



**UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO**

**FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD  
ESCUELA PROFESIONAL DE ENFERMERÍA**

**Nivel de estrés frente al confinamiento por pandemia en  
adolescentes de la Asociación de Posesionarios, Jicamarca  
2021.**

TESIS PARA OBTENER EL TÍTULO PROFESIONAL DE:  
Licenciado en Enfermería

**AUTOR(ES):**

Huete Abad, Milagros Karina (ORCID:0000-0002-4337-5692)

Lopez Quintana Zuly Dehery (ORCID:0000-0003-1597-1611)

**ASESOR(A):**

Dra. Obando Zegarra Roxana (ORCID:0000-0003-2380-627X)

**LÍNEA DE INVESTIGACIÓN:**

Salud Mental

**LIMA-PERÚ**

**2021**

## DEDICATORIA

El presente trabajo investigativo lo dedicamos principalmente a Dios, por ser el inspirador y darnos fuerza para continuar en este proceso de obtener uno de los anhelos más deseados.

## AGRADECIMIENTO

Agradecemos a nuestros docentes de la Escuela de enfermería de la Universidad Cesar Vallejo, por haber compartido sus conocimientos a lo largo de la preparación de nuestra profesión.

## Índice de contenidos

|  | pág. |
|--|------|
| Carátula   | i    |
| Dedicatoria  | ii   |
| Agradecimiento                                       | iii  |
| Índice de contenidos                                 | iv   |
| Índice de gráficos                                   | v    |
| Resumen  | vi   |
| Abstract   | vii  |
| I. INTRODUCCIÓN                                      | 1    |
| II. MARCO TEÓRICO                                    | 3    |
| III. METODOLOGÍA                                     | 9    |
| 3.1. Tipo y diseño de investigación                  | 9    |
| 3.2. Variables y operacionalización                  | 10   |
| 3.3. Población                                       | 10   |
| 3.4. Técnicas e instrumentos de recolección de datos | 11   |
| 3.5. Procedimientos                                  | 11   |
| 3.6. Método de análisis de datos                     | 12   |
| 3.7. Aspectos éticos                                 | 12   |
| IV. RESULTADOS                                       | 13   |
| V. DISCUSIÓN   | 17   |
| VI. CONCLUSIONES                                     | 21   |
| VII. RECOMENDACIONES                                 | 21   |
| VIII. REFERENCIAS                                    | 23   |
| IX. ANEXOS   | 31   |

## ÍNDICE DE GRÁFICOS

|  |    |
|--|----|
| Gráfico 1. Nivel de estrés frente al confinamiento por pandemia en adolescentes de la Asociación de Posesionario, Jicamarca 2021.....                                | 13 |
| Gráfico 2. Nivel de estrés frente al confinamiento según la dimensión reacciones físicas en adolescentes de la Asociación de Posesionarios, Jicamarca 2021.....      | 14 |
| Gráfico 3. Nivel de estrés frente al confinamiento según la dimensión reacciones psicológicas en adolescentes de la Asociación de Posesionarios, Jicamarca 2021..... | 15 |
| Gráfico 4. Nivel de estrés frente al confinamiento según la dimensión reacciones conductuales en adolescentes de la Asociación de Posesionarios, Jicamarca 2021..... | 16 |

## **RESUMEN**

Los diferentes niveles de estrés en los adolescentes surgen debido a las presiones por el confinamiento en la pandemia, atravesando por diferentes situaciones y emociones. Objetivo determinar el nivel de estrés frente al confinamiento por pandemia en adolescentes de la Asociación de Posesionarios, Jicamarca 2021, Metodología: estudio de enfoque cuantitativo, diseño no experimental, nivel descriptivo y de corte transversal. La población estuvo constituida por 40 adolescentes entre 11 y 18 años de edad, tomando en cuenta criterios de inclusión y exclusión. Resultados se encontró el 52,5% (21) de adolescente tiene estrés bajo, mientras el 42,5% (17) estrés medio y 5% (2) sin estrés. Es decir, la mayoría de los adolescentes tiene un estrés bajo. Conclusión: la mayoría de los adolescentes presentaron niveles de estrés bajo seguido del estrés medio y sin estrés.

**Palabras clave;** confinamiento, estrés y adolescente.

## **ABSTRACT**

The different levels of stress in adolescents arise due to the pressures for confinement in the pandemic, going through different situations and emotions. Objective to determine the level of stress against confinement due to pandemic in adolescents of the Association of Processionaries, Jacamars 2021, Methodology: study with a quantitative approach, non-experimental design, descriptive and cross-sectional level. The population consisted of 40 adolescents between 11 and 18 years of age, taking into account inclusion and exclusion criteria. Results: 52.5% (21) of adolescents had low stress, while 42.5% (17) had medium stress and 5% (2) had no stress. In other words, most teens have low stress. Conclusion: the majority of adolescents presented low stress levels followed by medium stress and no stress.

**Keywords;** confinement, stress and adolescent.

## I. INTRODUCCIÓN

La adolescencia es una etapa de transición, atraviesa por grandes cambios como físicos, psicológicos y conductuales asimismo es la etapa más importante de la vida humana porque se va formando la identidad de la persona. Por otro lado, el confinamiento por la pandemia debido al COVID19 ha obligado al adolescente estar en casa desencadenando problemas socioeconómicos, familiares o temores asociados a la vuelta al colegio, la cual provocó en muchos de ellos estrés causando ansiedad, tristeza, dolores de cabeza, confusión, irritabilidad, etc.<sup>1</sup>

A nivel mundial según la UNICEF (2020) uno de cada cuatro adolescentes ha sufrido aislamiento por COVID-19 y presenta estrés. En Nueva York, Paraguay, Nigeria, por lo menos 1 de cada 7 adolescentes estuvo confinado por nueve meses. Asimismo, una encuesta realizada en América Latina y el Caribe, entre los jóvenes género que el 15% ha sufrido casos de ansiedad y el 45% ha sufrido depresión. <sup>2</sup> Por otro lado, en EE. UU el estrés afecta a gran parte de su población, aumentado un 48% en los últimos años, afectando severamente la salud integral de los individuos. Por ende, el estrés causa en los adolescentes problemas de conductas con sus familiares cercanos. <sup>3</sup> asimismo la universidad Del Valle de México realizó una encuesta (2020), la cual tuvo como resultado que el 73% de su población sufre de estrés por la situación del confinamiento.<sup>4</sup>

En el Perú según el Ministerio de Salud en el año 2021, el 30% de adolescentes puestos en cuarentena desarrollaron 4 veces más síntomas de Trastornos de Estrés que los que no se encontraron en cuarentena. Mientras que en Lima se ha registrado un incremento del 25% dicha cifra sube a 69,4% si sus cuidadores tienen signos de depresión, por el cual Minsa instaló el primer servicio de atención de salud mental por teléfono en Perú con la finalidad de llegar a los adolescentes y su entorno familiar en Loreto, Ucayali, Huancavelica y Lima para proporcionar soporte emocional. En Lima según los resultados de los estudios epidemiológicos en salud mental el 20,7% de adolescentes mayores de 12 años padecen estrés causando tristeza,



depresión, ira, irritabilidad, etc.<sup>5</sup> Asimismo 7 de cada 10 peruanos se ven afectados su salud mental en estos tiempos de

COVID 19. Frente al importante incremento del estrés, el autocuidado es lo primordial para la salud mental debido a que en este tiempo de pandemia un 70%de personas se han visto afectados por lo tanto esto causa diversas dificultades en el adolescente como no pueden dormir bien, problemas con el apetito, falta de energía, falta de concentración y pensamientos negativos, todo ello a causa del confinamiento. <sup>6</sup>

Además, se evidencia que en la Asociación de poseionarios de Jicamarca cuenta con población adolescentes donde los padres de familia refieren que susmenores hijos atraviesan diversos cambios en su comportamiento como, por ejemplo: son malcriados, contestones, no apoyan en los que haces de la casa, se encierran en su cuarto todo el día, no asisten a las clases virtuales, etc. Por otro lado, algunos no cuentan con los servicios básicos para su educación como, computadora, internet, a esto se suma el factor económico de los padres.

Por consiguiente, en el presente trabajo tenemos como formulación problema ¿Cuál es el nivel de estrés frente al confinamiento por pandemia en adolescentes de la Asociación de Posesionario, Jicamarca 2021? y como preguntas específicas tenemos ¿Cuál es el nivel de estrés según las reacciones físicas frente al confinamiento por pandemia en adolescentes de la Asociación de Posesionarios, Jicamarca 2021? ¿Cuál es el nivel de estrés según las reacciones psicológicas frente al confinamiento por pandemia en adolescentes de la Asociación de Posesionarios, Jicamarca 2021? ¿Cuál es el nivel de estrés según las reacciones conductuales frente al confinamiento por pandemia en adolescentes de la Asociación de Posesionarios, Jicamarca 2021?

