individuales y en segunda instancia grupales (Kaccallaca, 2017).

Otro estudio realizado en Puno con la intención de determinar la relación entre el estrés y las estrategias de afrontamiento en estudiantes de enfermería, encontró en sus resultados que en el nivel de estrés de los estudiantes era moderado, siendo las estrategias de afrontamiento de autofocalización negativa, expresión emocional abierta y la religión

utilizadas con una mayor frecuencia; identificando que en términos generales la mayoría de estudiantes, utilizaban estrategias dirigidas al problema. Concluyendo además sobre la relación entre estrés y estilos de afrontamiento que existía una relación significativa (Borda, 2015).

Igualmente, en Lima se realizó una investigación con la finalidad de evaluar los niveles de estrés y formas de afrontamiento en alumnos de las facultades de medicina, psicología y derecho, concluyéndose que las formas de afrontamiento frecuentes en los estudiantes eran las activas, que incluyen la focalización en la solución del problema, reevaluación positiva y búsqueda de apoyo social (La Rosa -Rojas et al. 2015).

También en Arequipa se realizó un estudio que tenía como objetivo determinar el nivel de estrés y los estilos de afrontamiento, obteniendo que, del total de internos de medicina, el mayor porcentaje presenta un nivel de estrés moderado, seguido del nivel de estrés leve y por último el estrés severo y los estilos de afrontamiento más utilizados son los de afrontamiento racional; destacándose en la muestra la focalización en la solución de problemas, la reevaluación positiva y la búsqueda de apoyo social, mientras que la religión y la autofocalización negativa fueron los menos utilizados (Valencia, 2014).

Finalmente, también en Lima se realizó una investigación que pretendía determinar la relación entre los problemas más comunes, estilos y estrategias de afrontamiento y niveles de estrés en un grupo de estudiantes de psicología; en los resultados observó que las mujeres experimentaron mayores niveles de estrés que los varones, siendo las que en mayor número acudieron a la religión y se centraron en la emoción. Identificando como las estrategias más utilizadas a la reinterpretación positiva, la búsqueda de apoyo social emocional y la planificación. Concluyendo que el nivel de estrés está determinado por el grado de preocupación por el futuro, la edad y la utilización de las estrategias competentes (Cassaretto, Chau, Oblitas &Valdez, 2003).

## **Bases teóricas**

### ***Estrés.***

Respecto a la delimitación conceptual del estrés Oblitas (2010) señala que el primero en introducir el término de estrés dentro del campo de la salud fue Selye en 1936, siendo dicha terminología una de las más usadas en la actualidad y a su vez la que tiene menos precisión respecto a su significado. Selye empleó el termino para referirse a la respuesta que genera un organismo al identificar la presencia de una situación o estímulo estresor, posteriormente ha sido empleada para nombrar a la respuesta general que emite un sujeto, la situación que la desencadena y los efectos que genera. Existiendo una aparente unanimidad respecto a su implicancia en la salud, tanto en patologías psicológicas como fisiológicas.

Por otro lado, Morrison y Bennett (2008) reúnen las diferentes conceptualizaciones en tres principales, las cuales son definir al estrés como un estímulo, como una transición y como una respuesta fisiológica.

### ***Enfoques del estrés.***

Sobre los enfoques del estrés, Morrison y Bennett (2008), argumentan que el estrés debe definirse desde tres perspectivas y no solamente desde una específica; señalando que de estas derivan los diferentes enfoques y modelos teóricos existentes; la primera perspectiva es la de estrés como estímulo, la cual define al estrés centrándose en los acontecimientos exteriores o interiores del sujeto, debido a que son estos los que activan la tensión que lo desencadena; el segundo enfoque busca definir al estrés como una transición, lo que implica considerarlo una

experiencia subjetiva, un estado interno o externo que es valorado por quien lo vive como adecuado a la situación por la que ha evocado esa respuesta, encontrando que dicha definición realza la importancia de la valoración personal para determinar qué tan estresante es un estímulo y la adopción de respuestas orientadas a afrontar dicha situación; finalmente la definición de estrés como respuesta fisiológica propone considerarlo como una respuesta física, que se genera como consecuencia de situaciones demandantes para el individuo, siendo el encargado de activar dicha reacción el Sistema Nervioso Central.

Sin embargo, más allá de encontrar la validez de alguna las tres definiciones antes mencionadas, los autores señalan que es importante considerar las aportaciones que cada una de estas han brindado a las diferentes teorías y para formular una definición sobre el estrés.

Siendo relevante destacar al modelo cognitivo transaccional del estrés de Lazarus, por ser el primer modelo que explica de forma completa al estrés; el cuál es considerado como la consecuencia de la interacción entre características particulares de los sujetos, valoraciones cognitivas, el entorno que contiene el elemento estresante y los recursos con los que cuenta la persona (Lazarus & Folkman, 1986).

Lo destacable de este modelo es la identificación de dos tipos de respuestas; por un lado, las de distanciamiento que suponían la adopción de una conducta distante del estímulo a fin de protegerse y disminuir la reacción estresante; y las de negación las cuales son consideradas como un mecanismo de defensa inconsciente que desconoce cualquier resultado negativo ante el estímulo. Otorgándole un papel principal a la valoración o interpretación que el sujeto haga del suceso pues este activara las diferentes respuestas a adoptar, Lazarus (como se citó en Morrison & Bennett, 2008).

### ***Eustrés y Distrés***

Dentro de las diferentes tipologías con las que se busca caracterizar al estrés se destaca la división realizada por Selye; pues diferencia el estrés que percibido positivamente puede generar una adecuada reacción ante estímulos estresores, de aquel que genera repercusiones negativas para la salud de las personas. Identificando como distrés al tipo de estrés que genera un estado de tensión psíquica negativa y ocasiona diferentes respuestas como malestar emocional, enojo, tristeza, etc. Mientras el eustrés, es calificado como el buen estrés, porque a diferencia del anterior, este genera un estado de tensión psíquica que activa al individuo y lo moviliza a buscar el placer, la armonía, la gratificación, etc. Encontrando que mientras el eustrés favorece a la adaptación; el distrés o estrés patológico puede desencadenar enfermedades o afectar la competencia social de las personas (Espinoza, Pernas & Gonzáles, 2018).

### ***Estrés en el entorno académico***

El estrés en el ámbito académico implica la interacción de diversos elementos, como las diferentes situaciones académicas que actúan como estímulos estresores, la percepción individual del estrés, elementos moderadores como edad, género y características psicosociales y finalmente las consecuencias que generan en los estudiantes; todos estos aparecen e interactúan en el entorno universitario. La universidad pone el estudiante en contacto con diferentes acontecimientos que suponen demandas elevadas, para las cuales no se siente preparado, generando la activación de niveles elevados de estrés, revelando que entre los factores estresantes se destacan los exámenes, las notas finales, los trabajos para casa y el estudio de las diferentes temáticas. Siendo importante señalar que el estrés académico puede afectar las diferentes áreas de la persona, desde el aspecto emocional y conductual (Sarubbi De Rearte & Castaldo, 2013).

### *Diferencias de estrés entre hombres y mujeres*

Morrison y Bennett (2008) señalan que existe evidencia demostrada en diferentes estudios para afirmar que el estrés afecta de forma distinta a las mujeres; mientras que en el caso de los varones el estrés se desencadena por situaciones exclusivas a la actividad que desempeñan en su mayoría, en el caso de las mujeres el estrés se encuentra acompañado de otras preocupaciones de igual o mayor exigencia.

Ello implica que las mujeres asumen mayores responsabilidades, encontrando que las hormonas relacionadas al estrés en ellas se encuentran elevadas, incluso después de terminada la labor, a diferencia de las hormonas del estrés en los varones, las cuales disminuían acabada la actividad realizada (Winberg, 1981 como se citó en Morrison & Bennett, 2008).

