



ESCUELA DE POSGRADO
UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO

**Estresores y estrategias de afrontamiento del personal
asistencial en el centro de salud de Huasahuasi. Tarma -
2018**

TESIS PARA OBTENER EL GRADO ACADÉMICO DE:

Maestra en Gestión de los Servicios de Salud

AUTORA:

Br. Murillo Huamán Cary

ASESOR:

Dr. Mucha Hospinal Luis Florencio

SECCIÓN:

Ciencias Médicas

LÍNEA DE INVESTIGACION:

Calidad de las prestaciones asistenciales

PERÚ – 2018

DEDICATORIA

Esta tesis lo dedico a mi hermosa madre que en paz descanse, quien me apoyo siempre incondicionalmente día a día para ser una mejor profesional. También lo dedico a mis pequeños hijos, quienes me han sabido entender durante mis estudios.

Cary

AGRADECIMIENTO

A mis padres por haberme criado con valores, y guiado para ser una persona de éxito profesionalmente para así ser el orgullo de ellos.

A todos mis familiares que día a día me van alentando para seguir el buen camino del éxito profesionalmente.

A todos mis Doctores que gracias a sus conocimientos saldremos titulados como Maestros en salud y seguiremos sus ejemplos de ellos.

A la Universidad Cesar Vallejo por esta oportunidad de estudio que nos brinda y a la alta jerarquía que lo dirige.

La autora.

DECLARACION DE AUTENTICIDAD

Yo, Murillo Huamán, Cary, alumna egresada de la Maestría en Gestión de los Servicios de la salud de la Universidad Cesar Vallejo, identificada con DNI N° 21125227, con la tesis titulada “Estresores y estrategias de afrontamiento del personal asistencial en el centro de salud de Huasahuasi. Tarma – 2018”

Declaro bajo juramento que:

1. La presente investigación es de mi autoría
2. Las citas y referencias de las fuentes utilizadas fueron consideradas según las normas internacionales. Esta investigación no ha sido plagiada parcial ni totalmente.
3. La presente tesis no ha sido presentada para la obtención de otros grados ni títulos profesionales.
4. Los resultados obtenidos son verídicos, no han sido falseados, constituyéndose valiosos aportes a la realidad problemática.

De identificarse falsedad en la investigación como plagio, auto plagio, falsificación me someto a las sanciones y normas de la Universidad Cesar Vallejo.

Trujillo, julio del 2018



CARY MURILLO HUAMAN
DNI: 21125227

PRESENTACIÓN

A los señores Miembros del Jurado de la Escuela de Posgrado de la Universidad Cesar Vallejo, presento ante ustedes la tesis titulada “Estresores y estrategias de afrontamiento del personal asistencial en el centro de salud de Huasahuasi. Tarma 2018”, en cumplimiento al Reglamento de Grados y Títulos de la Universidad Cesar Vallejo para optar el Grado de Maestra en Gestión de los Servicios de Salud.

La presente investigación comprende siete capítulos. En el primero se presenta la introducción, la realidad problemática, los trabajos previos, teorías relacionadas al tema, formulación del problema, justificación del estudio, hipótesis y objetivos. En el segundo capítulo se expone el método, en ella el diseño de investigación, variables, operacionalización, población y muestra, técnicas e instrumentos de recolección de datos, validez y confiabilidad, método y muestra, técnicas e instrumentos de recolección de datos, aspectos éticos, métodos de análisis de datos. En el tercero tenemos los resultados de la investigación, en el cuarto capítulo se expone la discusión, en el quinto tenemos las conclusiones, en el sexto capítulo las recomendaciones y por último el séptimo las referencias y los anexos.

Atentamente.

La autora

ÍNDICE

	Pág.
Carátula	i
Página del jurado	ii
Dedicatoria	iii
Agradecimiento	iv
Declaracion de autenticidad	v
Presentación	vi
Índice	vii
Indice de cuadros	ix
Indice de tablas	x
Indice de figuras	xi
Indice de graficos	xii
RESUMEN	xiii
ABSTRACT	xiv
I. INTRODUCCION	15
1.1. Realidad problemática	16
1.2. Trabajos Previos.	18
1.3. Teorías relacionadas al tema	22
1.4. Formulación del problema	29
1.5. Justificación del estudio.	30
1.6. Hipótesis	30
1.7. Objetivos	31
II. MÉTODO	32
2.1. Diseño de investigación	33
2.2. Variables operacionalización	34