Por otro lado podemos decir que el presente trabajo de investigación se justifica en los siguientes aspectos: El estudio se justificó teóricamente ya que esta investigación se realiza con el propósito de aportar información ya existente sobre el nivel de estrés en adolescentes frente al confinamiento

por pandemia, por lo cual aporta conocimientos y antecedentes que ayudarán a lidiar y mejorar el manejo del estrés, metodológicamente en esta investigación se empleará un instrumento de estudio que radica en una encuesta de 16 preguntas mediante un test validado para poder analizar los niveles de estrés físico, psicológico y conductual de esta manera poder determinar los resultados en los adolescentes

de la Asociación de Posesionarios, Jicamarca 2021 de forma práctica debido a que describe e identifica el nivel de estrés en los adolescentes frente al confinamiento por pandemia, brindando estrategias de afrontamiento ante situaciones difíciles.

Por otra parte, el trabajo de investigación busca contribuir estrategias de afrontamiento brindando información sobre el estrés en los adolescentes durante el confinamiento y la repercusión que tiene en su salud física, psicológica y conductual, así mismo ayudara a identificar los posibles factores estresantes con la finalidad de poder ayudar al proceso de adaptación de los adolescentes y su entorno, Guiándonos del modelo de Callista Roy de adaptación al estrés.

Por ello el objetivo general es determinar Nivel de estrés frente al confinamiento por pandemia en adolescentes de la Asociación de Posesionarios, Jicamarca 2021 y como objetivos específicos tenemos; Identificar el nivel de estrés según las reacciones físicas frente al confinamiento por pandemia en adolescentes, de la Asociación de Posesionarios, Jicamarca 2021. Identificar el nivel de estrés según las reacciones psicológicas frente al confinamiento por pandemia en adolescentes de la Asociación de Posesionarios, Jicamarca 2021. Identificar el nivel de estrés según las reacciones conductuales frente al confinamiento por pandemia en adolescentes de la Asociación de Posesionarios Jicamarca, 2021.

## **II. MARCO TEÓRICO**

El confinamiento está afectando la salud de las personas, sobre todo de los

adolescentes debido a que están atravesando por diversos factores estresantes como: no ir a la escuela, no tener contacto con los amigos, aislamiento social, causando en ellos ansiedad, frustración, tristeza, ira, etc.

Respecto a los antecedentes internacionales, según Ozamiz N., Dosil M., Picaza M. y Idoiaga N. (2020) cuya investigación tuvo como objetivo fue identificar los niveles de estrés en la etapa inicial del confinamiento. Dicha investigación es de diseño descriptivo. La muestra estuvo conformada por 976 personas, los datos se recolectaron a través de un cuestionario en línea. Según los resultados un

9.1% de adolescentes presenta estrés leve, 6.6% de adolescentes presenta estrés moderado, 3.0% de adolescentes presenta estrés severo y 0.9% de adolescentes presenta estrés extremadamente severo. Ante el confinamiento obligatorio determinada por las autoridades y el miedo de enfermar se observa que los niveles de estrés aumentaron perjudicando a los más vulnerables como los adolescentes.<sup>7</sup>

Asimismo, Vallejo L., Arévalo M. y Vallejo J. (2020) cuya investigación tuvo como objetivo analizar la prevalencia de estrés y factores emocionales durante el confinamiento. Dicha investigación es de diseño descriptivo. La muestra estuvo conformada por 112 jóvenes, la cual un 50% presentó un estrés medio, 35% estrés bajo y 3% estrés alto, los datos se recolectaron a través de un cuestionario de 42 preguntas. Según los resultados a mayores niveles de estrés, mayor es el nivel de reacción emocional y psicológica. Se concluye por presencia de estrés tras el confinamiento por la pandemia, los jóvenes presentan diversos cambios físicos, conductuales y psicológicos.<sup>8</sup>

Asenjo J., Linares O. y Díaz Y. (2021) cuya investigación tuvo como objetivo estimar el nivel de estrés en adolescentes en confinamiento durante la pandemia COVID-19. Dicha investigación es de diseño descriptivo. La muestra estuvo conformada por 122 adolescentes. Los datos se recolectaron a través de un cuestionario de estrés. Según los resultados de la población estudiada, el nivel de estrés fue severo en mujeres 64.4% y varones 77.2%, los estresores más frecuentes fueron sobrecarga en los estudios y aislamiento social. En conclusión, los adolescentes de ambos

sexos presentan niveles de estrés alto.

Respecto a los antecedentes nacionales según, Por otro lado, Estrada E. Mamani M. gallegos N. Mamani H. y Zuloaga M. A. (2021) Cuya investigación que realizo tuvo como objetivo determinar la prevalencia del estrés académico en los estudiantes en una universidad en tiempos de pandemia De enfoque cuantitativo de diseño no experimental ,tipo descriptivo transaccional con una muestra de 172 estudiantes, el instrumento aplicado fue cisco mediante el aplicativo de GOOGLE FORMS constituido por de 31 ítems , en los resultados se demostró un 25.6% de estudiantes presenta un estrés bajo en varones y un 5.6% de estrés bajo en mujeres, un 43,9% de estudiantes presenta un estrés moderado en varones y un 32.2%, en mujeres , un 30.5% de estudiantes presenta

un estrés alto en varones, y un 62.2% de estrés alto en mujeres. En conclusión, se evidencia que existe una alta prevalencia de estrés en adolescentes en tiempos de pandemia por lo cual es importante que las autoridades competentes identifiquen los niveles de estrés de manera temprana para reducir las consecuencias negativas.

Zegarra G. (2021) cuya investigación tuvo como objetivo determinar el nivel de estrés en adolescentes. Dicha investigación es de diseño descriptivo. La muestra estuvo conformada por 325 participantes de 10 a 15 años, los datos se recolectaron a través de un conjunto de preguntas. Según los resultados de la población estudiada un 44.0% de adolescentes presenta estrés bajo y un 28% de adolescentes presenta estrés medio. Se deduce que el estrés provocó en los adolescentes diversos trastornos físicos, psicológicos y conductuales durante el confinamiento.<sup>10</sup>

Asimismo, Ascue R., y Loa E. (2021) cuya investigación tuvo como objetivo determinar el nivel de estrés frente al confinamiento en tiempos de COVID-19. Dicha investigación es de diseño cuantitativa-descriptiva. La muestra estuvo conformada por 50 adolescentes, los datos se recolectaron a través de formulario virtual. Según los resultados obtenidos un 2% presenta un nivel alto de estrés, un 52% presenta un nivel medio de estrés y un 46% un nivel bajo de estrés. Se concluye que la población estudiada presenta un nivel regular

y alto por la cual más del 50% de los adolescentes son afectados por el confinamiento.<sup>11</sup> Por lo tanto Linares C. (2021) la tesis que realizó tuvo como objetivo describir el nivel de estrés en adolescentes y las diferentes reacciones psicológicas en una institución educativa en periodo de pandemia , se realizó con el método descriptivo , la muestra está constituida 60 adolescentes de ambos sexos, el instrumento aplicado es el inventario de estrés académico SISCO, en los resultados un 60 % presenta un nivel bajo respecto a las reacciones psicológicas ante el estrés, 26.7% presenta un nivel medio respecto a las reacciones psicológicas ante el estrés y 13.3% presenta un nivel alto respecto a las reacciones psicológicas ante el estrés. Se concluye que el nivel de estrés tiene relación con las reacciones psicológicas (ira, frustración, inquietud, cambios en el sueño, apetito, etc.,) en los adolescentes.

12

Por otro lado Gonzales (2020) cuya investigación tuvo como objetivo determinar los niveles de estrés asociados en el confinamiento social, se realizó con el método descriptivo, la muestra estuvo conformada por 300 jóvenes, los datos se recolectaron a través de una encuesta virtual ,en los resultados un 55.7% presentan un estrés normal mediante el confinamiento social ,un 12.7% presentan un estrés leve mediante el confinamiento social, un 14.0% presentan un estrés moderado mediante el confinamiento social, un 10.3% presentan un nivel de estrés severo mediante el confinamiento social , un 7.3 % presentan un nivel de estrés muy severa durante el confinamiento social .se concluye que un 44.3 % presentó síntomas de estrés mediante el confinamiento social.<sup>13</sup>

La base teórica de la investigación respecto al confinamiento la Real Academia de la Lengua Española define etimológicamente la palabra “confinamiento”, obligar a la persona a residir en un lugar determinado, bajo la vigilancia de la autoridad.<sup>14</sup> Asimismo, la Organización Mundial de la Salud (2020) el “confinamiento” es el distanciamiento físico y una delimitación del desplazamiento.<sup>15</sup> Asimismo, esta medida puede tener efectos negativos en las personas afectando a las más vulnerables como los adolescentes debido a la ausencia de la vida.<sup>16</sup>

Respecto a la adolescencia según la OMS (2020) comprende desde los 10

hasta los 19 años, la cual es un proceso de preparación para la edad adulta, en donde resalta la identidad personal, crecimiento de igual forma implica una etapa de riesgos considerables en la cual la sociedad puede influir de una manera determinante.<sup>17</sup> Por ello el confinamiento por pandemia a causado efectos colaterales en los adolescentes pues muchos de ellos se muestran más apáticos de lo normal, en tal sentido que los adolescentes permanecen encerrados en su habitación enfocándose más en las redes sociales y videojuegos .