### *Afrontamiento del estrés.*

El afrontamiento es un factor determinante en el comportamiento particular de cada individuo ante situaciones de estrés, siendo definido como el proceso que activa todos aquellos esfuerzos cognitivos y conductuales, que son constantemente cambiantes y se despliegan a fin de manejar las demandas del entorno valoradas como desbordantes para los recursos de una persona, siendo importante tener en cuenta que ante un afrontamiento adecuado se genera un ajuste conductual adecuado, lográndose la adaptación y bienestar (Lazarus & Folkman, 1986).

En el proceso de afrontamiento del estrés, se identifican tres etapas; la primera es la anticipatoria o de aviso, caracterizada porque el suceso estresor aún no ocurre; en este periodo se realiza la evaluación sobre la posibilidad de ocurrencia del suceso estresor y la existencia de recursos para manejar la amenaza. La segunda etapa es la de impacto de confrontación, que implica dirigir la concentración en la acción y reacción, comprobando si el hecho es igual o peor de lo anticipado y finalmente, la etapa de posimpacto o posconfrontación, en donde surgen nuevas consideraciones, demandas o amenazas (Lazarus & Folkman, 1986).

Para Morrison & Bennett (2008) “El afrontamiento es cualquier cosa que haga el individuo para reducir el impacto de un elemento estresante, real o percibido...” (p. 398); al ser un proceso de tal importancia, resulta necesario hacerlo medible estadísticamente; para lograrlo se establecieron categorías, denominadas también modos, que agrupan a las estrategias que las personas usan para hacerle frente al estrés. Es importante mencionar sobre los modos de afrontamiento, la categorización establecida por Lazarus y Folkman y las estrategias específicas que se encuentran agrupadas en ellos, pues siguen vigentes hasta la actualidad (Morrison & Bennett, 2008).

Lazarus y Folkman (1986) identifican dos modos de afrontamiento, aquellos dirigidos a la emoción, los cuales se caracterizan por ser procesos cognitivos encargados de reducir la aflicción emocional desencadenada por la situación estresora, e incluyen estrategias como evitación, la minimización, el distanciamiento, la atención selectiva, las comparaciones positivas, búsqueda de apoyo o consuelo y la extracción de valores positivos a los acontecimientos negativos.

Y aquellos dirigidos al problema los cuales generalmente incluyen a las estrategias orientadas a la definición del problema, búsqueda de soluciones alternativas, consideración de las alternativas en bases a su costo y beneficio, en base a su elección y aplicación; todas dirigidas a la resolución del problema, lo que supone un proceso analítico sobre el entorno (Lazarus & Folkman, 1986).

Por su parte Carver, basándose en la teoría de Lazarus propuso quince estrategias de afrontamiento, con el objetivo de generar una medición más precisa, dentro de las que incluye la planificación, afrontamiento activo, supresión de actividades distractoras, aceptación, religión, desahogarse, búsqueda de apoyo instrumental, búsqueda de apoyo emocional, humor,

reinterpretación positiva, refrenar el afrontamiento, negación, desconexión mental, desconexión conductual y consumo de alcohol y drogas (Casaretto & Chau, 2015).

Carver, Scheier y Weintraub (1989) consideran a la *planificación* el proceso por el cual se estimula el pensamiento con el objeto de identificar y elaborar un sistema de comportamiento adecuado para enfrentar una situación estresante con eficacia. Mientras que el *afrontamiento activo* es el proceso de toma de acciones para intentar eliminar o eludir el estresor y mejorar sus efectos, incluye iniciar la acción directa, aumentar los propios esfuerzos e intentar ejecutar un intento de afrontamiento de manera gradual.

Por otro lado, la *supresión de actividades distractoras* consiste en detener las actividades que no estén relacionadas con el acontecimiento estresor, para dirigir la atención y los esfuerzos en el estímulo activador del estrés; diferente de la *aceptación*, la que es descrita como una respuesta funcional pues no evade el problema, sino que admite la existencia del mismo, en contraste con la *negación* que no afronta la situación, por el contrario, actúa de manera evasiva, negando la existencia de una problemática (Carver, Scheier & Weintraub, 1989).

Por su parte la *contención de afrontamiento*, implica restringir el afrontamiento hasta encontrar una oportunidad adecuada para actuar, evitando el actuar impulsivo; la estrategia de *reinterpretación positiva y crecimiento* es la tendencia a transformar la realidad que le genera conflicto en algo favorable, cambiando la forma de percibirla o visualizarla, favoreciendo el manejo de emociones que generan aflicción o malestar. Y el *enfocar y liberar emociones* implica concentrarse en las reacciones emocionales que se experimentan, para lograr exteriorizar las emociones que producen los sucesos estresantes (Carver, Scheier & Weintraub, 1989).

La *búsqueda de apoyo social por razones instrumentales* consiste en encontrar asesoramiento, instrucciones o información en el entorno y las personas, mientras que la *búsqueda de apoyo social por razones emocionales* consiste en recurrir a los otros buscando apoyo moral, empatía o comprensión (Carver, Scheier & Weintraub, 1989).

La *desconexión o desentendimiento conductual* es la acción que se realiza para lidiar con la situación estresante que implican reducir la actividad dirigida de forma directa a actuar sobre el estresor, ello puede ser desencadenado por la percepción de importancia; encontrando como una variante de ella a la *desconexión o desentendimiento mental* que se genera con el objetivo de dejar de enfocar los procesamientos y esfuerzos cognitivos en el estímulo que ocasiona el desequilibrio, usando por ejemplo la técnica del soñar despierto (Carver, Scheier & Weintraub, 1989).

Finalmente *recurrir a la religión o el afrontamiento religioso* es un recurso importante que permite la liberación de estrés sin generar repercusiones negativas a diferencia del *uso de sustancias* (Carver, Scheier & Weintraub, 1989).

## **Materiales y Métodos**

### **Diseño de investigación.**

El diseño de la investigación es no experimental, de tipo descriptivo correlacional; caracterizándose los estudios descriptivos como aquellos que buscan exponer propiedades y características de las variables de estudio, mientras que los estudios correlacionales implican la asociación las variables para conocer el grado de relación que existen entre ambas (Hernández, Fernández & Baptista, 2014).

### **Participantes.**

Se utilizó una muestra no probabilística caracterizada como aquella que es seleccionada debido a las características de la investigación y no a través de una fórmula estadística de generalización (Hernández, Fernández & Baptista, 2014), siendo específicamente un tipo de muestreo intencional y estuvo conformada por 110 participantes, con la finalidad de asegurar la generalización de los resultados.

Los participantes tenían edades entre 18 y 30 años ( $M= 23.27$ ;  $DS= 2.14$ ); de los cuales, el 72.73 % eran mujeres y 27.27 % eran hombres; pertenecientes a escuelas de ciencias de la salud, siendo el 50.91 % estudiantes de psicología, el 1.82 % de tecnología médica, el 24.55 % de medicina, el 5.45 % de obstetricia, el 8.18 % de enfermería, el 6.36 % de nutrición y el 2.72% de odontología.

Dentro de los criterios de inclusión se consideraron estudiantes de pregrado pertenecientes a Escuelas Universitarias de Ciencias de la Salud, en el departamento de Lambayeque.

Siendo criterios de exclusión estudiantes de pregrado menores de edad, pertenecientes a Escuelas Universitarias de Ciencias de la Salud, en el departamento de Lambayeque.

Como criterio de eliminación no se consideraron en la investigación, aquellos formularios vacíos o incompletos.

### **Técnicas e instrumentos.**

La técnica que se utilizó para la obtención de datos fue la encuesta y como instrumentos se empleó, primero una Ficha Sociodemográfica (Ver Anexo A), la cual fue creada con el objetivo de identificar características de la población como sexo, edad, escuela profesional y universidad a la que pertenecen.

Así también, se empleó la Escala de Percepción Global de Estrés (EPGE), que evaluó el nivel de estrés percibido, siendo sus autores Cohen, Kamarck y Mermelstein (1983), adaptado al contexto peruano por Guzmán-Yakaman y Reyes-Bossio (2018).