2.3.	Población y muestra	36
2.4.	Técnicas e instrumentos de recolección datos, validez y confiabilidad	38
2.5.	Métodos de análisis de datos	40
2.6.	Aspectos éticos	40
III.	RESULTADOS	41
3.1.	Frecuencia y porcentaje de la variable estresores	41
3.2.	Frecuencia y porcentaje de la variable estresores	45
3.3.	Coefficiente de correlación y contrastación de hipótesis general	49
IV.	DISCUSION	62
V.	CONCLUSIONES	67
VI.	RECOMENDACIONES	68
VII.	REFERENCIAS	69
	ANEXOS	71
	Anexo N°01: Instrumento	
	Anexo N°02: Validación de los instrumentos	
	Anexo N°03: Matriz de consistencia	
	Anexo N°04: Constancia que acredita la realización del estudio	
	Anexo N°05: Base de datos de confiabilidad del instrumento estresores	
	Anexo N°06: Base de datos de confiabilidad del instrumento estrategias de afrontamiento	
	Anexo N°07: Base de datos	
	Anexo N°08: Evidencias fotográficas	

INDICE DE CUADROS

	Pág.
Cuadro 1. Operacionalización de la variable estresores.	35
Cuadro 2. Operacionalización de la variable estrategias de afrontamiento	36
Cuadro 3 . Personal asistencial del Centro de Salud de Huasahuasi. Tarma	37
Cuadro 4 . Correlación entre estresores y estrategias de afrontamiento	49
Cuadro 5 . Interpretación para el coeficiente de correlación	50
Cuadro 6. Correlación entre estresores y estrategias de afrontamiento en la dimensión resolución del problema	52
Cuadro 7. Interpretación para el coeficiente de correlación	53
Cuadro 8. Correlación entre estresores y estrategias de afrontamiento en la dimensión pensamiento desiderativo	55
Cuadro 9. Interpretación para el coeficiente de correlación	56
Cuadro 10. Correlación entre estresores y estrategias de afrontamiento en la dimensión reconstrucción cognitiva	58
Cuadro 11. Interpretación para el coeficiente de correlación	59

INDICE DE TABLAS

	Pág.
Tabla 1. Frecuencia y porcentaje sobre la variable estresores	41
Tabla 2. Frecuencia y porcentaje sobre estresores en la dimensión ambiente físico	42
Tabla 3. Frecuencia y porcentaje sobre estresores en la dimensión tarea	43
Tabla 4. Frecuencia y porcentaje sobre estresores en la dimensión organización	44
Tabla 5. Frecuencia y porcentaje sobre la variable estrategias de afrontamiento	45
Tabla 6. Frecuencia y porcentaje sobre estrategias de afrontamiento en la dimensión resolución del problema	46
Tabla 7. Frecuencia y porcentaje sobre estrategias de afrontamiento en la dimensión pensamiento desiderativo	47
Tabla 8 . Frecuencia y porcentaje sobre estrategias de afrontamiento en la dimensión reconstrucción cognitiva	48

INDICE DE FIGURAS

	Pág.
Figura 1. Frecuencia y porcentaje sobre la estresores	41
Figura 2. Frecuencia y porcentaje sobre estresores en la dimensión ambiente físico	42
Figura 3. Frecuencia y porcentaje sobre estresores en la dimensión tarea	43
Figura 4. Frecuencia y porcentaje sobre estresores en la dimensión organización	44
Figura 5. Frecuencia y porcentaje sobre la variable estrategias de afrontamiento	45
Figura 6. Frecuencia y porcentaje sobre estrategias de afrontamiento en la dimensión resolución del problema	46
Figura 7 . Frecuencia y porcentaje sobre estrategias de afrontamiento en la dimensión pensamiento desiderativo	47
Figura 8. Frecuencia y porcentaje sobre estrategias de afrontamiento en la dimensión reconstrucción cognitiva	48

INDICE DE GRAFICOS

	Pág.
Gráfico 1 . Correlación entre estresores y estrategias de afrontamiento	50
Gráfico 2. Correlación entre estresores y estrategias de afrontamiento en la dimensión resolución del problema	53
Gráfico 3. Correlación entre estresores y estrategias de afrontamiento en la dimensión pensamiento desiderativo	56
Gráfico 4. Correlación entre estresores y estrategias de afrontamiento en la dimensión reconstrucción cognitiva	59

RESUMEN

La presente investigación titulada: “Estresores y estrategias de afrontamiento del personal asistencial en el centro de salud de Huasahuasi. Tarma- 2018”, con la interrogante: ¿Cuáles son los estresores y estrategias de afrontamiento del personal asistencial en el centro de salud de Huasahuasi. Tarma- 2018?, tipo de investigación descriptiva, se tuvo como objetivo general determinar la relación de los estresores y estrategias de afrontamiento del personal asistencial en el centro de salud de Huasahuasi. Tarma, planteándose como hipótesis que existe relación entre los estresores y estrategias de afrontamiento del personal asistencial en el centro de salud de Huasahuasi. Tarma – 2018.

En la metodología se utilizó el método científico, con un diseño descriptivo correlacional, de corte transversal, prospectivo, la población y muestra fueron el personal asistencial del centro de salud de Huasahuasi, $n = 38$, para la recolección de datos se utilizaron dos cuestionarios una para cada variable. La validez de los instrumentos fue por juicio de expertos y la confiabilidad del Alfa de Cronbach para estresores ($,672 > 0,61$) y para estrategias de afrontamiento ($,637 > 0,61$).