Para Hour (2021) el estrés es la respuesta del organismo a las exigencias y tensiones y agresiones de la vida, es un proceso normal del organismo hasta un cierto límite, por ello el estrés nace del instinto del organismo de protegerse de las tensiones físicas y emocionales donde funcionan todos los órganos de nuestro cuerpo como: el cerebro, el sistema nervioso, el corazón el flujo sanguíneo el nivel hormonal, la digestión y las funciones musculares. Asimismo, el estrés es un fenómeno esencialmente adaptativo que ha acompañado al individuo desde sus orígenes; si se quisiera ejemplificar su presencia se podría plantear su aparición

a través de un proceso constituido por tres momentos: percepción del peligro o amenaza, reacción de alarma y la acción generada como respuesta. El inicio de este proceso se da cuando el ser humano percibe las situaciones que representan un riesgo, una amenaza o un peligro para la salud, aunque también dependerá del estado físico y psíquico de cada persona.<sup>18</sup>

Nivel de estrés frente al confinamiento por pandemia en adolescentes según García M. (2020) un 80% de adolescentes se encuentra en diferentes niveles de estrés frente al confinamiento por pandemia y la mayoría tiene poca capacidad para afrontar los problemas y adversidades más aún si son situaciones nuevas como el cierre de sus escuelas, aislamiento social por todo ello se genera con mayor frecuencia el estrés afectando sus reacciones físicas, reacciones psicológicas y reacciones conductuales.<sup>19</sup>

Asimismo, Ozamis P. (2020), en su trabajo de investigación refiere que el confinamiento por pandemia COVID-19 impuesto por los altos mandos de las

autoridades más la amenaza de contagiarse, enfermarse, perder a un ser querido, alejarse de los amigos, estar en casa encerrados las 24 horas del día, aumentan los niveles de estrés (bajo y medio) sobre todo en los grupos vulnerables como los jóvenes, por ello a corto plazo puede causar problemas en la salud mental. Por otro lado, es importante que los tutores de los adolescentes brinden apoyo psicológico para el bienestar del menor.<sup>20</sup>

Nivel de estrés según las reacciones físicas frente al confinamiento por pandemia en adolescentes Según Hour L. (2021), el estrés en tiempos de pandemia afecta la salud de los adolescentes alterando las reacciones físicas como: trastorno de sueño, fatiga, dolores físicos, problemas digestivos, onicofagia etc. Ante diversas situaciones y circunstancias internas y/o externas a los jóvenes como el riesgo de contagiarse del virus infeccioso a ello se suma el confinamiento sanitario, a veces en moradas pequeñas, causando el hacinamiento en el hogar todo ello son situaciones a riesgo ante la integridad por la cual el organismo reacciona con un estado de estrés. Por ende, el estrés no es sano y daña o disminuye nuestra inmunidad dando pie a enfermedades secundarias.

Asimismo, define que las reacciones físicas corresponden a los signos y síntomas del cuerpo humano en respuesta a diferentes estresores que causó el virus infeccioso. Algunos de estos síntomas más comunes son insomnio, pesadillas, dolor de cabeza, dolor de estómago, disminución del apetito, taquicardia todo ello causa un sistema inmunológico debilitado.

Nivel de estrés según las reacciones psicológicas frente al confinamiento por pandemia según Hour L (2021) diversas situaciones de estrés pueden afectar en el desarrollo psicológico de los adolescentes en parte por su madurez y edad cronológica, donde se experimentan estados de incertidumbre, desánimo y tristeza, ansiedad, irritabilidad, dificultad para concentrarse, etc. Causando el malestar psíquico y general del cuerpo, a estas amenazas se suman diversos factores estresantes durante el confinamiento, en esta etapa los adolescentes sienten miedo de estar solos, tienen pesadilla, emociones intensas, insomnio,

etc.

Por lo cual, durante el confinamiento el bienestar psicológico se ve afectado por la inquietud, depresión, angustia, irritabilidad, concentración estos cambios distorsionó el día a día de los adolescentes durante la pandemia debido a que hubo un cambio en su rutina diaria.

Nivel de estrés según las reacciones conductuales frente al confinamiento por pandemia en adolescentes para Hour L. (2021) los cambios conductuales que presentan los adolescentes en este periodo de confinamiento se incrementan cada día, ya que la desobediencia de los hijos hacia los padres es más frecuente, las discusiones entre hermanos llevan a los conflictos familiares. Por otro lado, los adolescentes distorsionan los patrones alimenticios debido a que consumen alimentos no saludables y poco nutritivo.<sup>18</sup>

### **III. METODOLOGÍA**

#### **3.1 Tipo y diseño de investigación**

La investigación es de enfoque cuantitativo de recopilación y análisis de información, proceso que se lleva a cabo con el uso de herramientas estadísticas y matemáticas con el propósito de cuantificar el problema de

investigación. Por ello es de tipo básica porque parte de un marco teórico con el fin de incrementar conocimiento sobre el nivel de estrés en los adolescentes durante el confinamiento. Asimismo, es de Diseño no experimental porque lo realizaremos sin manipular la variable "nivel de estrés frente al confinamiento" debido a que radica principalmente en la observación de las causas del estrés para poder llegar a una conclusión. Es de nivel descriptivo debido a que se plantea a describir y explicar los niveles de estrés corte transversal porque consiste en observar y analizar los datos de la variable recopiladas en un periodo de tiempo sobre una muestra definida.



### 3.2 Variables y operacionalización

**Variable:** Nivel de estrés frente al confinamiento

**Definición conceptual:** Según Erades, N Y Morales, A (2020) Menciona que el nivel de estrés frente al confinamiento afecta el bienestar del adolescente porque atraviesa situaciones como: cierre de las instituciones, aislamiento social, difusión en los hábitos, etc. Por lo cual todo ello genera diversos factores estresantes perjudicando severamente su salud.

**Definición operacional:** El nivel de estrés frente al confinamiento causa en los adolescentes trastornos en las reacciones físicas, psicológicas y conductual ante situaciones estresantes por la cual genera cambios en el cuerpo y mente

Técnica que se utilizó el uso de la psicometría mediante un test del estrés que consta de 16 preguntas cuya respuesta está valorada: Nunca =1, rara vez=2, a veces=3, casi siempre=4, siempre=5. Y sus dimensiones son: reacciones físicas, reacciones psicológicas y conductuales.

**Indicadores:** trastorno del sueño, dolores físicos, problemas digestivos, inquietud, depresión, angustia, irritabilidad, concentración, conflictos emocionales, trastornos alimenticios, pensamientos negativos.

Escala de medición: se utilizó la escala ordinal. Sin estrés (0-21), estrés bajo (21-41), estrés medio (42-62), estrés alto (63-80).

### 3.3 Población

Según Herrera W. la población es el conglomerado humano con ciertos rasgos comunes de un lugar demográfico específico. Para el presente estudio se trabajó con la población total de adolescentes que son un total de 40.

Criterios de inclusión:

Adolescentes entre los 11 y 18 años de edad.

Adolescentes que vivan en el lugar de estudio.

Adolescentes que cuenten con consentimiento

informado. Adolescentes de ambos sexos.

Criterios de exclusión:

Adolescentes no deseen participar en la investigación.

Adolescentes que no viven en el lugar de estudio.

Adolescentes que no cuenten con su consentimiento.

Adolescentes con habilidades especiales.

### **3.4 Técnicas e instrumentos de recolección de datos:**

La técnica que se utilizó para el presente trabajo de investigación es la entrevista, como instrumento se usó el cuestionario que consta de 16 preguntas con respuestas politómicas; dicho cuestionario se obtuvo de la tesista Zegarra Pantigoso Yajayra Elvira del 2021, en el cual se utilizó las dimensiones de reacciones físicas, psicológicas y conductuales, dicho instrumento que fue validada por expertos, obteniendo un índice de confiabilidad alta de 0.60.

### **3.5 Procedimientos:**

Para realizar la aplicación del cuestionario sobre el test de estrés a los adolescentes de 11 a 18 años de edad en la Asociación de poseionarios de Jicamarca, en un primer momento se realizó las coordinaciones respectivas con la presidenta Paz de Tarazona Marilú explicándole sobre el trabajo de investigación que se empleara en dicho lugar, asimismo se le solicita los números telefónicos de los padres de familia. En un segundo momento la presidenta nos brinda los números telefónicos de los padres, previa autorización. En un tercer momento se convocará a los padres de familia

mediante una asamblea a reunirnos donde se les explicó el propósito, los objetivos y la finalidad de estudio. En un cuarto momento, se le brindo el consentimiento informado para la aceptación o negación de la participación de su menor hijo en dicha asamblea. En un quinto momento se les envió a los padres de familia mediante su WhatsApp el cuestionario sobre test de estrés el cual debe ser completado por su menor hijo(a).

