

FACULTAD DE HUMANIDADES

**ESCUELA ACADÉMICO PROFESIONAL DE
PSICOLOGÍA**



UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO

**ESTRATEGIAS DE AFRONTAMIENTO AL
ESTRÉS Y NIVELES DE DEPRESIÓN EN MADRES
DE 20 A 45 AÑOS DE EDAD DE LAS
INSTITUCIONES EDUCATIVAS DE LA
PROVINCIA DE SIHUAS - ANCASH**

**TESIS PARA OBTENER EL TÍTULO PROFESIONAL DE
LICENCIADA EN PSICOLOGÍA**

AUTORA:

TEOLY BELKYS, ROMERO VILLACHICA

ASESORES:

MG. LUIS ALBERTO, BARBOZA ZELADA

DRA. ROSARIO, NÚÑEZ HERRERA

LIMA – PERÚ

2013

DEDICATORIA

Quiero dedicarles este trabajo a mis Padres por estar ahí cuando más los necesito; como también a mis hermanas Yulisa, Karen, Sharon y Camila a quienes quiero mucho, gracias por su constante cooperación y ayuda en los momentos más difíciles. Además a mis amigas que de una u otra forma colaboraron con palabras de aliento o una simple escucha para que este trabajo culminara satisfactoriamente.

AGRADECIMIENTOS

Mi agradecimiento sincero a todas aquellas personas que creyeron en mí y me brindaron su apoyo incondicional.

Debo agradecer a Dios por darme la vida y por permitir que pueda compartir con mi familia y amigos de la escuela, colegio, academia, universidad y del barrio momentos bonitos que quedarán en el recuerdo por siempre, por enseñarme el camino de la sabiduría y la felicidad, siento que sin ti no podría llegar a ningún lado. Te agradezco por todos los momentos buenos y malos que he pasado en esta vida, ya que de ellos he sabido afrontar y seguir adelante. Ilumina mi camino siempre.

Además, debo agradecer a mis docentes por la gran entrega que han demostrado durante la elaboración de esta investigación, por sus grandes saberes que nos han transmitido en todo el proceso de la elaboración de tesis, así mismo quiero agradecer a quienes sin su ayuda, no podría haber hecho la presente investigación: MG. Luis Barboza y Dr. José Vallejos, quienes han puesto lo que siempre da un buen maestro. Muchas gracias.

Gracias a mi familia por apoyarme siempre en este largo y, a veces, arduo camino, quienes representan para mí la inspiración más grande, pues me tuvieron mucha paciencia cuanto más lo necesitaba e hicieron realidad el sueño de culminar la carrera de psicología y lograr mi titulación.

Agradezco a las maravillosas mujeres que participaron de esta experiencia, compartiendo conmigo sus vivencias, sueños y esperanza.

PRESENTACIÓN

La presente investigación que lleva por título: “Estrategias de afrontamiento al estrés y niveles de depresión en madres de 20 a 45 años de edad en las Instituciones Educativas de la Provincia de Sihuas - Ancash”, se centra en estudiar la relación que existe entre la variable estrategias de afrontamiento al estrés y la variable niveles de depresión, existen varias razones por el cual se realiza esta investigación ya que dicha población no ha sido investigada. La población son madres de familia que tiene hijos en las Instituciones Educativas de la provincia, a través de estas variables podríamos saber cuántas están siendo afectadas las madres de familia por los estímulos estresores, referidos al ámbito familiar se procedió, primero, a determinar cuáles son las estrategias más utilizadas y cuáles son los niveles de depresión más frecuentes por las madres, para así poder reconocer los recursos emocionales que tiene la población.

El contenido de esta investigación está distribuido en capítulos, donde la primera parte se encontrará con la introducción, el problema de investigación, planteamiento del problema, formulación del problema, así como la justificación de la investigación, antecedentes que han venido estudiando las variables con anterioridad y los objetivos tanto general como específicos. Además, se hace referencia al marco teórico y conceptual de las variables, donde se encontraran los modelos teóricos y conceptos de las variables Estrategias de afrontamiento al estrés y Niveles de depresión.

En la segunda parte, se encontrará el marco metodológico, que detalla la metodología empleada durante la investigación, aborda la hipótesis, variables, el tipo de investigación, métodos de investigación, describe las características de la población y muestra, así como los métodos y técnicas utilizados en la presenta investigación.

En la tercera parte, se evidencian los resultados obtenidos en tablas y realizados en el programa SPSS, posteriormente se hace la discusión de los resultados en la cuarta parte. En las páginas posteriores se encuentran las

conclusiones, sugerencias, referencias bibliográficas del trabajo de investigación y finalizaremos con los anexos.