Se tiene como resultados que existe correlación moderada entre los estresores y las estrategias de afrontamiento ($0.564 > 0.269$), baja correlación entre los estresores con la dimensión pensamiento desiderativo ($0.422 > 0.269$), resolución del problema ($0.330 > 0.269$) y reconstrucción cognitiva ($0.502 > 0.269$). Finalmente se concluye que se relacionan los estresores y estrategias de afrontamiento del personal asistencial en el centro de salud de Huasahuasi. Tarma – 2018.

Palabras Clave: Estresores, estrategias, afrontamiento, pensamiento, desiderativo, resolución, problema, reconstrucción, cognitiva.

ABSTRACT

The present research entitled: "Stressors and coping strategies of health care personnel in the health center of Huasahuasi. Tarma- 2018 ", with the question: What are the stressors and coping strategies of the health care personnel in the health center of Huasahuasi. Tarma-2018 ?, type of descriptive research, had as a general objective to determine the relationship of stressors and coping strategies of the healthcare personnel in the Huasahuasi health center. Tarma, considering as a hypothesis that there is a relationship between stressors and coping strategies of the healthcare personnel in the Huasahuasi health center. Tarma - 2018.

In the methodology, the scientific method was used, with a descriptive, correlational, cross-sectional, prospective design, the population and sample were the healthcare personnel of the Huasahuasi health center, $n = 38$, two data were used to collect the data; for each variable. The validity of the instruments was by expert judgment and the reliability of Cronbach's Alpha for stressors ($, 672 > 0.61$) and for coping strategies ($, 637 > 0.61$).

The results show that there is a moderate correlation between stressors and coping strategies ($0.564 > 0.322$), low correlation between stressors with the desiderative thinking dimension ($0.422 > 0.322$), problem resolution ($0.330 > 0.322$) and cognitive reconstruction ($0.502 > 0.322$). Finally, it is concluded that the stressors and coping strategies of the health personnel in the Huasahuasi health center are related. Tarma - 2018.

Keywords: Stressors, strategies, coping, thinking, desiderative, resolution, problem, reconstruction, cognitive.

I. INTRODUCCION

El estrés es un mecanismo natural, no se produce porque sí. La naturaleza tiene un uso para él y es la forma que tiene el organismo de protegerse. La naturaleza es sabia: prepara al cuerpo para luchar o huir. Si el individuo percibe que puede con la amenaza, la enfrenta y lucha. Si percibe que no puede, huye.

Es decir que tener un cierto nivel de estrés es bueno; lo malo es cuando el estrés aumenta tanto que se hace incontrolable. Si la situación no se revierte, afecta el ritmo normal de vida y produce un desgaste excesivo del organismo.

Si bien el estrés es una dinámica fuerza creativa, es, a la vez, una fuerza que atrae y que rechaza con algunos costos específicos, ya sea de tipo económicos o humanitarios.

En la industria, o en cualquier empresa hay costos de ausentismo, de disminución de la producción, de aumento de seguros, de gastos en salud, gastos en otro operario que reemplace al que está faltando, etc.

Los llamados estresores actúan sobre nuestro cuerpo activando el estrés. Son disparadores que tenemos en la vida diaria que, a veces en forma aislada o todos en conjunto, actúan estresándonos. Ellos son: sobrecarga en el trabajo poco tiempo para realizarlo, Ambigüedad de rol, Malas relaciones personales, etc.

Una vez que se toma conciencia del estrés, es necesario enfrentarlo, el ser humano desarrolla una serie de estrategias de afrontamiento para disminuir el estrés. Los resultados variara de acuerdo a cada persona, la principal estrategia es la actitud

La actitud se comunica, se trasluce, se ve en las personas a través de su tono de voz, la expresión facial, la postura, al delegar, al dirigir, al estrechar la mano, etc.

Una actitud mental negativa hace que se pierda el control de los actos. La actitud es un reflejo de los pensamientos de una persona. Una buena actitud puede cambiar fundamentalmente la orientación de las cosas.

Quien ve sólo lo negativo en las diversas situaciones de la vida, está malgastando su tiempo y ayudando a aumentar el estrés.

Entonces será necesario que conozcamos cual es la relación de los estresores y las estrategias de afrontamiento del personal asistencial en el centro de salud de Huasahuasi. Tarma – 2018.

1.1. Realidad problemática

Las condiciones laborales en el área asistencial se caracterizan por estresores que colocan a médicos y enfermeras en situaciones de riesgo permanente, circunstancias que les generan insatisfacción, frustraciones y desajustes cada vez mayores en su entorno laboral y que repercuten en la satisfacción personal e incluso a nivel familiar.