### **3.6 Métodos de análisis de datos:**

Se aplicó un análisis descriptivo para obtener las frecuencias correspondientes al estudio y para el procedimiento de datos se realizó una base en el programa Excel - 2016, luego se exportaron al programa estadístico SPSS para realizar la obtención de tablas y gráficos correspondientes.

### **3.7 Aspectos éticos**

#### **Consentimiento**

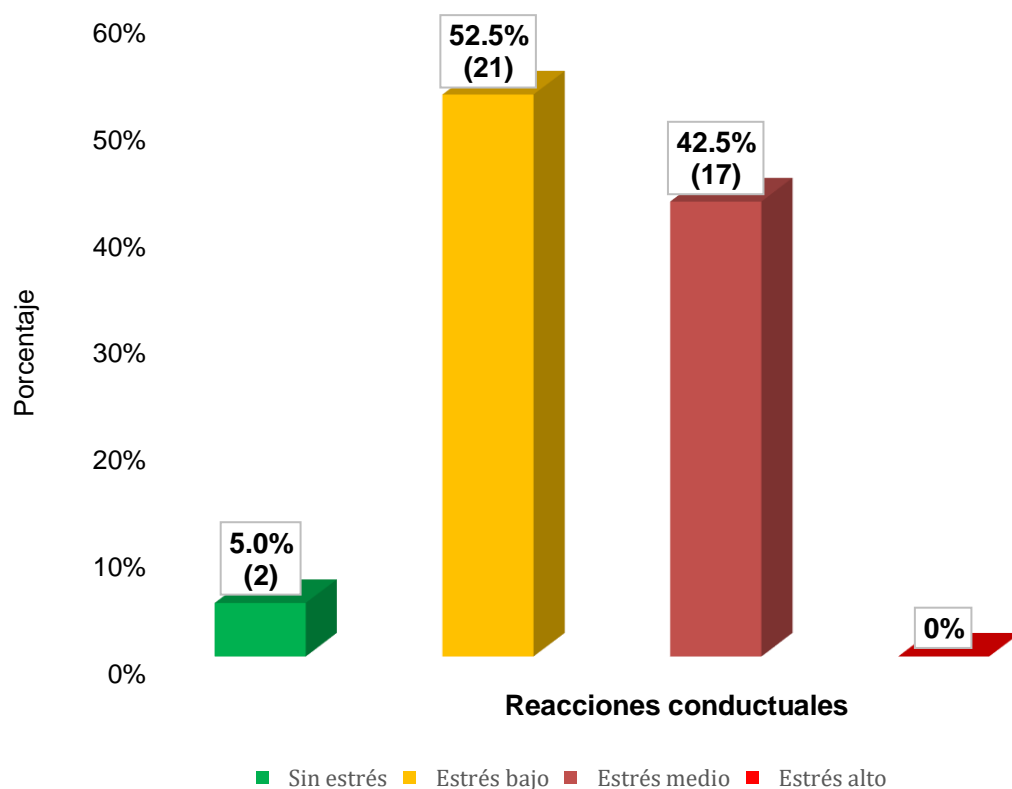
El consentimiento informado es un documento informativo que se les brindará a los padres de los adolescentes para la autorización del menor y poder invitarle a la participación de la investigación nivel de estrés frente al confinamiento por pandemia en adolescentes. Por otro lado, se les explicará los objetivos y la finalidad del estudio.

#### **Principios éticos**

Para realizar el presente trabajo de investigación respetaremos la decisión de los padres sobre la participación de sus menores hijos mediante el consentimiento informado respetando los principios éticos como la beneficencia (ya que los resultados obtenidos servirán para tomar medidas preventivas respecto al nivel de estrés frente al confinamiento por pandemia en adolescentes) no maleficencia (porque no se tiene como finalidad causar algún tipo de daño a los sujetos de la investigación ni exponerlo en el estudio) y justicia (ya que el estudio se realiza con el fin de disminuir situaciones desfavorables para los pacientes) de los individuos para ello se le solicitará su conformidad con la realización del estudio mediante el consentimiento informado.

#### IV. RESULTADOS

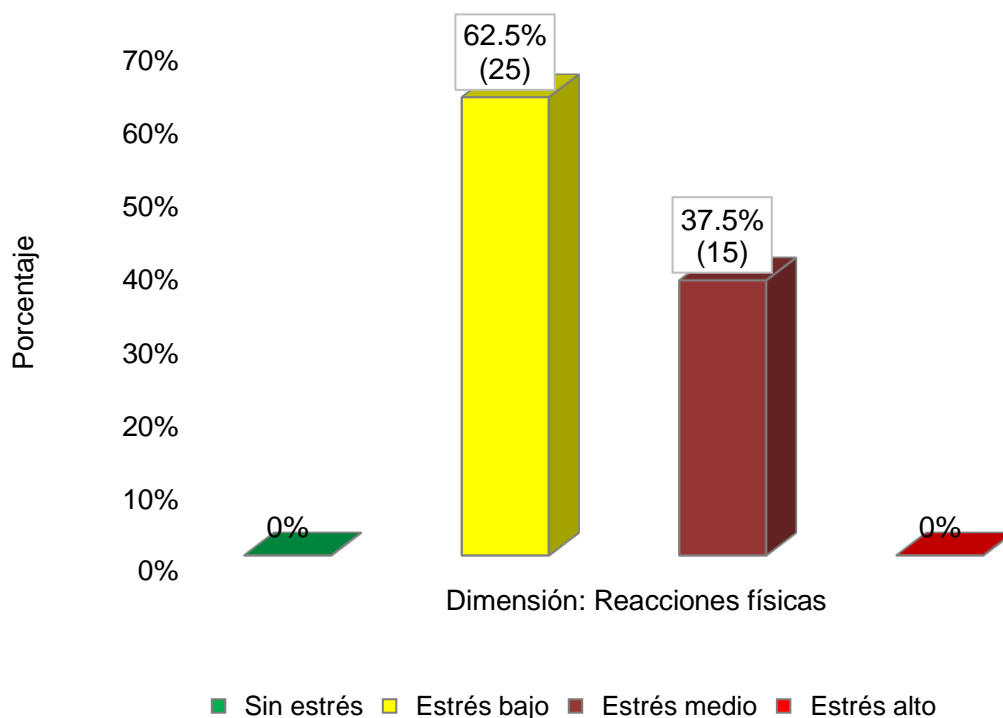
**Gráfico 1. Nivel de estrés frente al confinamiento por pandemia en adolescentes de la Asociación de Posesionario, Jicamarca 2021.**



Elaboración: fuente propia 2021.

Del gráfico 1, se observa de los 40 adolescentes de la Asociación Posesionarios de Jicamarca frente al confinamiento por pandemia se encontró que el 52,5% (21) tiene estrés bajo, mientras el 42,5% (17) estrés medio y 5% (2) sin estrés. Es decir, la mayoría de los adolescentes tiene un estrés bajo.

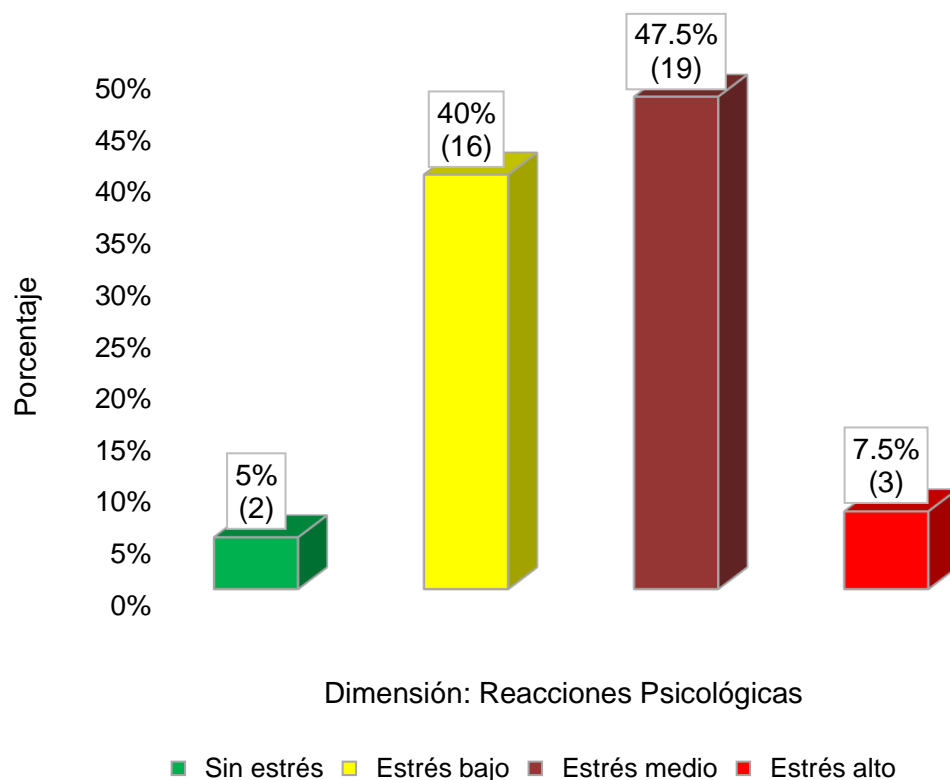
**Gráfico 2. Nivel de estrés frente al confinamiento según la dimensión reacciones físicas en adolescentes de la Asociación de Posesionarios, Jicamarca 2021**



Elaboración: fuente propia 2021.