Está compuesta por dos sub escalas (Ver Anexo B), una considerada positiva (eustrés) que comprende ítems positivos, los cuales evidencian una adecuada capacidad para lidiar con el estrés, mientras que la segunda escala es la negativa (distrés) que contiene ítems negativos, los cuales hacen referencia a un bajo dominio del estrés, por lo que reflejan incapacidad en el autocontrol, contando con un total de 13 ítems entre ambas sub escalas (Guzmán-Yakaman & Reyes-Bossio, 2018).

La escala EPGE, cuenta con evidencias de validez y confiabilidad para su aplicación en el contexto peruano, presentando validez divergente y convergente; dicha afirmación surge a partir de los resultados de las correlaciones entre los factores de eustrés (estrés positivo) y distrés (estrés negativo) de la EPGE con los factores de afecto positivo y afecto negativo del SPANAS. Respecto a la confiabilidad estimada de los puntajes generados por el instrumento fueron  $\alpha=0.79$  para el factor de eustrés y  $\alpha= 0.77$  para el factor de distrés (Guzmán-Yakaman & Reyes-Bossio, 2018). En la presente investigación, respecto a la confiabilidad de la EPGE, la dimensión positiva obtuvo  $\alpha= 0.81$  y la dimensión negativa  $\alpha= 0.81$ , verificándose así su fiabilidad.

El segundo instrumento empleado es el Inventario de Estimación del Afrontamiento (COPE), cuyos autores originales son Carver, Scheier y Weitraubt (1989), y es versionada al español por Cassuso (1996), siendo adaptada al Perú por Cassaretto y Chau en el 2015.

Contiene 15 escalas (Ver Anexo C) que corresponden a las estrategias de afrontamiento, las cuales son afrontamiento activo, planificación, contención del afrontamiento, supresión de actividades competentes, búsqueda de soporte por motivos instrumentales, búsqueda de soporte por motivos emocionales, reinterpretación positiva y crecimiento, uso del humor, acudir a la

religión, negación, aceptación, liberación de emociones, uso de drogas y alcohol, desentendimiento mental y desentendimiento conductual, contando con un total de 60 ítems (Cassaretto & Chau, 2015).

Siendo importante mencionar que en el estudio realizado por Cassaretto y Chau (2015) para la adaptación de la escala, se demuestra la eficacia del instrumento COPE elaborado por Carver, Scheier y Weintraub (1989) para medir las estrategias de afrontamiento, sin embargo, se encuentran limitaciones en la medición de los modelos que podrían agrupar dichas estrategias; por tal motivo en el contexto peruano no hay evidencia suficiente que permita asegurar la validez de algún modelo.

Para evaluar la validez de la prueba las investigadoras realizaron un análisis factorial exploratorio, tal como el desarrollado por Carver y colaboradores en 1989, utilizando un análisis con rotación oblicua y extracción de componentes principales, técnicas que permitieron corroborar la validez de la prueba pues alcanzó valores adecuados, [ $KMO=0.798$ ,  $p=0.01$ ;  $\chi^2=8529.48$ ;  $gl=1770$ ,  $p<0.01$ ].

Respecto a la confiabilidad las investigadoras antes mencionadas encuentran que Carver en 1989, obtiene que los índices de alfa de Cronbach de las estrategias de afrontamiento, oscilan entre 0.45 y 0.92, siendo el desentendimiento mental, la estrategia con el índice más bajo; situación que se repite en las diferentes investigaciones realizadas a lo largo de los años y en diferentes países en donde existe una variación en los índices de confiabilidad de cada estrategia, difiriendo en los hallazgos de las estrategias de afrontamiento con índices más bajos, aunque en términos generales es común el resultado bajo en desentendimiento mental. En el contexto peruano encuentran consistencias relativamente bajas y menores a 0.60 en desentendimiento mental, restricción del afrontamiento, afrontamiento activo y negación.

Además, sobre la confiabilidad, los índices alfa de Cronbach de las escalas en la mencionada investigación oscilan entre .53 a .91, siendo 5 las escalas que no superan el 0.7, estas son desentendimiento mental, afrontamiento activo, restricción del afrontamiento, supresión de actividades en competencia y reinterpretación; siendo desentendimiento mental la que obtiene el índice más bajo con 0.53.

En el presente estudio se encontraron resultados respecto a la fiabilidad, coherentes con las investigaciones del autor del test y las adaptadoras del test, pues las alfas de Cronbach oscilan entre 0.49 y 0.84, siendo desentendimiento mental, la estrategia con el índice más bajo seguida de afrontamiento activo y supresión de actividades.

### **Procedimientos.**

La recolección de datos inicia con la digitalización del consentimiento informado y los instrumentos a través de la herramienta *Google Forms*, con la finalidad de que estos puedan ser administrados a los participantes, a través de medios virtuales, cumpliendo con el cuidado de su integridad física, puesto que en el contexto actual del COVID - 19, el contacto directo y manipulación de cualquier elemento supone un riesgo.

Posteriormente se procedió a compartir el formulario, mediante un *link*, en redes sociales como Facebook y WhatsApp, siendo importante señalar que estos iban acompañados de indicaciones que referían que criterios debían cumplirse para participar, destacando la mayoría de edad y pertenencia a carreras universitarias de ciencias de la salud, además en todo momento se cuidó que el enlace llegara de forma exclusiva a sujetos que cumplieran con las condiciones necesarias para participar. El compartir del formulario por ambos medios fue repetido en varias ocasiones para llegar al objetivo de la muestra establecida.

Lo primero que se les presentaba a los participantes que accedían al enlace era el consentimiento informado, el cual contaba con un botón de acepto, para asegurar la participación libre y voluntaria, además de explicárseles de forma clara que su participación no

generaba riesgos y que se cumplía con todos los principios éticos necesarios para asegurar el cuidado de su integridad.

Una vez obtenido el número necesario de formularios resueltos, se procedió a la elaboración de la base de datos para su posterior procesamiento y obtención de resultados.

### **Aspectos éticos.**

La investigación cumplió con los principios éticos necesarios para su realización, fue evaluada por el Comité de Ética en Investigación de la Facultad de Medicina de la Universidad Católica Santo Toribio de Mogrovejo el cuál otorgó la aprobación para su realización (Ver Anexo D). Además, respeta los principios éticos estipulados por la American Psychological Association (2010), respetando los principios esenciales de autonomía, beneficencia, no maleficencia y justicia, que resguardan a los participantes, además obtuvo un porcentaje de 18% (Ver Anexo E) en el programa Turnitin.

Para asegurar el respeto de la autonomía de los sujetos de estudio, junto con los test virtualizados se incluyó el consentimiento informado (Ver Anexo F) el cual tenía la opción de “Acepto” a fin de asegurar la participación libre y voluntaria en la investigación, pues todos participantes eran mayores de edad y contaban con autonomía y libertad de decisión por su condición de adultos.

Se cumplió con el principio de beneficencia y no maleficencia, pues la investigación no representó riesgo alguno para la salud física o psicológica de los participantes. De igual manera, se les garantizó el trato justo, proporcionándoles la información necesaria a todos por igual y si hacer distinción alguna; exponiendo de forma clara en el consentimiento informado los objetivos, fines de la investigación, los instrumentos que se utilizarán y el uso de los resultados que se obtendrán,

Además, cuidó la confidencialidad de la información, y se resaltó la posesión de libertad para decidir participar o dejar de hacerlo, en el momento que deseaban, cerrando el formulario; sin que esto les perjudique. Si existía algún tipo de duda acerca del proceso de ejecución del estudio, podían consultar telefónicamente en el número registrado.

Se solicitó además el consentimiento de los investigadores que adaptaron los instrumentos, Escala de Percepción Global de Estrés (EPGE) (Ver Anexo G) y el Inventario de Estimación del Afrontamiento (COPE) (Ver Anexo H), a fin de respetar los derechos de autor.

### **Procesamiento y análisis de datos.**

El procesamiento de los datos recolectados inicia con la elaboración de una base de datos en el programa Microsoft Excel (versión 2010) con las respuestas consignadas en los formularios respondidos por los participantes, colocando un código a cada una de ellas, según la escala Likert de cada instrumento.