El personal que se encuentra expuesto a los estímulos estresantes desarrollara diferentes formas de respuesta individual al estrés, estas respuestas serán formas de afrontar y solucionar el estrés, experimentaran respuestas físicas, psicológicas y conductuales, que si estas no son adecuadas se pondrán en riesgo la salud del trabajador.

El trabajador estresado tiene mayor dificultad para tomar decisiones adecuadas, sufre pérdidas de memoria y falta de concentración, disminuyendo también su capacidad de análisis.

La Organización Mundial de la Salud (OMS)¹, define al estrés como una serie de respuestas o reacciones fisiológicas que prepara a la persona para hacer frente a la situación de estrés. Es decir, el organismo se pone en alerta biológica y lograr la supervivencia.

Así mismo, la OMS¹ considera al estrés laboral como el conjunto de respuestas que tiene la persona ante las demandas y exigencias del

centro laboral que se diferencian a sus aptitudes, conocimientos y gustos y que ponen a prueba al individuo sus estrategias para afrontar y resolver la situación problemática.

Considerando estas dos definiciones podemos afirmar que el estrés es una situación conflictiva que afecta al trabajador de salud produciendo un desequilibrio del organismo que repercute en su salud y exige una rápida adaptación y afrontamiento.

Según Rostagno H. ² (2015), considera que el estrés en el centro laboral es un problema de salud pública producto de la modernidad, incluso considerarla una epidemia en estos tiempos. Independientemente a la persona de toda condición, el estrés se intensifica con la responsabilidad el trabajo, ejerciendo muchas veces influencia negativa en las actitudes.

La jornada laboral permite que pasemos muchas horas sometidos a estímulos estresantes en nuestro centro laboral o pensando continuamente en las tareas o problemas que se tienen pendientes, existe una situación permanente de estrés que preocupa mucho al trabajador no solo por lo que hace, sino por lo que no hace y se debería hacer.

En un breve plazo la exposición al estrés altera las actitudes y los comportamientos del profesional de salud, pero en un período más prolongado pueden afectar su bienestar físico y psíquico.

Los estresores predominan más en la población adulta de los profesionales de enfermería, con tendencia a sexo femenino y con más de 15 años de labor, características de la población que se asemejan mucho a los profesionales que laboran en el centro de salud de Huasahuasi donde el profesional de salud también se ve sometido a estresores como la sobrecarga laboral, el clima organizacional existiendo una alta prevalencia de estrés laboral.

El personal sometido a un estrés prolongado paulatinamente va agotando su capacidad adaptativa y terminan erosionando su salud a largo plazo tanto físico como psíquico.

Es necesario conocer entonces cuales son las estrategias de afrontamiento frente a estrés del personal asistencial que labora en el Centro de Salud de Huasahuasi para así valorar si se ha logrado una adaptación eficaz al estrés o se ha visto dañada la salud física y psicológica del profesional de salud.

1.2. Trabajos Previos.

A nivel internacional

Francisco, C.³ (2011), en la investigación titulada estresores laborales de enfermería en instituciones de salud en Veracruz, Minatitlan, México. Investigación que tuvo por objetivo identificar los estresores que afectan a las enfermeras, estudio de tipo descriptivo, transversal, con una muestra de 41 enfermeros. Se utilizó como instrumento de recolección de datos la Escala Nursing Stress Scale.

- Concluye en la investigación el grupo etareo en su mayoría fue la población cuyas edades fluctuaron entre 31 a 40 años, prevaleció el sexo femenino y refirieron tener más de 15 años laborando.
- El estrés es más frecuente en la edad adulta de los profesionales, por ser carrera femenina prevalece el sexo femenino y guarda correspondencia al tiempo de servicio, en donde a mas años laborando existirá más susceptibilidad a estresores.
- La investigación mostro que la gran mayoría de la población identifico como el principal estresor la sobrecarga laboral en el personal de enfermería, a continuación de la muerte y sufrimiento del paciente, así como la incertidumbre el tratamiento.

Gallego L. y col.⁴ (2017), Investigación titulada: El estrés laboral y las estrategias de afrontamiento en personal de enfermería de Armenia, Quindío, se pretendió identificar la presencia de estrés laboral y las estrategias de afrontamiento más utilizadas por el personal de enfermería, tipo de investigación descriptivo, con un diseño cuantitativo, de corte transversal, con un muestreo de 25 enfermeros y auxiliares de

enfermería. Se emplearon dos pruebas, el “perfil de estrés” de Kenneth M. y Nowack (2002), y el Inventario de estrategias de afrontamiento CSI creado por Tobin (1984), además de una encuesta semiestructurada para la identificación de los datos sociodemográficos.

Concluye que la presencia de estrés no se relaciona con las situaciones laborales directamente, pero se encuentra una tendencia alta al estrés causado por problemas financieros, familiares y de salud lo que puede sugerir una habituación a las condiciones laborales relacionadas con la ejecución de su tarea, pero una influencia alta en los factores extra laborales.