Del gráfico 2, se observa que en la dimensión de reacciones físicas de los 40 adolescentes de la Asociación Posesionarios de Jicamarca frente al confinamiento por pandemia, presentaron 62,5%(25) de estrés bajo y el 37,5(15) estrés medio.

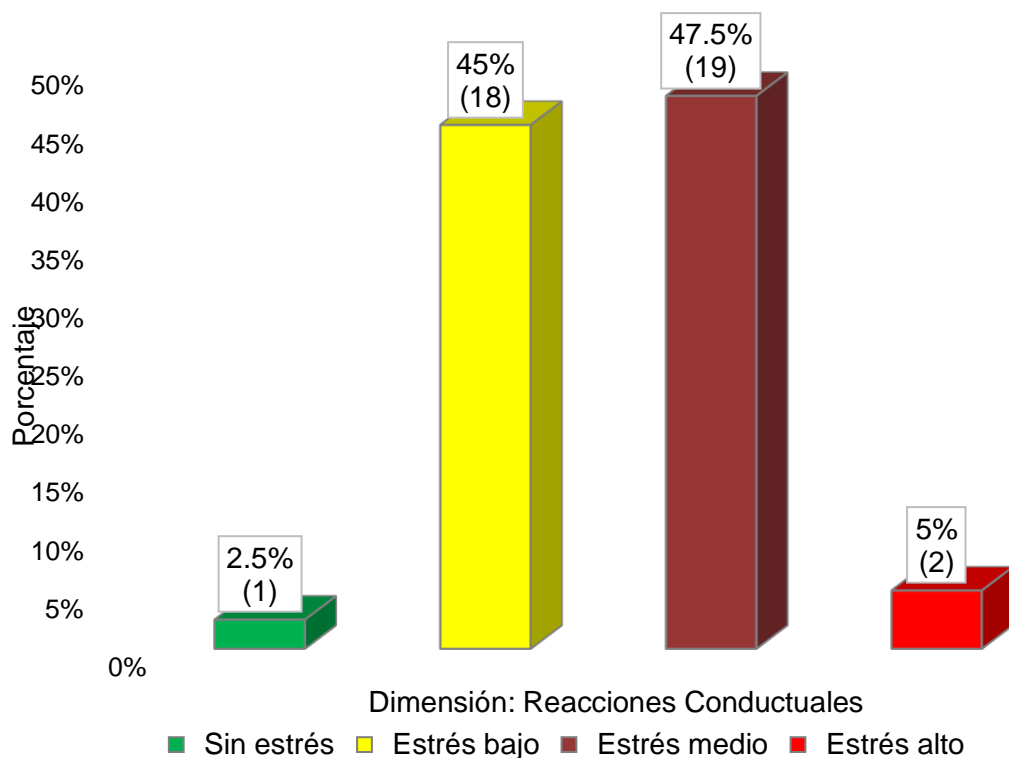
**Gráfico 3. Nivel de estrés frente al confinamiento según la dimensión reacciones psicológicas en adolescentes de la Asociación de Posesionarios, Jicamarca 2021**



Elaboración: fuente propia 2021.

Del gráfico 3, se observa que en la dimensión reacciones psicológicas de los 40 adolescentes de la Asociación Posesionarios de Jicamarca frente al confinamiento por pandemia, presentaron 47,5% (19) estrés medio, mientras que el 40% (16) poseen estrés bajo, seguido del 7,5% (3) de estrés alto y el 5% (2) sin estrés.

**Gráfico 4. Nivel de estrés frente al confinamiento según la dimensión reacciones conductuales en adolescentes de la Asociación de Posesionarios, Jicamarca 2021**



Elaboración: fuente propia 2021.

Del gráfico 4, se observa que en la dimensión reacciones conductuales de los 40 adolescentes de la Asociación Posesionarios de Jicamarca frente al confinamiento por pandemia, presentaron que el 47,5% (19) tiene un estrés medio, seguido del 45% (18) de estrés bajo, 5% (2) de estrés alto y el 2,5% (1) sin estrés.

## Discusión

El estrés es una reacción fisiológica del organismo en el que entran en juego diversos mecanismos de defensa para afrontar una sobrecarga de tensión, física, psicológica y conductual en todo el cuerpo. La pandemia por COVID 19 en estos últimos años ha reflejado en los adolescentes situaciones de estrés por la estrategia de confinamiento llevando a presentar problemas en la salud mental

En el presente estudio se planteó como objetivo general, nivel de estrés frente al confinamiento por pandemia en adolescentes de la Asociación de Posesionarios, Jicamarca 2021, encontrándose que el 52,5% tienen estrés bajo, mientras que el 42,5% estrés medio y el 5% sin estrés. Encontrándose resultados que guardan similitud con el estudio de Zegarra<sup>10</sup>, quien encontró que el 44.0% de adolescentes presentaron nivel de estrés bajo y un 28% medio y el de Mamani et que halló un estrés bajo en un 25.6% y 43,9% de estrés moderado; lo contrario a los resultados de Asenjo y Gonzales<sup>13</sup> que encontraron niveles de estrés severo en la población de estudio.

Si bien es cierto la pandemia ha llevado al confinamiento de los adolescentes imaginando con frecuencia una realidad mucho más terrible que la que está sucediendo, lo que aumenta su preocupación e inquietud en ellos. Permanecer sin salir de casa, privar a los adolescentes del movimiento y de la estimulación sensorial que tanto necesitan; este contacto social limitado influyó al incremento de sensación de miedo. El cambio abrupto de rutinas, o la falta de ellas, pudo incrementar los conflictos entre padres e hijos y generar inseguridad en los pequeños en una situación ya de por sí llena de incertidumbre. Como menciona Zegarra, el estrés provocó en los adolescentes diversos trastornos físicos, psicológicos y conductuales durante el confinamiento.

En respuesta al primer objetivo específico, nivel de estrés según la dimensión reacciones físicas frente al confinamiento por pandemia en adolescentes, en la Asociación de Posesionarios de Jicamarca, 2021; se encontró que el 62,5% tiene estrés bajo, mientras que el 37,5% posee estrés medio. Estos resultados guardan similitud con el estudio de Ozamis P.<sup>20</sup> quien refiere que el confinamiento por pandemia aumentó en los adolescentes los niveles de estrés bajo y medio; de igual manera el estudio de Linares<sup>12</sup> encontró



nivel de estrés bajo en un 60 % y un 26.7%

estrés medio; no encontrándose estudios que mencionen lo contrario a la investigación

La población en estudio presentó niveles de estrés entre bajo y medio que se ven traducidos por problemas de digestión, trastornos de sueño, fatiga crónica, dolores de cabeza, migrañas y morderse las uñas.

En este sentido la mayoría de los adolescentes tienen estrés bajo en las dimensiones físicas ya que en esta pandemia se vieron afectados al estar en confinamiento muchos de ellos pudieron estar afectando su salud sin que se den cuenta ya que estuvieron encerrados en casa y tuvieron diferentes cambios de vida; sin embargo, los que tuvieron un nivel medio de estrés se vio reflejado con la presencia de diferentes síntomas en cada uno de ellos como: problemas de digestión

, trastornos de sueño, fatiga crónica, dolores de cabeza, migrañas y suelen morderse las uñas. Estas manifestaciones presentadas ponen en riesgo su salud de la persona; por lo tanto, cabe recalcar que los niveles de estrés físicos se elevan y harán manifiesto la disminución del sistema inmune del adolescente, por otro lado, los niveles de estrés físicos seguirán incrementando a la afectación de la salud del adolescente e inclusive llegando a tener otras patologías durante esta pandemia.

En referencia al segundo objetivo específico, identificar el nivel de estrés según la dimensión reacciones psicológicas frente al confinamiento por pandemia en adolescentes en la Asociación de Posesionarios de Jicamarca, 2021; se encontró 47,5% de estrés medio, 40% en el nivel bajo, 7,5% alto, 5% sin estrés. Estos resultados guardan similitud con el estudio de Ascue R. y Loa E.<sup>11</sup>, quienes encontraron que el 52% de adolescentes presentó estrés medio, 46% estrés bajo y 2% estrés alto y Vallejo L., Arévalo M. y Vallejo J.<sup>8</sup> encontraron que el 50% de adolescentes presentaron estrés medio, 35% bajo y 3% alto.

La predominancia del nivel de estrés medio se debe a que los adolescentes muestran problemas de concentración, agresividad, irritabilidad, sentimiento de

tristeza y depresión; situaciones que podrían afectar las relaciones interpersonales, con la familiar, amistades y otras personas que estén en su entorno. Además, según Hour, la presencia de estos síntomas puede afectar su desarrollo psicológico, así como en su madurez y edad. Estos síntomas que manifiestan el adolescente podrían

presentar sentimientos de miedo, tener pesadillas, emociones intensas e insomnio que afectan la salud mental en cada uno de ellos. Por ello es importante identificar estrategias de intervención para disminuir los niveles de estrés a consecuencia del confinamiento.