El análisis de los datos se realizó mediante el software libre Jamovi, realizando primero la revisión de la validez de los test, encontrando que ambos fueron previamente validados en la población de estudio, además se constató que ambos instrumentos contarán con confiabilidad necesaria para medir las variables estudiadas.

Se procedió realizar la identificación de los baremos para poder ubicar los resultados en un nivel específico, posteriormente se determinó la distribución de los datos con el estadístico Shapiro – Wilk, pues de ello dependía la utilización de pruebas paramétricas o no paramétricas.

Encontrando que la Escala de Percepción Global del Estrés (EPGE) en ambas dimensiones arrojaba una distribución normal, mientras que el Inventario de Estimación del Afrontamiento (COPE) obtuvo resultados variados, pues de las 15 estrategias solo la estrategia de afrontamiento denominada búsqueda de apoyo social por razones instrumentales obtuvo una distribución normal, mientras que las otras fueron no normales.

Para determinar la existencia de las correlaciones entre la dimensión positiva y negativa del estrés con las estrategias de afrontamiento se utilizó la prueba no paramétrica Spearman en 14 estrategias de afrontamiento, con excepción de la estrategia de afrontamiento denominada búsqueda de apoyo social por razones instrumentales pues debido a que fue la única que resultó con una distribución normal, se utilizó para identificar la correlación la prueba paramétrica de Pearson.

Por otro lado, para identificar el nivel de estrés prevalente según las dimensiones positiva y negativa del estrés y por sexo, se elaboró una tabla de frecuencias, mismo procedimiento que se realizó para identificar las estrategias de afrontamiento más utilizadas de forma general y según sexo.

## **Resultados y Discusión**

La investigación tuvo como objetivo general analizar la relación entre el estrés y las estrategias de afrontamiento en estudiantes de pregrado de Ciencias de la Salud, Lambayeque 2020, obteniendo que los resultados corroboraron la hipótesis, al existir correlación entre las dimensiones positiva y negativa del estrés con las estrategias de afrontamiento.

### **Relación entre las dimensiones del estrés y las estrategias de afrontamiento.**

Respecto a la dimensión positiva del estrés se encontró correlación directa con las estrategias de afrontamiento de planificación, afrontamiento activo, contención de afrontamiento, reinterpretación positiva y crecimiento y aceptación. Así también en esta dimensión se obtuvo una relación inversa con las estrategias de afrontamiento de enfocar y liberar emociones, desentendimiento conductual y uso de sustancias (Ver tabla 1).

En la dimensión negativa del estrés se encontró correlación directa con las estrategias de afrontamiento de enfocar y liberar emociones y desentendimiento conductual; mientras que las estrategias de planificación y reinterpretación positiva y crecimiento obtuvieron una relación inversa con la dimensión negativa (Ver tabla 1).

Tabla 1.  
*Correlación entre la Dimensión Positiva y Negativa del Estrés y las Estrategias de Afrontamiento en estudiantes de pregrado Ciencias de la Salud, Lambayeque 2020*

Estrategias de afrontamiento	Dimensión positiva		Dimensión Negativa	
	Sepearman	p - valor	Sepearman	p - valor
Afrontamiento Activo	0.363	< .001	-0.024	0.803
Planificación	0.445	< .001	-0.19	0.047
Contención de afrontamiento	0.24	0.011	-0.067	0.484
Supresión de actividades	0.29	0.002	-0.123	0.201
Reinterpretación positiva y crecimiento	0.5	< .001	-0.195	0.041
Aceptación	0.309	0.001	-0.097	0.312
Enfocar y liberar emociones	-0.37	< .001	0.405	< .001
Búsqueda de apoyo social por razones emocionales	0.174	0.069	0.063	0.514
Desentendimiento mental	-0.011	0.911	0.135	0.158
Desentendimiento conductual	-0.239	0.012	0.246	0.01
Negación	-0.172	0.073	0.156	0.105
Afrontamiento religioso	0.153	0.111	-0.043	0.658
Uso del humor	0.082	0.392	-0.046	0.63
Uso de sustancias	-0.265	0.005	0.108	0.26
	Pearson	p - valor	Pearson	p - valor
Búsqueda de apoyo social por razones instrumentales	0.072	0.452	0.136	0.157

Estos resultados muestran que, a mayor estrés positivo, existe mayor uso de estrategias de afrontamiento adaptativas como planificación, reinterpretación positiva y crecimiento, afrontamiento activo, contención de afrontamiento y aceptación; esto es coherente con otros estudios (Borda, 2015 ; Guevara & Martínez, 2018) que sugieren, que al existir control sobre los estímulos estresores, es decir que el estrés no es desbordante, existe la tendencia a usar estrategias de afrontamiento adaptativas, haciendo menor uso por ejemplo de estrategias como enfocar y liberar emociones, desentendimiento conductual y uso de sustancias.

Así mismo, estos hallazgos demuestran que la presencia de estrés negativo aumenta el uso de estrategias que reducen la competencia y adaptación ante situaciones estresoras, como lo son el desentendimiento conductual y enfocar y liberar emociones; coincidiendo con otros autores (Lazarus & Folkman, 1986; Morrison & Bennett, 2008) que sugieren que la presencia de indicadores de estrés como factor patológico, aumenta la predisposición de los sujetos a manifestar un afrontamiento negativo, cuyas estrategias para minimizar sus efectos resultarían poco favorables para la salud psicológica de las personas.

Por tal razón los sujetos con mayores indicadores negativos de estrés patológico tendrán un menor desempeño en estrategias de afrontamiento que supongan la organización del pensamiento y comportamiento como es el caso de la planificación y en aquellas que impliquen el dominio de emociones con la finalidad de analizar las percepciones para encontrar un aspecto positivo o aprendizaje de lo sucedido, como ocurre en la reinterpretación positiva y crecimiento; ello se explica ya que el distrés activa una serie de reacciones psicofisiológicas que mantienen al individuo en un estado permanente de tensión psíquica negativa y ocasionan malestar general, dificultando formular un pensamiento claro y percepciones positivas del entorno (Carver, Scheier & Weintraub, 1989 ; Espinoza, Pernas & Gonzáles, 2018).

### **Nivel de estrés prevalente según dimensiones.**

En relación al nivel de estrés, encontramos que tanto en la dimensión positiva y negativa del estrés existe la prevalencia de un nivel moderado (Ver tabla 2).

Tabla 2.

*Niveles de Estrés en la Dimensión Positiva y Negativa en estudiantes de pregrado Ciencias de la Salud, Lambayeque 2020*

Niveles	Dimensión positiva		Dimensión negativa	
	Puntaje	%	Puntaje	%
Nivel Alto	19	17.3 %	24	21.8 %
Nivel Moderado	57	51.8 %	57	51.8 %
Nivel Bajo	34	30.9 %	29	26.4 %

Los resultados del nivel de estrés demuestran la prevalencia del nivel moderado en ambas dimensiones, seguido del nivel bajo y finalmente el nivel alto. Encontrar en la dimensión positiva del estrés la existencia mayoritaria de un nivel moderado, implica que, en estos estudiantes, existe la capacidad para manejar el estrés; pudiendo utilizar la activación psicofisiológica que desencadena la aparición del estímulo estresor a su favor, al generar conductas dirigidas a recuperar la homeostasis y armonía (Espinoza, Pernas & Gonzáles, 2018). Ello se constata con otros estudios, los cuales explican que las características propias de la población de estudiantes de ramas de la salud, los hace presentar mayor predisposición para un dominio de sus conductas ante situaciones de estrés (Cassaretto, Chau, Oblitas & Valdez, 2003; Luna, 2019).