Piñero M. ⁵ (2013), en su tesis titulada: Estrés y factores relacionados en el personal sanitario de hospitalización psiquiátrica: un estudio de prevalencia. El objetivo de este estudio es identificar tanto el nivel de estrés como los factores relacionados con éste (mecanismos de afrontamiento; satisfacción laboral e inteligencia emocional percibida) en el personal de enfermería que trabaja en las unidades de hospitalización psiquiátrica del Complejo Hospitalario Universitario de Vigo. Para ello se ha llevado a cabo un estudio de prevalencia en el que los datos se han recogido mediante escalas autoaplicadas.

Los resultados nos muestran que los estresores más frecuentes en este colectivo son: “Interrupciones frecuentes en la realización de sus tareas” “Sentirse impotente en el caso de un paciente que no mejora” “Ver a un paciente sufrir” y “Realizar demasiadas tareas que no son de enfermería”. En la identificación de la satisfacción laboral los factores con mayores puntuaciones han sido: “Satisfacción en el trabajo”; “Relación personal”; y “Adecuación para el trabajo”.

En cuanto a los mecanismos de afrontamiento los de mayor puntuación han sido: Resolución de problemas; Pensamiento desiderativo; Apoyo social y Reestructuración cognitiva. Por último, el estudio de la inteligencia emocional percibida nos muestra que deben mejorar su atención emocional; mientras que la claridad emocional y la reparación emocional presentan una puntuación adecuada.

Arévalo R.⁶ (2012), en su tesis titulada: El estrés laboral en el personal de enfermería del hospital IESS Loja, tesis de grado para la obtención del grado de maestro en salud mental. La presente investigación tuvo como objetivo Detectar factores psicosociales en el ambiente laboral que generan Estrés, investigación descriptiva cualicuantativa, se trabajó con una muestra de 60 profesionales, se utilizó el cuestionario de Evaluación de Riesgos Psicosociales en Hospitales RED HOS y el cuestionario de afrontamiento de Lazarus y Folkman.

Se concluye la presencia de riesgos psicosociales del trabajo relacionados con altas demandas por tareas de carácter rutinario que implican una sobrecarga cuantitativa, mental y emocional significativa, ausencia de un sistema de formación eficiente, estilos de liderazgo inadecuados, deficiencias en la retroalimentación del desempeño.

Curay E.⁷ (2015), tesis titulada: Efectos del Estrés Laboral y los Mecanismos de Afrontamiento en el Personal de Salud del Área Quirúrgica del Hospital IESS Riobamba, Universidad Nacional de Chimborazo, tesis de grado en la maestría en enfermería Clínico Quirúrgico, tipo de investigación descriptiva, prospectiva, la muestra lo conformo 30 profesionales de salud, se utilizó los cuestionarios para recolectar la información.

- Concluye los estresores relacionados con el usuario son: el contacto con el dolor y la muerte, conflictos con pacientes o familiares, enfrentar normalmente situaciones graves, la sobrecarga laboral, conflictos con los mandos superiores, la inexperiencia laboral, falta de recompensa por el esfuerzo realizado, tipo de contrato con la institución, y trabajar en turnos en la noche y en días festivos. Las afectaciones principales a la salud a causa del estrés laboral están relacionadas con cefaleas y dolores musculares.
- Los mecanismos de afrontamiento utilizados por el personal de enfermería frente a los estímulos estresantes son: escuchar música,

leer, caminar, platicar, ejercicios físicos. Orar. Pocos utilizan las técnicas de relajación, Bailoterapia.

- Se encontró diferencia significativa entre los niveles de estrés y los factores estresores como: temperatura, contacto con el dolor, conflictos con pacientes y familiares, conflicto con mandos superiores, tipo de contrato, y turnos en la noche y días festivos.
- Se encontró diferencia significativa entre los niveles de estrés y la salud biopsicosocial relacionada a cefaleas y dolores musculares. Se encontró que el mecanismo de afrontamiento del estrés laboral de tipo adaptativa depende del nivel de predisposición del personal afectado, los/as más afectados/as están más predispuestos a buscar terapias adaptativas.

Antecedentes nacionales

Pinto M. ⁸ (2016), en su tesis titulada: Estresores laborales y nivel de estrés en profesionales de enfermería del Hospital Carlos Monge Medrano – Juliaca – 2016. Investigación que tuvo por objetivo determinar los estresores laborales que se relacionan con el nivel de estrés en profesionales de enfermería, tipo de estudio descriptivo con diseño correlacional, de corte transversa, la técnica para la recolección de datos fue la encuesta, y se aplicó 2 cuestionarios (escala de medición de estresores y test de vulnerabilidad al estrés) a una población y muestra de 35 profesionales de enfermería de la unidad de cuidados intensivos.