Finalmente, en respuesta al tercer objetivo específico, nivel de estrés según la dimensión reacciones conductuales frente al confinamiento por pandemia en adolescentes en la Asociación Posesionarios de Jicamarca, 2021. Se obtuvo nivel de estrés medio con un 47,5%, seguido del estrés bajo con un 40%, estrés alto 5% y sin estrés el 2,5%. Estos resultados guardan similitud con el estudio de Ascue R. y Loa E.<sup>11</sup> donde los adolescentes presentaron 52% de estrés medio y un 46% en el nivel bajo; y el de Linares C.<sup>12</sup> encontró que un 60% de adolescentes presentan un estrés medio.

Los adolescentes mostraron desgano para realizar sus labores cotidianas, pensamientos negativos, generación de conflicto, tendencias de polemizar o discutir; esta situación podría relacionarse a que los adolescentes en su entorno familiar no encuentren cooperación por parte de sus padres en las labores académicas, el entorno de amigos por medio de la virtualidad generando en ellos conflictos entre el adolescente y familia; que se ven reflejados en conductas de rebeldía, desobediencia entre otros y poca aspiración al desarrollo personal. En este sentido Hour acota que los adolescentes cada día aumentan los niveles de estrés, evidenciándose en el incremento de las discusiones entre hermanos, padres y otros familiares; así como alteraciones en los patrones alimenticios, llevando al consumo de alimentos poco saludables que se ven reflejados en ganancia de peso que finalmente llevan a cuadros severos de obesidad.

Durante el confinamiento que llevó la pandemia, los adolescentes se vieron en la necesidad de compartir más tiempo con la familia, hermanos e inclusive

establecer actividades en conjunto, tomando en cuenta el principio de respeto y amor; donde la etapa de la adolescencia implica un distanciamiento con los padres y aumento en el desarrollo de actividades fuera de la casa, la pandemia los llevo a una regresión en estos procesos, afectando a la autonomía que desean los adolescentes. También permitió en ellos valorar el sentido de compartir con la familia, más aún cuando en determinado momento prevaleció el miedo, encontrando apoyo en su familia para la seguridad que ellos requirieron en ese momento.

## **Conclusiones**

1. En referencia a los niveles de estrés frente al confinamiento por pandemia en los adolescentes de la Asociación de Posesionario de Jicamarca se encontró que la mayoría tiene un estrés bajo, seguido del medio y sin estrés.
2. Respecto a los niveles de estrés en la dimensión reacciones físicas de los adolescentes se encontró que la mayoría tiene un estrés bajo, esto debido a que nunca o raras veces tienen problemas de digestión, dolor abdominal o diarrea, trastornos de sueño, fatiga crónica y sufre de dolores de cabeza o migrañas. Sin embargo, en un menor porcentaje algunos adolescentes siempre se rascan o se muerde las uñas.
3. En referencia a los niveles de estrés en la dimensión reacciones psicológicas de los adolescentes se encontró un nivel de estrés medio seguido del bajo, alto y sin estrés. Estos resultados se deben a que a veces tienen problemas de concentración, se ha sentido agresivo(a) e irritable y casi siempre tiene sentimientos de tristeza o depresión.
4. En cuanto al nivel de estrés en la dimensión reacciones conductuales de los adolescentes predominó el estrés medio, seguido del bajo, alto y sin estrés. En consecuencia, esto se explica porque algunos adolescentes a veces sienten desgano para realizar las labores cotidianas, tiene pensamientos negativos y conflicto o tendencia a polemizar o discutir.

## **Recomendaciones**

1. Al Ministerio de salud promover y aplicar la normativa técnica de salud: centros de salud comunitario, a fin de brindar soporte emocional a los adolescentes y jóvenes a fin de obtener un diagnóstico y proveer de estrategias de afrontamiento ante situaciones estresantes que puedan ser controlados.
2. A las instituciones educativas, a través de su departamento psicopedagógico brindar test en línea a los estudiantes del nivel secundario,

de modo que se pueda detectar tempranamente los altos niveles de estrés, con la finalidad de prevenir cuadros

3. severos de estrés con afecciones a la salud y brindar un soporte e intervención personalizada.
4. Las instituciones educativas deben promover la actividad física en sus pausas activa, lo cual permita relajar y bajar los niveles de estrés de los adolescentes en y maestros con una cobertura de las diversas áreas curriculares y como compromiso institucional.
5. A la municipalidad de San Juan de Lurigancho, promover actividades deportivas como caminatas, recorridos para ciclistas, técnicas de relajación, danzas, entre otros, lo que permita a los adolescentes no estar aislados, sociabilizar, distraerse y que la vida continúe a pesar del contexto de pandemia que se enfrenta.

## REFERENCIAS

1. Unicef. El impacto del COVID-19 en la salud mental de los adolescentes y jóvenes. [publicado en línea]2020.Disponible en <https://www.unicef.org/lac/el-impacto-del-covid-19-en-la-salud-mental-de-adolescentes-y-j%C3%B3venes>
2. Unicef. Por lo menos 1 de cada 7 niños y jóvenes ha vivido confinado en el hogar durante gran parte del año, lo que supone un riesgo para la salud mental y su bienestar.[publicado en línea ]2021.Disponible en:<https://www.unicef.org/peru/comunicados-prensa/por-lo-menos-1-de-cada-7-ni%C3%B1os-y-j%C3%B3venes-ha-vivido-confinado-en-el-hogar-durante>
3. American psychological association. El estrés es un problema de salud serio en los estados unidos. [publicado en línea ]2021.Disponible en: <https://www.apa.org/centrodeapoyo/estres-problema>
4. Forbes staff. Estrés causa y consecuencia en la salud. [publicado en línea ]2020.Disponible en:<https://www.forbes.com.mx/mas-de-73-de-los-mexicanos-tiene-estres-encuesta/>
5. Unicef. Un año de pandemia, un año de acción en el Perú. [publicado en línea ]2020.Disponible en:[https://www.unicef.org/peru/sites/unicef.org/peru/files/2021-04/un-anopandemia-covid19-un-ano-accion-peru-unicef\\_2.pdf](https://www.unicef.org/peru/sites/unicef.org/peru/files/2021-04/un-anopandemia-covid19-un-ano-accion-peru-unicef_2.pdf)
6. Minsa. Cuidado de la salud mental de la población afectada, familias y comunidad, en el contexto del COVID-19.[publicado en línea ]2020.Disponible en: <https://www.unicef.org/peru/media/8716/file/Cuidado%20de%20la%20salud%2>

[Omental%20de%20la%20poblaci%C3%B3n%20afectada.%20familias%20y%2](#)

[Ocomunidad.%20en%20el%20contexto%20COVID-19.pdf](#)

7. Ozami N. Dosil M. Picaza M. y Idoiaga N. Niveles de estrés, ansiedad y depresión en la primera fase del brote del COVID-19 en una muestra recogida en el norte de España [publicado en línea] 2020. Disponible en: <https://blog.scielo.org/wp-content/uploads/2020/04/1678-4464-csp-36-04e00054020.pdf>
8. Vallejo L., Arévalo M. y Vallejo Niveles de estrés e irritabilidad en estudiantes universitarios de la ciudad de Medellín durante la época de confinamiento por COVID-19 [publicado en línea] 2020. Disponible en: <https://alejandria.poligran.edu.co/bitstream/handle/10823/2656/TRABAJO%20DE%20GRADO%20ok.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
9. Trujillo P. y Gonzales N. Nivel de estrés académico en estudiantes de postgrado de la facultad de educación en la universidad cooperativa de Colombia, sede Bogotá. [publicado en línea] 2019. Disponible en: [https://repository.ucc.edu.co/bitstream/20.500.12494/12668/1/2019estres\\_a\\_cademico\\_estudiantes.pdf](https://repository.ucc.edu.co/bitstream/20.500.12494/12668/1/2019estres_a_cademico_estudiantes.pdf)
10. Tuesta A. estrés y depresión en adolescentes de la institución educativa Raúlhaya de la torre -Víctor Larco, 2020. [publicado en línea] 2020. Disponible en: <https://repositorio.ucv.edu.pe/handle/20.500.12692/45817>
11. Ascue R. Y Loa E. Estrés académico en los estudiantes de las universidades públicas de la región Apurímac en los tiempos de pandemia COVID -