Por otro lado, en la dimensión negativa del estrés obtienen un nivel moderado, lo que revela la existencia de estrés patológico en esta población, coincidiendo con diversos estudios los cuales encuentran una prevalencia del nivel moderado de estrés negativo (Guevara & Martínez, 2018; Valencia, 2014; Mendieta, Cairo & Cairo, 2020) pudiéndose explicar dicha realidad, producto de las actividades que desempeñan los sujetos. Dentro de las que se encuentran las relacionadas a los estudios universitarios como exámenes, trabajos académicos, actividades prácticas para las cuales pueden sentirse faltos de preparación, entre otras tensiones que en muchos casos deben manejar de forma simultánea; lo que los hace más vulnerables a desarrollar algún indicador negativo de estrés o de desgaste emocional, incluso presentando un nivel bajo de distrés (Athié et al., 2016).

### **Nivel de estrés según sexo.**

Según sexo se obtiene en la dimensión positiva del estrés, que tanto mujeres y hombres presentan un nivel moderado de estrés, seguido de un nivel bajo y en último lugar se encontró un nivel alto, así también en la dimensión negativa, se mantiene la prevalencia del nivel moderado, seguido de un nivel bajo y por último un nivel alto para ambos sexos (Ver tabla 3).

Tabla 3.

*Niveles de estrés en la Dimensión Positiva y Negativa según sexo en estudiantes de pregrado de Ciencias de la Salud, Lambayeque 2020*

		Dimensión positiva		Dimensión negativa	
		Femenino	Masculino	Femenino	Masculino
Nivel Alto	Puntaje	13	6	20	4
	%	16.3 %	20.0 %	25.0 %	13.3 %
Nivel Moderado	Puntaje	40	17	39	18
	%	50.0 %	56.7 %	48.8 %	60.0 %
Nivel Bajo	Puntaje	27	7	21	8
	%	33.8 %	23.3 %	26.3 %	26.7 %

Estos resultados evidencian que tanto mujeres como hombres presentan de manera general un nivel de estrés moderado, coincidiendo con otros estudios (Acosta, Balado, Sardiña & Consuegra, 2016; Valencia, 2014) los que destacan que, en los estudiantes de ciencias de la salud, indistintamente de sexo, existirá la tendencia a presentar indicadores moderados de estrés negativo producido por las diferentes actividades propias a su labor. La obtención de mayores niveles de estrés negativo en el sexo femenino, podría explicarse con la tendencia demostrada en múltiples estudios, que señalan al sexo femenino como el que presenta mayores indicadores de estrés producto de la existencia de grandes demandas y preocupaciones (Acosta, Balado, Sardiña & Consuegra, 2016; Valencia, 2014; Morrison & Bennett, 2008).

#### **Estrategias de afrontamiento altamente utilizadas.**

Sobre la frecuencia del uso de estrategias de afrontamiento, las estrategias altamente utilizadas son la planificación, la supresión de actividades y la negación (Ver tabla 4).

Tabla 4

*Frecuencia del uso de las Estrategias de Afrontamiento en estudiantes de pregrado de Ciencias de la Salud, Lambayeque 2020*

Estrategias de afrontamiento	Frecuencia (%)		
	Altamente utilizada	Moderadamente utilizada	Poco utilizada
Afrontamiento Activo	20.9 %	39.1 %	40.0 %
Planificación	34.5 %	36.4 %	29.1 %
Contención de afrontamiento	18.2 %	50.0 %	31.8 %
Supresión de actividades	24.5 %	32.7 %	42.7 %
Reinterpretación positiva y crecimiento	21.8 %	45.5 %	32.7 %
Aceptación	20.0 %	36.4 %	43.6 %
Enfocar y liberar emociones	17.3 %	53.6 %	29.1 %
Búsqueda de apoyo social por razones instrumentales	21.8 %	41.8 %	36.4 %
Búsqueda de apoyo social por razones emocionales	12.7 %	50.9 %	36.4 %
Desentendimiento mental	17.3 %	47.3 %	35.5 %
Desentendimiento conductual	19.1 %	45.5 %	35.5 %
Negación	24.5 %	49.1 %	26.4 %
Afrontamiento religioso	13.6 %	60.9 %	25.5 %
Uso del humor	23.6 %	41.8 %	34.5 %
Uso de sustancias	20.9 %	8.2 %	70.9 %

Los resultados obtenidos que señalan a la planificación como una de las estrategias más utilizadas, coinciden con las investigaciones realizadas (Luna, 2019; Guevara & Martínez, 2018) las cuales identifican en estos estudiantes la tendencia a pensar buscando como actuar y hacer frente a una situación estresante. Esto a su vez demuestra mayor inclinación en los estudiantes de ciencias de la salud a ejecutar conductas de índole racional y dirigidas a desarrollar una conducta competente para afrontar el problema (La Rosa -Rojas et al. 2015).

Respecto a supresión de actividades, el estudio demuestra que los estudiantes de ciencias de la salud tienden a detener las actividades que no estén relacionadas con el acontecimiento estresor para dirigir exclusivamente su atención y esfuerzos en la actividad que activa el estrés. (Carver, Scheier & Weintraub, 1989); realidad que coincide con otros autores (Kaccallaca, 2017; La Rosa -Rojas et al. 2015) los cuales defienden que existe en estos estudiantes una conducta centrada en la solución del problema, desplegando comportamientos que de forma exclusiva busquen hacerle frente.

Finalmente, respecto a la negación el estudio revela que algunos de los sujetos participantes, ante situaciones de estrés optan por actuar de forma evasiva, ignorando la existencia del estresor, lo que puede explicarse con los resultados obtenidos en algunas investigaciones (Cassaretto, Chau, Oblitas & Valdez, 2003) que identifican a esta estrategia como una de las más utilizadas por las personas, lo que puede deberse a que, en la valoración primaria del estímulo estresante, este es considerado como inmanejable en el primer impacto, activando el bloqueo con la realidad y llegando a pensar que es imposible que dicho acontecimiento este pasando verdaderamente, pero sería una reacción primaria que daría paso a un posterior afrontamiento directo.

### **Estrategias de afrontamiento altamente utilizadas según sexo.**

Según la frecuencia de uso de las estrategias de afrontamiento, las mujeres obtienen como estrategias altamente utilizadas la planificación, la búsqueda de apoyo social por razones instrumentales y la negación. Mientras los hombres usan altamente la planificación, la supresión de actividades, la negación, el uso del humor y el uso de sustancias (Ver tabla 5).

Tabla 5.

*Frecuencia del uso según sexo, de las Estrategias de Afrontamiento en estudiantes de pregrado de Ciencias de la Salud, Lambayeque 2020*

Estrategias de afrontamiento	Frecuencias (%)					
	Altamente utilizada		Moderadamente utilizada		Poco utilizada	
	F	M	F	M	F	M
Afrontamiento Activo	20.0 %	23.3 %	40.0 %	36.7 %	40.0 %	40.0 %
Planificación	33.8 %	36.7 %	36.3 %	36.7 %	30.0 %	26.7 %
Contención de afrontamiento	20.0 %	13.3 %	50.0 %	50.0 %	30.0 %	36.7 %
Supresión de actividades	20.0 %	36.7 %	33.8 %	30.0 %	46.3 %	33.3 %
Reinterpretación positiva y crecimiento	20.0 %	26.7 %	50.0 %	33.3 %	30.0 %	40.0 %
Aceptación	18.8 %	23.3 %	37.5 %	33.3 %	43.8 %	43.3 %
Enfocar y liberar emociones	17.5 %	16.7 %	50.0 %	63.3 %	32.5 %	20.0 %
Búsqueda de apoyo social por razones instrumentales	23.8 %	16.7 %	43.8 %	36.7 %	32.5 %	46.7 %
Búsqueda de apoyo social por razones emocionales	13.8 %	10.0 %	53.8 %	43.3 %	32.5 %	46.7 %
Desentendimiento mental	16.3 %	20.0 %	47.5 %	46.7 %	36.3 %	33.3 %
Desentendimiento conductual	16.3 %	26.7 %	47.5 %	40.0 %	36.3 %	33.3 %
Negación	22.5 %	30.0 %	51.2 %	43.3 %	26.3 %	26.7 %
Afrontamiento religioso	16.3 %	6.7 %	60.0 %	63.3 %	23.8 %	30.0 %
Uso del humor	21.3 %	30.0 %	37.5 %	53.3 %	41.3 %	16.7 %
Uso de sustancias	17.5 %	30.0 %	8.8 %	6.7 %	73.8 %	63.3 %

Los resultados obtenidos, muestran que el sexo femenino utiliza con una frecuencia alta, las estrategias de afrontamiento de planificación, búsqueda de apoyo social por razones instrumentales y la negación; resultado que difiere de otras investigaciones (Cassaretto, Chau, Oblitas & Valdez, 2003), que hallaban en las mujeres un mayor uso de las estrategias de afrontamiento centrados en la emoción.