Se concluye que respecto a los estresores laborales percibidos por el profesional de enfermería con impacto fuerte son: muerte y sufrimiento del paciente 66%, carga de trabajo 60% e incertidumbre respecto al tratamiento 51%, con impacto regular: falta de apoyo del personal de enfermería 83%, preparación insuficiente del personal de enfermería 80% y problemas con la jerarquía 71% y percepción con impacto débil: problemas entre el personal de enfermería 23%.

Condori, M. ⁹ (2012), en la investigación titulada estrés académico y estrategias de afrontamiento en estudiantes de enfermería en la

Universidad Nacional Jorge Basadre Grohman -Tacna. Estudio de tipo descriptivo, correlacional, transversal, la población lo constituyo 151 estudiantes y como instrumento se utilizó el cuestionario.

- Las conclusiones principales fueron que los estudiantes de enfermería presentaron un nivel medio de estrés académico con un 56,3% y en relación a las estrategias de afrontamiento prevaleció el rango de medio con un 79,5%, seguido de estrategias inadecuadas con un 11,3%. El estrés académico se relaciona de manera directa con las estrategias de afrontamiento.
- Los estudiantes universitarios no poseen habilidades de afrontamiento frente al estrés, ocasionando en ellos un nivel de estrés que afecta su salud como: somnolencia, fatiga, falta de apetito, etc.
- La sobrecarga de actividades académicas, y los horarios de clases son los estresores más frecuentes en los universitarios, seguido de la metodología del docente.

1.3. Teorías relacionadas al tema

Estrés

Considerando la primera variable de investigación definiremos al estrés, según la organización Mundial de la Salud como un conjunto de reacciones fisiológicas del organismo y lo pone en alerta para hacer frente el conflicto. ¹

Es una serie de respuestas biológicas que le permitirá a la persona sobrevivir ante cualquier circunstancia que pueda generar estrés, estas respuestas dependerá del estado físico y psicológico de la persona; de igual manera, Comin A, De la Fuente A, Gracia A.¹⁰ (2015), define al estrés como el fracaso del mecanismo del intento de adaptación de la persona con su entorno, más adelante cuando se agotan los mecanismos de adaptación aparecerá de manera rápida o tardía los síntomas de estrés.

Definiremos entonces al estrés como un trastorno que ocasionara una serie de alteraciones fisiológicas, psicológicos y de comportamiento en la persona como producto del intento de adaptación a estímulos estresantes.

Estresores

Kahn R, Byosiére P. ¹¹(1992), consideran que el estrés se relaciona con las percepciones que tiene la persona de los estresores, es decir, como perciben los individuos los sucesos o eventos que desencadenan la tensión o conflicto.

En un periodo corto el estrés percibido puede afectar las actitudes y comportamientos de la persona, pero si los estímulos al estrés se prolongan por un tiempo largo entonces el estrés generara afectos negativos en la persona. Para Melgosa (1999 citado en Campos, 2006)¹², define como agentes estresores a todos los eventos que ocurren en el entorno de la persona y que se comporta como estresor. Entre los agentes estresores más comunes pueden ser las personas y agentes ambientales que causan un conflicto en la persona. Ambos autores definen con mucha similitud los agentes estresores que son eventos o estímulos que afectan el comportamiento de la persona.

Finalmente diremos que los agentes estresores pueden ser beneficiosos para mejorar y cuidar la salud, a lo que conocemos como el “eustres”, que viene a definirse como el evento o situación que la persona es capaz de afrontar positivamente y que su duración es corta, y el “distres”, que es el estímulo prolongado afectando negativamente a la persona y que se encuentra fuera de su control.

Muchas veces es usado el término estrés para referirnos a una situación negativa en la que la persona no se siente capacitado ni tiene las herramientas necesarias para afrontar los estímulos negativos excesivos.

Fases de estrés

Selye. H. ¹³ (1975), identifica las fases del estrés. Fase de alarma o huida, en esta fase se producen una serie de cambios fisiológicos y bioquímicos

en el cuerpo, lo que prepara a la persona para enfrentarse a la situación estresante o conflictiva. Fase de adaptación o resistencia, aquí cuando se mantiene la situación amenazante en el organismo se acumulan las sustancias químicas que se produjeron en la primera fase y por último la fase de agotamiento, en donde la adaptación que se produjo en la segunda fase no pueden ser mantenida y si continua la situación conflictiva se terminan agotan los recursos orgánicos y emocionales de la persona dañándose el organismo. Por otro lado Melgosa (1999 citado en Campos, 2006)¹², considera como respuestas al estrés a las respuestas o reacciones de la persona frente a los estímulos estresantes, las diferentes formas de reacción que puede tener la persona dependerá de los recursos y estrategias con la que cuenta, estas pueden terminar en armonía en correspondencia con las necesidades que se presenta o negativas, insuficientes o exageradas en relación a las necesidades planteadas lo cual producirá como resultados la desadaptación de la persona.