- 19[publicado en línea] 2021. Disponible en:<https://ciencialatina.org/index.php/cienciala/article/view/238/316>
12. Linares A. Estrés académico en escolares de quinto de secundaria de dos instituciones educativas públicas en período de pandemia. [publicado en línea] 2020. Disponible en: [https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/59967/Linares\\_R\\_CE-SD.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/59967/Linares_R_CE-SD.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
13. González Nivel de depresión, ansiedad y estrés en jóvenes universitarios asociado a confinamiento social [publicado en línea] 2020. Disponible en: <http://tesis.ucsm.edu.pe/repositorio/handle/UCSM/10219>
14. Hour L. A dios estrés [publicado en línea] 2020. Disponible en:<https://lugardefe.org/download/ebook-adios-estres/>
15. Barraza A. El estrés de pandemia COVID-19 en población mexicana [publicado en línea] 2020. Disponible en: <http://www.upd.edu.mx/PDF/Libros/Coronavirus.pdf>
16. OMS. Inmunidad colectiva, confinamientos y COVID-19[publicado en línea] 2020. Disponible en: <https://www.who.int/es/news-room/q-a-detail/herdimmunity-lockdowns-and-covid-19>
17. OMS. Desarrolló en la adolescencia [publicado en línea ]2020 .Disponible en: [https://www.who.int/maternal\\_child\\_adolescent/topics/adolescence/dev/es/#:~:text=La%20OMS%20define%20la%20adolescencia,10%20y%20los%2019%20a%C3%B1os.](https://www.who.int/maternal_child_adolescent/topics/adolescence/dev/es/#:~:text=La%20OMS%20define%20la%20adolescencia,10%20y%20los%2019%20a%C3%B1os.)
18. Pantigoso Z. Nivel de estrés según relaciones interpersonales en adolescentes de la I.E Señora de la Medalla Milagrosa –Hunter, Arequipa [publicado en línea] 2021. Disponible en: <http://repositorio.upads.edu.pe/handle/UPADS/197>



- 19.** Vázquez A. Adolescencia privacidad y confinamiento problemas con los jóvenes [publicado en línea] 2020.  
Disponible en: <https://www.centroeleia.edu.mx/blog/adolescencia-privacidad-yconfinamiento-problemas-con-los-jovenes/>
- 20.** García M Estrés y su influencia en la conducta social de un adolescente en confinamiento por COVID-19 [publicado en línea] 2020.  
Disponible en: <http://dspace.utb.edu.ec/bitstream/handle/49000/8964/E-UTB-FCJSEPSCLIN-000362.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- 21.** Según Michalland Estrés un fenómeno en tiempos de pandemia [publicado en línea] 2020. Disponible en: <https://www.pucv.cl/uuaa/ciencias/noticias/estresun-efecto-en-tiempos-de-pandemia>
- 22.** Sánchez Impacto psicológico de la COVID-19 en niños y adolescentes [publicado en línea] 2020.  
Disponible en: [http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1029-30192021000100123](http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1029-30192021000100123)
- 23.** Balluerka N. Las consecuencias psicológicas de la COVID-19 y el confinamiento [publicado en línea] 2020.  
Disponible en: [https://www.ub.edu/web/ub/ca/menu\\_eines/noticies/docs/Consecuencias\\_p\\_sicologicas\\_COVID-19.pdf](https://www.ub.edu/web/ub/ca/menu_eines/noticies/docs/Consecuencias_p_sicologicas_COVID-19.pdf)
- 24.** Velásquez L. Cómo afecta la cuarentena a los adolescentes [publicado en línea] 2020. Disponible en: <https://editorial.upc.edu.pe/2020/04/03/como-afectacuarentena-a-ninos/>

- 25.** Ramón E. Martínez B. Granada J. Echaniz E. Pellicer B. Juárez R. Guerrero S. Y Guinoa M. Conducta alimentaria y su relación con el estrés e insomnio de estudiantes [publicado en línea] 2020. Disponible en: [https://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0212-16112019000600017](https://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0212-16112019000600017)
- 26.** Maturana. A. Vargas, A; Artículo de Investigación: “ El Estrés escolar”, Artículo de investigación.[online]2015Chile[Citado:28/2/2020]Disponible: [https://www.researchgate.net/publication/342570769\\_Association\\_Between\\_Academic\\_Stress\\_Body\\_Composition\\_Physical\\_Activity\\_and\\_Emotional\\_Skill\\_in\\_College\\_Women](https://www.researchgate.net/publication/342570769_Association_Between_Academic_Stress_Body_Composition_Physical_Activity_and_Emotional_Skill_in_College_Women)
- 27.** Ministerio de Salud (Minsa) Norma Técnica de Salud para la Atención Integral de: Salud de Adolescentes 2,019 Dirección General De Intervenciones Estratégicas en Salud Pública, Dirección de Intervenciones por Curso de Vida y Cuidado Integral Etapa de vida Adolescente y Joven, [Internet] 2019 nov. Lima [Citado 18/10/2019] Versión Digital Disponible <http://bvs.minsa.gob.pe/local/MINSA/5017.pdf>
- 28.** OPS Situación de COVID-19 en la región de las Américas. [Publicado en línea]2020. Disponible en: <https://paho-covid19-response-who.hub.arcgis.com/>
- 29.** Alzuri F, Hernández N, Calzada y, “Depression in Adolescence: Necessary

Considerations for its Diagnosis and Treatment” Rev. Finlay [Internet]. 2019 Sep [Aforementioned :18/12/2019];7(3):152-154. Available:

<https://search.scielo.org/?lang=es&count=15&from=0&output=site&sort=&form>  
[at=summary&fb=&page=1&q=http%3A%2F%2FsciELO.sld.cu%2FsciELO.php%3Fscript%3Dsci\\_arttext%26pid%3DS2221-+24342017000300001%26lng%3Des.+](https://search.scielo.org/?lang=es&count=15&from=0&output=site&sort=&form)

**30.** Escobar B., Cid, P.” Nursing care and ethical issues surgen from the technological health advance” Acta biotech. [Internet]. 2018 Jun [aforementioned: 2020 Mayo 04]; 24(1): 39-46 Available:

<https://dx.doi.org/10.4067/S1726-%20569X2018000100039>

**31.** Garcia, M.L. “The ethics of caring and its application in nursing professional eticdo cuidado e sua aplicação na profissão de enfermagem” Acta bioeth. [Internet]. 2015 nov [Aforementioned: 2020 Mayo 04]; 21(2):311317Aviable:

<https://dx.doi.org/10.4067/S1726-%20569X2018000100039>.

**32.** Lynne J. Family Functioning and Responsiveness in Family Child Care Providers[requirements for the Degree of Master of Science]. United States: The Ohio

State University; 2017. Available from:

[https://etd.ohiolink.edu/!etd.send\\_file?accession=](https://etd.ohiolink.edu/!etd.send_file?accession=)

**33.** 33.Perez M. Gomez J. Tamayo O. Iparraguirre A. Besteiro E. Psychological disorders in medicine students during the active investigation of COVID-19.

[Medisan Magazine] 2020h. [Citada: 2020 July 08]; 24: [4pp].

Available

in:

[http://scielo.sld.cu/scielo.php?pid=S102930192020000400537&script=sci\\_arttext&lng=es](http://scielo.sld.cu/scielo.php?pid=S102930192020000400537&script=sci_arttext&lng=es)

- 34.** Vagni M. Maiorano T. Giostra V. Pajardi D. Coping with COVID-19: Emergency stress, secondary trauma and self-efficacy in healthcare and emergency workers in Italy. [Frontiers in Psychology magazine] 2020. [citada:2020

September 3]; 11: [5669 12]. Available

in: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC7494735/>

- 35.** Diaz A. Elements to understand acts of aggression and discrimination towards the healthcare personnel during the COVID-19 pandemic. [Uis Health Magazine]

2020. [Citada: 2020 July 08]; 53: [3pp.] Available in:

<https://revistas.uis.edu.co/index.php/revistasaluduis/article/view/11207>

- 36.** Acevedo K Y Ezequiel D. Estrés, estrategia de afrontamiento y experiencia académica en estudiantes universitarios en tiempos de pandemia del COVID-

19 [publicado en línea] 2021. Disponible

en: <https://www.lamjol.info/index.php/torreon/article/view/10839>

- 37.** Alania R., LLancari R., Rafaele M. y Dayan D. Adaptation of the SISCO SV academic stress questionnaire to the context of the crisis by COVID-19. [citada:2020] Available in:

<https://revistas.uncp.edu.pe/index.php/socialium/article/view/669/876>

- 38.** Huyhua S. Tejada S y Diaz R. Feelings of adolescents facing social isolation due to COVID-19 from the phenomenological methodology. [citada:2020] Available in: <http://www.revenfermeria.sld.cu/index.php/enf/article/view/4176>
- 39.** Mamidipalli S., Karthik S., y Mahant S. Mental health problems faced by healthcare workers due to the COVID-19 pandemic–A review. Science Direct [Publicación periódica en línea] 2020 (Vol/51). Disponible en: <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S1876201820302306>
- 40.** Ortiz M. Puentes V. Y Vergaño L. Estudio descriptivo sobre el impacto emocional (depresión, ansiedad y estrés) durante el aislamiento social preventivo ocasionado por la pandemia del COVID-19 en la población del municipio de Girardot. [Publicado en línea] 2020. Disponible en: <https://repository.uniminuto.edu/handle/10656/11730?locale-attribute=es>

## ANEXOS

### Anexo 1: Consentimiento informado

#### CONSENTIMIENTO INFORMADO PARA PADRES DE FAMILIA

Las alumnas Huete Abad Milagros Karina y Lopez Quintana Zuly Deherly de la escuela profesional de enfermería de la universidad Cesar Vallejo; en su investigación titulada: "Nivel de estrés frente al confinamiento por pandemia en adolescentes de un asentamiento humano de San Juan de Lurigancho - 2021" para determinar el nivel de estrés en adolescentes, por este motivo queremos saber si usted permite la participación de su menor hijo en dicho estudio estudio.