Por otro lado, en los resultados del sexo masculino, si bien planificación y supresión de actividades resultan altas; la presencia de un uso alto de estrategias de afrontamiento como la negación, el uso del humor y el uso de sustancias podrían reflejar que los varones tendrían algunas dificultades para adoptar conductas que permitan afrontar la situación estresante de una forma directa (Carver, Scheier & Weintraub, 1989).

## **Conclusiones**

En la dimensión positiva del estrés se encontró que, a mayor eustrés, aumenta el uso de las estrategias de afrontamiento de planificación, afrontamiento activo, contención de afrontamiento, reinterpretación positiva y crecimiento y aceptación; por otro lado, al disminuir el nivel de eustrés se incrementa el uso de las estrategias de afrontamiento de enfocar y liberar emociones, desentendimiento conductual y uso de sustancias.

Por otro lado, en la dimensión negativa del estrés se encontró que, a mayor distrés, aumenta el uso de las estrategias de afrontamiento de enfocar y liberar emociones y desentendimiento conductual; mientras que, al disminuir el nivel de distrés, incrementa el uso de las estrategias de planificación y reinterpretación positiva y crecimiento.

En relación al nivel de estrés, encontramos que tanto en la dimensión positiva y negativa del estrés existe la prevalencia de un nivel moderado, así también los resultados obtenidos según sexo, demuestran que tanto mujeres y hombres presentan un nivel moderado de estrés, seguido de un nivel bajo y en último lugar se encuentra un nivel alto en ambas dimensiones.

Finalmente, las estrategias de afrontamiento altamente utilizadas son la planificación, la supresión de actividades y la negación; encontrando que, según sexos, las mujeres obtienen como estrategias altamente utilizadas la planificación, la búsqueda de apoyo social por razones instrumentales y la negación; y los hombres usan altamente la planificación, la supresión de actividades, la negación, el uso del humor y el uso de sustancias.

## **Recomendaciones**

Para futuras investigaciones, se recomienda desarrollar estudios longitudinales, donde puedan analizarse variaciones existentes tanto en los niveles de estrés que los estudiantes desarrollen a lo largo de su vida universitaria y en las estrategias de afrontamiento que utilizan para hacerle frente a sucesos estresantes; puesto que ambos fenómenos no son realidades estáticas; por el contrario, pueden ir modificándose en virtud del contexto, la valoración personal, rasgos particulares, etc. Además de fomentar la publicación de los resultados obtenidos en revistas indexadas, pues es de especial trascendencia por el contexto que vivimos producto del COVID – 19 compartir datos e información sobre aspectos relacionados a la salud mental de las personas, contribuyendo de esta manera incluso a futuras investigaciones.

Es importante desarrollar programas que favorezcan la prevención de niveles alarmantes de estrés y que entrenen a esta población en estrategias de afrontamiento eficaces y dirigidas a la solución de los conflictos que se consideran desbordantes, pues por ser profesionales de la salud, realizan actividades que de forma natural generan una tendencia a desarrollar niveles alarmantes de distrés, lo que terminaría siendo perjudicial para su salud.

## Referencias

- Acosta, J., Balado, R., Sardiña, M. & Consuegra, A. (2016). Síndrome de Burnout en estudiantes internos de Medicina durante su estancia por Pediatría. Hospital Pediátrico del Cerro. *Panorama Cuba y Salud*, 11 (2). Recuperado de: <https://www.redalyc.org/pdf/4773/477355398006.pdf>
- Albitres-Flores, L., Pisfil-Farroñay, Y., Guillen-Macedo, K., Niño-García, R. & Alarcon-Ruiz, C. (2020). *Percepción de los internos de medicina sobre el internado durante la pandemia por COVID – 19 en el Perú*. Recuperado de: <https://preprints.scielo.org/index.php/scielo/preprint/view/301/356>
- Athié, C., Cardiel, L., Camacho, J., Mucientes, V., Terronez, A., Cabrera, N., Cueto, H., García, G., Jiménez, A., Sánchez, D., Valdés, A. & Sainos, C. (2016). Burnout en médicos internos de pregrado del Hospital General de México Dr. Eduardo Liceaga. *Investigación en Educación Médica*, 5 (18). Recuperado de: <https://www.redalyc.org/pdf/3497/349745408006.pdf>
- Borda, F. (2015). *Estrés y estrategias de afrontamiento en prácticas clínicas en estudiantes de la Facultad de Enfermería, Universidad Nacional del Altiplano, 2014*. (Tesis de licenciatura). Recuperado de: [http://repositorio.unap.edu.pe/bitstream/handle/UNAP/1837/Borda\\_Pandia\\_Fuany\\_Rocio.pdf?sequence=1&isAllowed=y](http://repositorio.unap.edu.pe/bitstream/handle/UNAP/1837/Borda_Pandia_Fuany_Rocio.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
- Carver, C., Scheier, F. & Weintraub, J. (1989). Assessing Coping Strategies: A Theoretically Based Approach. *Journal of personality and social psychology*, 56 (2). Recuperado de: <https://pdfs.semanticscholar.org/5a8c/2bceefede7391164c9d45ff01f1d4619ba46.pdf>
- Cassaretto, M. & Chau, C. (2015). Afrontamiento al Estrés: Adaptación del Cuestionario COPE en Universitarios en Lima. *Revista Iberoamericana de Diagnóstico y Evaluación*, 2 (42). doi: 10.21865/RIDEP42\_95
- Cassaretto, M., Chau, C., Oblitas, H. & Valdez, N. (2003). Estrés y afrontamiento en estudiantes de psicología. *Revista de Psicología de la PUCP*, 21 (2). Recuperado de: <http://revistas.pucp.edu.pe/index.php/psicologia/article/view/6849/6983>
- Espinoza, A., Pernas, I. & Gonzáles, R. (2018). Consideraciones teórico metodológicas y practicas acerca del estrés. *Humanidades Medicas*, 18 (3). Recuperado de: <http://scielo.sld.cu/pdf/hmc/v18n3/1727-8120-hmc-18-03-697.pdf>
- Guevara, K. & Martínez, R. (2018). *Relación entre el nivel de estrés y estrategias de afrontamiento de las estudiantes de enfermería en una universidad nacional. Lambayeque- 2017*. (Tesis de licenciatura). Recuperado de: <http://repositorio.unprg.edu.pe/bitstream/handle/UNPRG/2004/BC-TES-TMP-859.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Guzmán, J. (2016). *Adaptación de la Escala de Percepción Global de Estrés en universitarios de Beca 18*. (Tesis de licenciatura). Recuperado de: [https://repositorioacademico.upc.edu.pe/bitstream/handle/10757/614544/guzman\\_yj.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://repositorioacademico.upc.edu.pe/bitstream/handle/10757/614544/guzman_yj.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
- Guzmán-Yacaman, J. & Reyes-Bossio, M. (2018). Adaptación de la Escala de Percepción Global del Estrés en estudiantes universitarios peruanos. *Revista de Psicología*, 36 (2). doi: <https://doi.org/10.18800/psico.201802.012>
- Hernández, R., Fernández, C. & Baptista, P. (2014). *Metodología de la Investigación*. [ versión PDF ] Recuperado de: <http://observatorio.epacartagena.gov.co/wp-content/uploads/2017/08/metodologia-de-la-investigacion-sexta-edicion.compressed.pdf>
- Kaccallaca, M. (2017). *Afrontamiento al estrés en internos de enfermería de la Universidad Nacional del Altiplano Puno, 2016*. (Tesis de licenciatura). Recuperado de:

- [http://181.176.163.136/bitstream/handle/UNAP/5407/Kaccallaca\\_Medina\\_Mariela.pdf?sequence=1&isAllowed=y](http://181.176.163.136/bitstream/handle/UNAP/5407/Kaccallaca_Medina_Mariela.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
- La Rosa -Rojas, G., Chang-Grozo, S., Delgado-Flores, L., Oliveros-Lijap, L., Murillo-Pérez, D., Ortiz-Lozada, R., Vela-Ulloa, G. & Yhuri-Carreazo, N. (2015). Niveles de estrés y formas de afrontamiento en estudiantes de Medicina en comparación con estudiantes de otras escuelas. *Gaceta Médica de México*. Recuperado de: [https://www.anmm.org.mx/GMM/2015/n4/GMM\\_151\\_2015\\_4\\_443-449.pdf](https://www.anmm.org.mx/GMM/2015/n4/GMM_151_2015_4_443-449.pdf)
- Lazarus, R. & Folkman, S. (1986). *Estrés y procesos cognitivos*. Barcelona: Martínez Roca.
- Lozano-Vargas, A. (2020). Impacto de la epidemia del Coronavirus (COVID – 19) en la salud mental del personal de salud y en la población en general de China. *Revista de Neuro-Psiquiatría*, 83 (1). doi: <https://doi.org/10.20453/rnp.v83i1.3687>
- Luna, J. (2019). *Estrategias de Afrontamiento al estrés en estudiantes de prácticas pre-profesionales de ciencias de la salud, en un Hospital Público nivel II-I de Lambayeque, Agosto – Diciembre, 2018*. (Tesis de licenciatura). Recuperado de: [http://tesis.usat.edu.pe/bitstream/20.500.12423/2107/1/TL\\_LunaGallardoJuan.pdf](http://tesis.usat.edu.pe/bitstream/20.500.12423/2107/1/TL_LunaGallardoJuan.pdf)
- Luna-Porta, L., Mayor-Vega, A. & Taype-Rondan, Á. (2015). Síndrome de burnout en estudiantes de pregrado de medicina humana: un problema escasamente estudiado en el Perú. *Anales de la Facultad de Medicina*, 76 (1). doi: <https://doi.org/10.15381/anales.v76i1.11082>
- Marquina, R. & Jaramillo-Valverde, L. (2020). El COVID-19: Cuarentena y su Impacto Psicológico en la población. *Scielo*. doi: <https://doi.org/10.1590/SciELOPreprints.452>
- Mendieta, M., Cairo, J. & Cairo, J. (2020). Presencia de estrés académico en estudiantes de tercer año de Medicina del Hospital Docente Clínico Quirúrgico “Aleida Fernández Chardiet”. *Revista Electrónica Medimay*, 27 (1). Recuperado de: [http://www.medimay.sld.cu/index.php/rcmh/article/view/1576/pdf\\_244](http://www.medimay.sld.cu/index.php/rcmh/article/view/1576/pdf_244)
- Ministerio de Salud. (2020). Guía Técnica Cuidado de la Salud Mental del Personal de la Salud en el contexto COVID – 19. Recuperado de: <http://bvs.minsa.gob.pe/local/MINSA/5000.pdf>
- Morrison, V & Bennett, P. (2008). *Psicología de la Salud*. Madrid: PEARSON.
- Oblitas, L. (2010). *Psicología de la Salud y Calidad de Vida*. (3a ed.). México: Cengage Learning.
- Ozmis-Etxebarria, N., Dosil-Santamaria, M., Picaza-Gorrochategui, M. & Idoiaga-Mondragón, N. (2020). Niveles de estrés, ansiedad y depresión en la primera fase del brote del COVID-19 en una muestra recogida en el norte de España. *Cadernos de Saúde Pública*, 36 (4). doi: 10.1590/0102-311X00054020
- Sarubbi De Rearte, E & Castaldo, R. (2013). Factores causales del estrés en los estudiantes universitarios. In V Congreso Internacional de Investigación y Práctica Profesional en Psicología XX Jornadas de Investigación Noveno Encuentro de Investigadores en Psicología del MERCOSUR. Facultad de Psicología-Universidad de Buenos Aires. Recuperado de: <https://www.aacademica.org/000-054/466>
- Sociedad Española de Psiquiatría. (2020). Cuide su Salud Mental durante la cuarentena por coronavirus. Recuperado de: <http://www.sepsiq.org/file/InformacionSM/SEP%20COVID19-Salud%20Mental%20Cuarentena.pdf>
- Suca-Saavedra, R. & López-Huamanrayme, E. (2016). Síndrome de burnout en internos de medicina del Perú: ¿es un problema muy prevalente? *Revista de Neuro-Psiquiatría*, 79 (1). Recuperado de: <http://www.scielo.org.pe/pdf/rnp/v79n1/a10v79n1.pdf>
- Valencia, C. (2014). *Nivel de estrés y estilos de afrontamiento en internos de medicina del Hospital Regional Honorio Delgado Espinoza en el año 2013*. (Tesis de licenciatura). Recuperado de:

<http://repositorio.unsa.edu.pe/bitstream/handle/UNSA/4280/MDcarivy.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

## Anexos

### Anexo A

#### Ficha Sociodemográfica

A continuación, deberás leer cuidadosamente los enunciados y elegir una alternativa.

**EDAD:** \_\_\_\_\_

**1. SEXO**

- a) Masculino
- b) Femenino

**2. ESCUELA PROFESIONAL**

- a) Medicina
- b) Enfermería
- c) Psicología
- d) Nutrición
- e) Obstetricia
- f) Tecnología médica
- g) Otras

**3. LUGAR DE ESTUDIOS**

- a) Universidad Católica Santo Toribio de Mogrovejo
- b) Universidad Nacional Pedro Ruiz Gallo
- c) Universidad Señor de Sipán
- d) Universidad de Chiclayo
- e) Otros

## Anexo B

*Operacionalización de la variable Estrés por la Escala de Percepción Global del Estrés (EPGE).*

<b>Definición conceptual</b>	<b>Definición Operacional</b>		
	<u>Dimensiones</u>	<u>Indicadores</u>	<u>Niveles*</u>
El estrés es definido por Lazarus y Folkman como una “Relación particular entre el individuo y su entorno, que es evaluado como amenazante y desbordante de sus recursos y que pone en peligro su bienestar” (como se citó en Oblitas, 2010, p. 26).	Dimensión positiva (Eustrés)	4, 5, 6, 7, 9, 10, 12	Alto 23-28 Moderado 10 – 22 Bajo 0-17
	Dimensión negativa (Distrés)	1, 2, 3, 8, 11, 13	Alto 13-24 Moderado 10 – 12 Bajo 0-9

*\*Nota; Los niveles indicados son de referencias, extraídos de Guzmán (2016), para este estudio se realizará la baremación correspondiente según la población de estudio.*

## Anexo C

*Operacionalización de la variable Estrategias de Afrontamiento por el Inventario de Estimación del Afrontamiento (COPE)*

Definición conceptual	Definición Operacional		
	Dimensiones	Indicadores	Frecuencia*
El afrontamiento por Lazarus & Folkman (1986) como “Aquellos esfuerzos cognitivos y conductuales constantemente cambiantes que se desarrollan para manejar las demandas específicas externas y/o internas que son evaluadas como exceden o desbordantes de los recursos del individuo” (p. 164).	Afrontamiento activo	5, 25, 47, 58	Altamente utilizada  Moderadamente utilizada  Poco utilizada
	Planificación	19, 32, 39, 56	
	Contención de afrontamiento	10, 22, 41, 49	
	Supresión de actividades	15, 33, 42, 55	
	Re - interpretación positiva y crecimiento	1, 29, 38, 59	
	Aceptación	13, 21, 44, 54	
	Enfocar y liberar emociones	3, 17, 28, 46	
	Búsqueda de apoyo social por razones instrumentales	4, 14, 30, 45	
	Búsqueda de apoyo social por razones emocionales	11, 23, 34, 52	
	Desentendimiento mental	2, 16, 31, 43	
	Desentendimiento conductual	9, 24, 37, 51	
	Negación	6, 27, 40, 57	
	Afrontamiento religioso	7, 18, 48, 60	
Uso del humor	8, 20, 36, 50		
Uso de sustancias	12, 26, 35, 53		

*\*Nota: Para este estudio se realizará la baremación correspondiente a las categorías de frecuencia para las estrategias.*

## Anexo D



**CONSEJO DE FACULTAD**  
**RESOLUCIÓN N° 402-2020-USAT-FMED**  
**Chiclayo, 04 de setiembre de 2020**

Vista la solicitud virtual N° TRL-2020-7982 con fecha de evaluación 01 de setiembre de 2020 que adjunta el documento de aprobación emitido por el Comité de Ética en Investigación de la Facultad de Medicina del Proyecto de Investigación de la estudiante PEREZ CUBAS ANGIE ASTRID, de la Escuela de Psicología. Asesor: Mgtr. Rony Edinson Prada Chapañan.