Consecuencias orgánicas y psicológicas al estrés.

Comín E. De la Fuente I, Gracia A. ¹⁰ (2015), considera un conjunto de alteraciones orgánicas potencialmente dañinas.

A continuación se menciona algunas de ellas: Trastornos digestivos, como la ulcera dispepsia, colitis, aerofagia, colon irritable; trastornos respiratorios, disnea asma psicógena, hiperventilación; trastornos nerviosos, como cefalea, insomnio, depresión, ansiedad, pérdida de memoria; trastornos de piel, híper sudoración, prurito, dermatitis atípica, alopecia; trastornos cardiovasculares; taquicardia, dolor precordial, hipertensión, IMA; trastornos sexuales, eyaculación precoz, impotencia, dispareunia; trastornos inmunológicos, infecciones oportunistas como la gripe, herpes, diarreas; trastornos musculares, rigidez, dolor muscular, contracturas, calambres, hiporreflexia y trastornos psicológicos como olvidos, falta de concentración, bloqueos mentales, indecisión, hipersensibilidad a las críticas, ansiedad, depresión y problemas del sueño

Estrés laboral

El estrés laboral es definido por la OMS ¹ como el conjunto de respuestas o reacciones que tiene la persona ante situaciones exigentes laborales que no respondan a los conocimientos, aptitudes y gustos, y que ponen a prueba sus estrategias para afrontar la situación problemática.

Para Rostagno H.² (2015), considera que el estrés una experiencia dinámica, es una fuerza creativa que propicia que la persona responda a las exigencias diarias, por lo tanto, nos permitirá trabajar, correr, hablar, jugar; pero es a la vez una fuerza que atrae y rechaza. El estrés laboral ocasionara perjuicios a los centros de trabajo pudiendo ser económicos y humanitarios.

Los costos económicos en los centros laborales serán el ausentismo a las jornadas diarias, disminución en la producción, gastos en salud de los trabajadores afectados, gasto en contratación de otros trabajadores, aumento de seguros, entre otros, todos ellos ocasionan un desequilibrio de la empresa o institución. Por otro lado, Selye. H.¹³ (1975), considera que los costos humanitarios son todas aquellas situaciones en que el individuo percibe a su centro laboral como un estímulo de estrés, cargado de situaciones amenazantes para satisfacer sus necesidades sociales como es el de realización personal o que atenta contra su salud física y mental, por tanto, perjudica su integración al trabajo.

Entonces definiremos que el estrés laboral es toda situación perturbadora que afecta al trabajador ocasionando un desequilibrio en el proceso de adaptación y poder afrontar situaciones del medio laboral que sobrepasen sus capacidades de respuesta ocasionando daños físicos y psíquicos. Se puede identificar como estresores las largas jornadas de trabajo, clima laboral inadecuado, mala organización de la organización, etc.

Los trabajadores ante situaciones estresantes en su centro laboral desarrollaran una serie de estrategias con el objetivo de afrontar positivamente la situación estresante, permitiéndoles resolver el problema, eliminar las fuentes de estrés o evitando los estímulos estresantes.

Si hablamos de los tipos de estrés laboral para Slipack O.¹⁴ (1996), reconoce dos tipos de estrés. En primer lugar, considera al episódico, es la que se presenta esporádicamente, es una situación estresante que no dura mucho y que al breve plazo se resuelve o se enfrenta los estímulos estresantes; y el crónico, que se presenta de manera frecuente, constante y la exposición prolongada a los estímulos estresores ocasionará problemas orgánicos y que si no se resuelve el problema el estrés se mantendrá permanente.

Se identifican una serie de estresores laborales como el clima laboral, nuevas responsabilidades, decisiones muy importantes que se tiene que tomar en el trabajo, sobrecarga laboral, problemas de salud del trabajador, entre otros.

Estresores laborales

Comín E. De la Fuente I, Gracia A.¹⁰ (2015), denominan estresores laborales a todos los estímulos que desencadenan el estrés en el centro de una organización.¹⁰ Así mismo, podemos decir que Rostagno H.² (2015); presenta una serie de estresores laborales que afectan al trabajador. Factores físicos, comprende el entorno físico, tenemos la ventilación, la iluminación, el ruido, la temperatura; factores químicos, tenemos las sustancias y materiales que muchas veces se desconoce su manipulación y pueden llegar a ser peligrosos; factores propios del trabajo, como la carga laboral, los horarios extras, el pluriempleo, la inseguridad, el tipo de relaciones que se tiene entre los compañeros y los superiores.

Todos estos estresores laborales y sobre todo las relaciones con los compañeros de trabajo se convierten en un estresor muy importante y como consecuencia de esta mala relación se realizará un trabajo de mal rendimiento.

Estresores laborales en enfermería.

Si tenemos en cuenta la variable estresores laborales en enfermería, estos profesionales se ven expuestos a un elevado número de estresores.

