

**UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO**

**FACULTAD DE HUMANIDADES**

**ESCUELA PROFESIONAL DE PSICOLOGÍA**



**TESIS**

**“Efectos De La Aplicación De Un Programa Basado En Técnicas Cognitivo Conductuales Sobre Los Modos De Afrontamiento Del Estrés En Pacientes Con Hipertensión Arterial Que Asisten A Un Centro Médico De La Ciudad De Piura 2011”**

**PARA OPTAR EL TÍTULO DE:**

**LICENCIADA EN PSICOLOGÍA**

**AUTORA:**

**Br. ROMERO HOFFMEISTER CARLA**

**ASESOR:**

**Mg. OSCAR VELA MIRANDA**

**PIURA – PERU**

**2011**

## DEDICATORIA

Ofrezco este trabajo en primer lugar a Dios por haberme permitido llegar al fin de este trabajo, cuidándome y dándome fuerzas todo el tiempo.

A mis padres, al que está arriba, por haber hecho gran parte de lo que ahora soy, a José, por ser como otro padre para mí y a mi mamá por haberme brindado tanto amor, y por enseñarme tanto.

A la Asociación de Yachachiq Solcode por acompañarme durante estos últimos años.

A las personas que hicieron posible la realización de esta investigación, entre ellas, a mi asesor Mg. Oscar Vela Miranda.

*A "Angie" por aguantarme largas noches en su casa, ayudándome a ver las cosas de una forma más clara, y a Jacqui por ayudarme a entender lo que pensé que nunca entendería.*

**CARLA**

## AGRADECIMIENTOS

Agradecemos de manera muy especial:

- Al Dr. Hernán Saldarriaga Rangel por haberme permitido la realización de esta investigación en el centro médico que dirige.
- A mi asesor, Mg. Oscar Vela por haber contribuido en la realización de la investigación.
- A las Asociación de Damas Salesianas por permitirme ingresar a realizar prácticas PRE – profesionales (internado), al centro médico Bosconia, gracias a las cuales pude observar de cerca la realidad que viven los pacientes que diariamente acuden a los diferentes servicios, en especial los pacientes que sufren hipertensión arterial. De manera especial a la presidenta de las Damas Salesianas, Adria Acevedo de Farías, por brindarme las instalaciones necesarias para la realización del programa; a la administradora, Sra. Cita Nole, por su comprensión y cariño, a Luis Ballesteros, por ayudarme con los pacientes hipertensos y por estar siempre pendiente de cualquier detalle; al Lic. Peter Girón, jefe de enfermería, porque gracias a su ayuda y experiencia se logro crear el “Club de hipertensos” y nuevamente al Dr. Hernán Saldarriaga por ser un gran ser humano y excelente ejemplo a seguir.

## PRESENTACIÓN

Señores miembros del jurado calificador, Cumpliendo con las disposiciones vigentes emanadas por el Reglamento de Grados y Títulos de la Universidad César Vallejo, Facultad de Humanidades, Escuela Profesional de Psicología, someto a vuestro criterio profesional la evaluación del presente trabajo de investigación titulado “Efectos de la aplicación de un programa basado en técnicas cognitivo conductuales sobre los modos de afrontamiento del estrés en pacientes con hipertensión arterial que asisten a un centro médico de la ciudad de Piura”, elaborado con el propósito de obtener el título profesional de Licenciado en Psicología.

El presente estudio tuvo como objetivo determinar los efectos antes y después de la aplicación de un programa basado en técnicas cognitivas conductuales sobre los modos de afrontamiento del estrés en un grupo de pacientes con Hipertensión arterial del centro médico de la ciudad de Piura en un grupo control.

Con la convicción de que se le otorgará el valor justo y mostrando apertura a sus observaciones, le agradezco por anticipado por las sugerencias y apreciaciones que se brinden a la investigación.

Piura, 25 de Junio del 2011

## RESUMEN

Se efectuó el estudio con la finalidad de determinar los efectos de un programa basado en técnicas cognitivo conductuales en pacientes con hipertensión arterial que asisten a un centro médico de la ciudad de Piura. Se trata de un estudio cuasi experimental. Se selecciono de manera aleatoria a 22 sujetos que cumplieron con las características. De lo cual 11 de ellos fueron sometidos al programa (grupo experimental) y los otros 11 continuaron con su vida rutinaria (grupo control).

Se utilizó como instrumento el cuestionario de Modos de afrontamiento del estrés (CARVER), adaptado al español por Salazar C. Víctor en 1993; el cual goza de confiabilidad y validez. Los resultados generales de esta investigación revelan que existen diferencias estadísticamente significativas antes y después de la aplicación de un programa basado en técnicas cognitivo conductuales en los pacientes con hipertensión arterial que asisten a un centro médico de la ciudad de Piura.