ÍNDICE	pág.
Agradecimiento	ii
Presentación	iii
Índice	vi
Índice de tablas	v
RESUMEN	vi
ABSTRACT	vii

1. INTRODUCCION

1.1 PLAN DE INVESTIGACIÓN	11
1.1.1 Planteamiento del problema	11
1.1.2 Formulación del problema	12
1.1.3 Justificación	12
1.1.4 Antecedentes	13
1.1.4.1 Nacionales	13
1.1.4.2 Internacionales	15
1.1.5 Objetivos	17
1.1.5.1 General	17
1.1.5.2 Especifico	17
1.2 MARCO TEÓRICO	18
1.2.1 Estrategias de afrontamiento	18
1.2.1.1 Antecedentes históricos	20
1.2.1.2 Enfoques teóricos	21
1.2.1.3 Tipos de afrontamiento	23
1.2.1.4 Factores que influyen en las estrategias de Afrontamiento	24
1.2.1.5 Estrés y mujer	27
2.1.1 Depresión	28
2.1.1.1 Aspectos históricos de la depresión	29
2.1.1.2 Factores de riesgo de la depresión en mujeres	32
2.1.1.3 Síntomas de la depresión	33
2.1.1.4 Epidemiología de la depresión	34
2.1.1.5 Consecuencias de la depresión	35

2.1.1.6 Teorías sobre la depresión de (Modelo cognitivo de Beck)	36
2.1.2 Mujeres en Depresión	37
1.2. Marco Conceptual	38
1.2.1 La teoría Estilo de Afrontamiento Lazarus & Folkman	38
1.2.2 Depresión según Beck	40
II. MARCO METODOLÓGICO	42
2.1. Hipótesis	42
2.2. Variables	42
2.2.1. Definición conceptual	42
2.2.2. Definición operacional	42
2.3. Metodología	43
2.3.1. Tipos de estudio	43
2.3.2. Diseño	43
2.4 Población, muestra y muestreo	44
2.5. Método de investigación	45
2.6. Técnicas e instrumentos de recolección de datos	46
2.7 Métodos de análisis de datos	51
III. RESULTADOS	52
IV. DISCUSIÓN	59
V. CONSLUSIONES	63
VI. CONSECUENCIAS	64
VII. REFERENCIAS	65
VIII. ANEXOS	71

Índice de tablas	pág.
Tabla 1 : Descripción de la muestra según edad.	43
Tabla 2 : Estadísticos de fiabilidad del COPE para el piloto.	47
Tabla 3 : Estadísticos de fiabilidad del COPE para la muestra total.	48
Tabla 4 : Estadísticos de fiabilidad del IDB para la muestra total.	50
Tabla 5 : Descripción de la muestra según grado de instrucción.	52
Tabla 6 : Estrategias de afrontamiento al estrés.	53
Tabla 7 : Niveles de depresión.	54
Tabla 8 : Prueba de normalidad.	54
Tabla 9 : Correlación entre las dimensiones de estilos de afrontamiento al estrés y niveles de depresión a través del Rho de Spearman	55
Tabla 10 : Descripción de las estrategias de afrontamiento dirigido al problema y emoción.	56
Tabla 11 : Correlación de las estrategias de afrontamiento y niveles de depresión, en madres con Estilo de Afrontamiento al Estrés Dirigido al Problema.	56
Tabla 12 : Correlación de las estrategias de afrontamiento y niveles de depresión, en madres con Estilo de Afrontamiento al Estrés Dirigido a la emoción.	58

RESUMEN

El objetivo de la presente investigación es establecer la relación entre las estrategias de afrontamiento al estrés y los niveles de depresión en las madres de familia 20 a 45 años de edad, quienes sus hijos estudian en las Instituciones Educativas de la Provincia de Sihuas – Ancash. Se empleó el método descriptivo correlacional para describir y relacionar los estilos de afrontamiento al estrés y los niveles de depresión. Se evaluó a 270 madres de familia, cuyas edades fluctuaron entre los 20 a 45 años de edad. Se utilizó el Cuestionario de Afrontamiento al Estrés (COPE) y el Inventario de Depresión de Beck (IDB-II). Los resultados indican que no existe correlación significativa entre las estrategias de afrontamiento al estrés con los niveles de depresión. Ninguna de los diferentes cocientes de correlación es menor que 0.05, así mismo se observa en las estrategias de de afrontamiento al estrés en las madres de familia, siendo la mayoría de estrategias tiene una mediana de 9; a excepción de la estrategia análisis de las emociones y planificación de actividades con una media de 10, así como conductas inadecuadas y distracción, ambos con una media de 8. Sin embargo, los niveles de depresión en las mujeres, siendo el mayor puntaje en ausencia de depresión con un 42.2% del total de encuestadas, seguidos con un 18,9% el nivel de depresión leve y por último un nivel severo con 18.5%.

PALABRAS CLAVE: Afrontamiento al estrés, niveles de depresión, madres de familia.

ABSTRACT

The aim of this research is to establish the relationship between coping strategies to stress and depression levels in mothers of 20-45 years of age Educational Institutions Sihuas Province - Ancash. We employed descriptive correlational method to describe and relate the stress coping styles and levels of depression. We evaluated 270 mothers, whose ages ranged between 20-45 years old. Was used to Estés Coping Questionnaire (COPE) and the Beck Depression Inventory (BDI-II). The results indicate no significant correlation between stress coping with depression levels. None of the different ratios of correlation is less than 0.05, and the same is observed in the strategies of coping with stress in mothers of families, the majority of strategies has a median of 9, with the exception of the strategy analysis of emotions and planning of activities with an average of 10, as well as inappropriate behavior and distraction, both with an average of 8. However, the levels of depression in women, the highest score in the absence of depression with 42.2% of the total respondents, followed with 18.9% mild depression level and finally a severe level with 18.5%.

KEYWORDS: Coping with stress, depression levels, and mothers.