**CONSIDERANDO:**

Que esta investigación forma parte de las áreas y líneas de investigación de la Escuela de Psicología.

Que el proyecto de Investigación denominado: **ESTRÉS Y ESTRATEGIAS DE AFRONTAMIENTO EN ESTUDIANTES DE PREGRADO DE CIENCIAS DE LA SALUD, LAMBAYEQUE 2020**, fue aprobado por el Comité Metodológico de la Escuela de Psicología y el Comité de Ética en Investigación de la Facultad de Medicina.

En uso de las atribuciones conferidas por la Ley Universitaria N° 30220 y el Estatuto de la Universidad Católica Santo Toribio de Mogrovejo;

**SE RESUELVE:**

Artículo 1º.- Declarar aprobado el Proyecto de Investigación para continuar con el proceso de recolección de datos y finalización del mismo.

Artículo 2º.- Disponer que la estudiante gestione ante las instituciones pertinentes las facilidades para la recolección de información.

Regístrese, comuníquese y archívese.



*RANG. CAST.*  
**Lic. Irene Mercedes del Rocío Rangel Castro**  
**Secretaría Académica**  
**Facultad de Medicina**



*[Firma]*  
**Mgtr. Luis Enrique Jara Romero**  
**Decano (e)**  
**Facultad de Medicina**

## Anexo E

## ESTRÉS Y ESTRATEGIAS DE AFRONTAMIENTO EN ESTUDIANTES DE PREGRADO DE CIENCIAS DE LA SALUD, LAMBAYEQUE 2020.

### ORIGINALITY REPORT

<b>18%</b>	<b>18%</b>	<b>4%</b>	<b>8%</b>
SIMILARITY INDEX	INTERNET SOURCES	PUBLICATIONS	STUDENT PAPERS

### PRIMARY SOURCES

<b>1</b>	<b>myslide.es</b> Internet Source	<b>1%</b>
<b>2</b>	<b>repositorio.unsa.edu.pe</b> Internet Source	<b>1%</b>
<b>3</b>	<b>repositorio.ucv.edu.pe</b> Internet Source	<b>1%</b>
<b>4</b>	<b>tesis.pucp.edu.pe</b> Internet Source	<b>1%</b>
<b>5</b>	<b>www.revistas.pucp.edu.pe</b> Internet Source	<b>1%</b>
<b>6</b>	<b>hdl.handle.net</b> Internet Source	<b>1%</b>
<b>7</b>	<b>www.researchgate.net</b> Internet Source	<b>1%</b>
<b>8</b>	<b>www.aidep.org</b> Internet Source	<b>1%</b>

Anexo F

### **Consentimiento para participar en un estudio de investigación**

---

Instituciones : Universidad Católica Santo Toribio de Mogrovejo – Escuelas Universitarias de Ciencias de la Salud.

Investigador (a) : Angie Astrid, Perez Cubas.

Título : Estrés y Estrategias de afrontamiento en estudiantes de pregrado de Ciencias de la Salud, Lambayeque 2020.

---

#### **Fines del Estudio:**

El estrés es una respuesta habitual ante situaciones valoradas como desbordantes en las cuales se percibe carencia de recursos, emitiendo diversos estilos de conducta que tienen como intención hacer frente a la situación estresora.

Este estudio se realiza con la finalidad de identificar la relación existente entre el nivel de estrés y las estrategias de afrontamiento en estudiantes pertenecientes a escuelas de ciencias médicas.

#### **Procedimientos:**

Al aceptar participar en el presente estudio, deberá responder las preguntas de los dos cuestionarios a visualizar, de forma veraz y cuidando de no saltarse y dejar alguna pregunta en blanco.

#### **Riesgos:**

Su integridad no se verá afectada ni correrá riesgos al participar en este estudio.

#### **Beneficios:**

Si lo desea se le informará de manera personal y confidencial los resultados que obtenga en los cuestionarios.

#### **Costos e incentivos**

La participación en este estudio es gratuita y no deberá de pagar por participar, así como tampoco recibirá ningún incentivo económico ni de otra índole.

#### **Confidencialidad:**

La información recogida es confidencial, por tanto, no se utilizará para otros fines externos, solo de forma exclusiva para esta investigación. Codificándose cada formulario a fin de identificarlo sin atentar contra la confidencialidad de su identidad. De publicarse los resultados obtenidos se excluirá información que pueda favorecer la identificación de los participantes.

#### **Uso de la información:**

La información después de procesada será eliminada.

#### **Derechos del participante:**

De decidir participar en el estudio usted tiene la libertad de retirarse de este en cualquier momento sin que exista perjuicio alguno. Ante dudas adicionales llamar a la persona a cargo del estudio, o mediante vía telefónica al 959882635 y preguntar por Angie Astrid Perez Cubas, o comunicarse al correo electrónico [comiteetica.medicina@usat.edu.pe](mailto:comiteetica.medicina@usat.edu.pe), para resolver cualquier duda existente.

#### **CONSENTIMIENTO**

Acepto voluntariamente participar en este estudio, comprendo en que consiste mi participación en el proyecto, también entiendo que puedo decidir no participar y retirarme si así lo deseo.

## Anexo G



**Jaime Enrique Guzman Y...** 6 jul.  
para mí, marb2383@hotmail.co... ▾



Estimada Angie,

Saludarte y esperar que te encuentres bien. Cuenta con la autorización para el uso del instrumento, recuerda de citarnos en los apartados respectivos. Te deseo mucho éxito en la investigación.

Saludos,

**Jaime E. Guzmán Yacaman**



Analista de Orientación Psicopedagógica

Dirección de Calidad Educativa

**25 AÑOS**  
**UPC**  
*exígete, innova*

511 313-3333 anexo 1159

Prolongación Primavera 2390

Monterrico, Santiago de Surco

## Anexo H



Monica De Los Milagros... 5 jul.



para mí ▾

Te envio lo solicitado, espero que al concluir me envíes el abstract de tu trabajo. Hay algo que hay que aclarar, y me hizo dudar si te enviaba o no la prueba, yo puse a prueba modelos para estilos....el modelo que mejor funcionaba era el de 3 factores que es el que mencionas; sin embargo, si lees bien en el abstract y el documento nosotros **DESACONSEJAMOS** el uso de los estilos, los modelos son malos, no cumplen los estándares para índices de ajuste. El artículo brinda evidencia de confiabilidad y validez para las estrategias, pero no hay evidencia robusta para los estilos por eso no los uses...le el pdf que te envío, ahí te menciona que si aún así quieres usarlos primero me haces un análisis factorial confirmatorio que muestre que lo usen.....mi sugerencia es solo quedate con las estrategias...vere en tu tesis que sale....

por otro lado, hubo un estudio muy antiguo que hice en el 2003 sobre estrés y afrontamiento en estudiantes de psicología, quizás te sirva...googlealo, es de la revista de psicología de la pucp