**Palabras claves:** Modos de Afrontamiento del estrés, Programa cognitivo conductual.

## ABSTRACT

The study was conducted with the purpose of determining the effects of a cognitive behavioral program in high blood pressure's patients in a Piura medical center.

This is a quasi-experimental study. Were selected at random to 22 subjects who meet the characteristics. Of wish 11 were subjects to the program (experimental group) and the others 11 continued with it's routine life (control group). The instrument used was Inventory of Strategies of Coping: (CARVER), Having found that exists statistically significant differences before and after to apply a cognitive behavioral program.

Key Words: Inventory of Strategies of Coping, cognitive behavioral program.

# INDICE

Portada	
Dedicatoria.....	ii
Agradecimiento.....	iii
Presentación.....	iv
Resumen y Abstract.....	v
Índice	
ψ De Contenido.....	vii
ψ De Tablas.....	x
Introducción.....	xi

## CAPITULO I. MARCO METODOLÓGICO

1.1. El Problema.....	15
1.1.1. Selección Del Problema.....	18
1.1.2. Formulación Del Problema.....	18
1.1.3. Justificación.....	19
1.1.4. Limitaciones.....	19
1.2. Objetivos	
1.2.1. Objetivo General.....	20
1.2.2. Objetivos Específicos.....	20
1.3. Variables – Indicadores	
1.3.1. Variables E Indicadores.....	21
1.4. Hipótesis	
1.4.1. Hipótesis General.....	22
1.4.2. Hipótesis Específicas.....	22
1.5. Diseño De Ejecución	
1.5.1. Tipo De Investigación.....	23
1.5.2. Diseño De Investigación.....	23
1.5.3. Población Muestra.....	24
1.5.3.1. Población.....	24
1.5.3.1.1. Criterios De Inclusión.....	24

1.5.3.1.2. Criterios De Exclusión.....	24
1.5.4. Técnicas e Instrumentos, Fuentes E Informantes	
1.5.4.1. Técnicas.....	25
1.5.4.2. Instrumentos.....	25
1.5.4.3. Informantes.....	28
1.5.5. Procedimiento.....	28

## **CAPITULO II. Marco Referencial Científico**

2.1. Antecedentes	
2.1.1. Internacionales.....	30
2.1.2. Nacionales.....	31
2.1.3. Locales.....	32
2.2. Marco Teórico	
2.2.1. Enfermedad crónica.....	34
2.2.1.1. Clasificación de las enfermedades crónicas.....	34
2.2.2. Síndrome del estrés.....	35
2.2.2.1. La primera formula del estrés.....	36
2.2.2.2. La segunda fórmula del estrés.....	39
2.2.2.3. El circuito de retroalimentación negativo.....	40
2.2.3. La intervención cognitiva del estrés.....	41
2.2.3.1. El afrontamiento o Coping.....	42
2.2.4. Conceptos de afrontamiento.....	43
2.2.4.1. Características del afrontamiento.....	46
2.2.4.2. Modos de afrontamiento al estrés.....	47
2.2.5. Estrés y salud.....	48
2.2.6. Terapia cognitivo- conductual.....	49
2.3. Marco Conceptual	
2.3.1. Hipertensión arterial.....	49
2.3.2. Afrontamiento.....	50



2.3.3. Modos de afrontamiento.....	50
2.3.4. Programa cognitivo-conductual.....	51
<b>CAPITULO III. Descripción de Resultados .....</b>	<b>53</b>
<b>CAPITULO IV. Contrastación de Hipótesis.....</b>	<b>58</b>
<b>CAPITULO V. Discusión de Resultados.....</b>	<b>60</b>
<b>CAPITULO VI. Conclusiones y Recomendaciones</b>	
6.1. Conclusiones.....	65
6.2. Recomendaciones.....	66
<b>CAPITULO VII. Referencias y Anexos</b>	
7.1. Referencias	
Bibliográficas.....	68
Tesis.....	69
Linkografías.....	70
7.2. Anexos.....	71

## INDICE DE TABLAS

<b>Tabla N°1:</b> Comparación del promedio de puntajes de los modos de afrontamiento del estrés en el grupo experimental y en el grupo control antes de la aplicación de un programa basado en técnicas cognitivo conductuales.....	40
<b>Tabla N°2:</b> Comparación del promedio de puntajes de los modos de afrontamiento del estrés en el grupo experimental y en el grupo control después de la aplicación de un programa basado en técnicas cognitivo conductuales.....	41
<b>Tabla N°3:</b> Comparación del promedio de puntajes de los modos de afrontamiento del estrés en el grupo experimental y en el grupo control antes y después de la aplicación de un programa basado en técnicas cognitivo conductuales.....	42
<b>Tabla N°4:</b> Comparación del promedio de puntajes de los modos de afrontamiento del estrés detallado por estilos en el grupo experimental y en el grupo control antes y después de la aplicación de un programa basado en técnicas cognitivo conductuales. ....	43