Si deciden no participar en el estudio no perjudicará nada a sus hijos

Mientras se realiza el estudio tienes alguna duda puedes preguntarnos todo lo que desees saber y si más adelante no desea seguir con el estudio, puede parar cuando desee.

Yo:

---

Si deseo participar

---

No deseo participar

Gracias por su participación Atte. Estudiantes

## Anexo 2: Instrumentos

### TEST DEL ESTRÉS

**INSTRUCCIONES:** A continuación, se le presenta un conjunto de preguntas marque con una X la respuesta que cree conveniente con responsabilidad y atendiendo a las indicaciones específicas. El propósito de este trabajo es recoger información sobre nivel de estrés frente al confinamiento por pandemia en adolescentes. Nunca 1, Rara vez 2, A veces 3, Casi siempre 4, Siempre 5.

|    | <b>REACCIONES FÍSICAS</b>                           | <b>1<br/>N</b> | <b>2<br/>R</b> | <b>3<br/>AV</b> | <b>4<br/>CS</b> | <b>5 S</b> |
|----|---|----------------|----------------|-----------------|-----------------|------------|
| 1  | Tienes trastornos en el sueño.                      |                |                |                 |                 |            |
| 2  | Tienes fatiga crónica (cansancio permanente)        |                |                |                 |                 |            |
| 3  | Tienes dolores de cabeza o migrañas                 |                |                |                 |                 |            |
| 4  | Problemas de digestión, dolor abdominal o diarrea   |                |                |                 |                 |            |
| 5  | Te Rascas, o muerdes las uñas                       |                |                |                 |                 |            |
| 6  | Tienes somnolencias o mayor necesidad de dormir     |                |                |                 |                 |            |
|    | <b>REACCIONES PSICOLÓGICAS</b>                      | <b>1<br/>N</b> | <b>2<br/>R</b> | <b>3<br/>AV</b> | <b>4<br/>CS</b> | <b>5 S</b> |
| 7  | Siente inquietud para relajarse                     |                |                |                 |                 |            |
| 8  | Tiene sentimientos de depresión y tristeza          |                |                |                 |                 |            |
| 9  | Se siente angustiado(a) o desesperado(a)            |                |                |                 |                 |            |
| 10 | Tiene problemas de concentración                    |                |                |                 |                 |            |
| 11 | Se ha sentido agresivo(a) o irritable               |                |                |                 |                 |            |
|    | <b>REACCIONES CONDUCTUALES</b>                      | <b>1<br/>N</b> | <b>2<br/>R</b> | <b>3<br/>AV</b> | <b>4<br/>CS</b> | <b>5 S</b> |
| 12 | Tiene conflictos o tendencia a polemizar o discutir |                |                |                 |                 |            |
| 13 | Se siente Aislado(a) de los demás                   |                |                |                 |                 |            |
| 14 | Siente desgano para realizar las labores cotidianas |                |                |                 |                 |            |
| 15 | Aumento o disminuyo del apetito                     |                |                |                 |                 |            |
| 16 | Tienes pensamientos negativos                       |                |                |                 |                 |            |

### Anexo 3: Matriz de operacionalización de variables

| VARIABLE                                | DEFINICIÓN CONCEPTUAL   | DEFINICIÓN OPERACIONAL  | DIMENSIONES  | INDICADORES  | ESCALA DE MEDICIÓN   |
|---|---|---|--|--|--|
| Nivel de estrés frente al confinamiento | Según Erades, N Y Morales, A (2020) Menciona que el nivel de estrés frente al confinamiento afecta el bienestar del adolescente porque atraviesa situaciones como: cierre de las instituciones, aislamiento social, difusión en los hábitos, etc. Por lo cual todo ello genera diversos factores estresantes perjudicando severamente su salud. | El nivel de estrés frente al confinamiento causa en los adolescentes trastornos en las reacciones físicas, psicológicas y conductual ante situaciones estresantes por lo cual genera cambios en el cuerpo y mente. Técnica que se utilizó el uso de la psicometría mediante un test de estrés que consta de 16 preguntas cuya respuesta está valorada: Nunca =1, rara vez=2, a veces=3, casi siempre=4, siempre=5. El instrumento de recolección de datos es un cuestionario con un índice de confiabilidad alta de 0.60. | Reacciones físicas<br><br>Reacciones psicológicas<br><br>Reacciones conductuales | Trastorno del sueño<br>Dolores físicos<br>Problemas digestivos<br><br>Inquietud<br>Depresión<br>Angustia<br>Irritabilidad<br>Concentración<br><br>Conflictos sociales<br>Trastorno alimenticio<br>pensamientos negativos | Escala ordinal<br><br><b>Variable</b><br>Sin estrés (0-21), estrés bajo (22-41), estrés medio (42 - 62), estrés alto (63 - 80).<br><br><b>Dimensiones:</b><br><br><b>Reacciones físicas</b><br>Sin estrés (0 – 7)<br>Estrés bajo (8 – 15)<br>Estrés medio (16 – 23)<br>Estrés alto (24 – 30)<br><br><b>Reacciones psicológicas</b><br>Sin estrés (0 – 6)<br>Estrés bajo (7 – 12)<br>Estrés medio (13 – 18)<br>Estrés alto (19 – 25)<br><br><b>Reacciones conductuales</b><br>Sin estrés (0 – 6)<br>Estrés bajo (7 – 12)<br>Estrés medio (13 – 18)<br>Estrés alto (19 – 25) |



## Anexo 4: Carta de presentación



"Año del Bicentenario del Perú: 200 años de independencia"

San Juan de Lurigancho, 10 de septiembre del 2021

CARTA N°032-2021-CP ENF/UCV-LIMA ESTE

**Sra. Paz Poma de Tarazona.**  
**Presidente**  
**Asociación de Posesionarios, Jicamarca.**

*De mi mayor consideración:*

La que suscribe, ~~Mgtr.~~ Luz María Cruz Pardo, Coordinadora de la Carrera Profesional de Enfermería, de la Facultad de Ciencias de la Salud de la Universidad César Vallejo Lima Este, tiene el agrado de presentar a las investigadoras, ~~Huete~~ Abad Milagros con DNI N°45700791 y ~~Lopez~~ Quintana, Zuly con DNI N°70871659 estudiantes de nuestra institución educativa, que cursa actualmente el X ciclo, quienes optarán el Título Profesional de Licenciada en Enfermería por nuestra Universidad con el Trabajo de Investigación titulado "**Nivel de estrés frente al confinamiento por pandemia en adolescentes de la Asociación de Posesionarios, Jicamarca 2021..**" para lo cual, solicito a usted conceda la autorización del campo de investigación para poder ejecutar dicho proyecto, con el objetivo de contribuir con un aporte científico, que repercutirá positivamente en la salud de la población y/o a la Carrera Profesional de Enfermería.

Adjunto: Proyecto de investigación aprobado por la UCV Lima Este, incluye instrumento de recojo de información.

María Cruz Pardo  
Coordinadora Académica de la C.P. de Enfermería  
UCV – Campus San Juan de Lurigancho

## Anexo 5: Carta de aceptación



UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO

"Año del Bicentenario del Perú: 200 años de independencia"

San Juan de Lurigancho, 06 de octubre 2021

Señora:

Mg. Luz María Cruz Pardo

Coordinadora Académica de la C.P de Enfermería

Filial Lima – Campus Lima Este

Universidad Cesar Vallejo


Presente:

Yo, Paz Poma de Tarazona Marilú Leslye, presidenta de la Asociación de Posesionarios, Jicamarca. Previo un atento saludo me dirijo a usted, en referencia a la carta N° 32-2021- CP ENF/UCV-LIMA ESTE, con el motivo de presentar a los estudiantes: **HUETE ABAD, MILAGROS** con DNI 45700791 y **LOPEZ QUINTANA, ZULY** con DNI:70871659 que cursan el X ciclo de enfermería de la Universidad Cesar Vallejo, quienes se encuentran desarrollando su trabajo de investigación titulado: **"Nivel de estrés frente al confinamiento por pandemia en adolescentes de la Asociación de Posesionarios, Jicamarca 2021"**

Para tal efecto, brindamos la atención solicitada y facilidades de acceso, a fin de que pueda realizar las encuestas requeridas para dicho trabajo de investigación. Sin otro en particular, me despido de usted.

Atentamente

Paz Poma de Tarazona Marilú

  
MARILU PAZ POMA DE TARAZONA  
PRESIDENTE APSLA  
DNI 10365549



## Anexo 6: Fotografías