Ribera D, Cartagena de la Peña E, Reig A, Sans I, Caruana A.¹⁵ (1990), identifican como estresores a nivel hospitalario: La sobrecarga por la

cantidad de pacientes que se tienen en los servicios de hospitalización y consulta externa y el personal de enfermería insuficiente hace que el trabajo se sobrecargue, siendo este un estresor principal en todo el personal de salud. Personal de enfermería con contratados provisionales: lo que conlleva a una gran rotación de nuevo personal. La experiencia laboral del personal nuevo, que muchas veces no se toma en relación a la experiencia en los cuidados de pacientes o patologías especiales. El personal médico en periodo de formación que contribuyen a aumentar la carga de trabajo ya que solicitan pruebas complementarias, incrementado los procesos administrativos.

Por otro lado, Meza, M.¹⁶ (2008), en su investigación también identifica como estresores en el ámbito hospitalario el contacto del personal de enfermería con los pacientes en donde se tiene experiencias de sufrimiento, dolor y muerte de los pacientes, estas experiencias son estresores muy fuertes, también los profesionales en enfermería desarrollan una dependencia emocional hacia sus pacientes. Las relaciones con los otros profesionales de la salud, clima organizacional, la falta de coordinaciones en la ejecución de las actividades y las relaciones que se tiene con el paciente y sus familiares son experiencias estresantes en donde se producen conflictos.

Existen pacientes y familiares muy exigentes, agresivos, poco tolerantes o que no colaboran, ante estas situaciones la enfermera se siente vulnerable, más aún si no tiene apoyo de sus superiores; por otro lado, las relaciones que se tiene con los familiares son estímulos estresantes, familiares exigentes, falta de control en el horario de visitas, número de personas en la visita, la disconformidad en la atención, son algunos estresores que afectan el desempeño.

Afrontamiento al estrés

Finalmente abordaremos la definición de afrontamiento del estrés.

Lázarus RS, Folkman S.¹⁷ (1986), considera a las estrategias de afrontamiento como el conjunto de recursos cognitivos y comportamentales que utiliza la persona para controlar, dominar, minimizar

o solucionar las situaciones conflictivas externas e internas que provocan el estrés.

Entonces será necesario que la persona se encuentre instrumentada con una serie de recursos que le permita hacer frente efectivamente la situación estresante.

Estilos de afrontamiento:

Las formas o estrategias que utiliza la persona son las predisposiciones personales que se tiene para abordar eficazmente el estrés, es decir son las características comportamentales de la persona, así que será diferente en cada individuo asumiendo cada uno de acuerdo a su realidad.

Las estrategias de afrontamiento del individuo poder ser de dos tipos adaptativas o inadaptativas dependiendo de su eficacia para solucionar el problema. Las estrategias adaptativas servirán para reducir o controlar el estrés y fomentar la salud a largo plazo, mientras que las estrategias inadaptativas reducen el estrés a corto plazo, pero terminan dañando el cuerpo a un largo plazo

Lazarus RS, Folkman S.¹⁷ (1980), resaltan que la capacidad de respuesta ante el estrés dependerá de dos factores. Las características de la personalidad que van a actuar como predisponentes para afrontar de alguna manera u otra las situaciones problemáticas de la vida, y la conducta adaptativa, que es el comportamiento traducido en respuestas ante el estrés, estas conductas son aprendidas y automáticas.

Lazarus RS, Folkman S.¹⁷ (1980), reconocen como elementos para hacer frente al estrés los siguientes: Los biológicos que comprende todo el parte constitucional de la persona incluyendo los aspectos psicológicos y sociales, como también la capacidad intelectual, la autoestima, sentido de control y nivel de dependencia o autonomía. El aspecto cultural que es el conjunto de percepciones y creencias de la persona, y por último el aspecto social que comprende toda la red social de la persona, pudiendo ser la familia y la sociedad que constituyen sistemas de apoyo, asistencia tangible y de apoyo emocional.

Mientras tanto Frydemberg y Lewis¹⁸ (1997), reconoce dieciocho estrategias de afrontamiento.

Siendo estas: la capacidad para concentrarse en resolver el problema, esforzarse y lograr el éxito, buscar diversiones relajantes, concentrarse en lo positivo, buscar apoyo de los amigos, buscar pertenencia, distracción física, buscar apoyo espiritual, apoyo social, solicitar el apoyo de profesionales, acción social, autoinculparse, ignorar el problema, preocuparse, reservarlo para sí y la reducción de la tensión.

Los estilos o formas de utilizar las técnicas de afrontamiento al estrés, por tanto, dependerán de las características de cada ser humano, de su componente biológico, componente emocional, de sus habilidades sociales y de sus conocimientos para hacer frente a los diversos estresores que se presente día a día en su actividad laboral.

1.4. Formulación del problema

Problema general

¿De qué manera los estresores se relacionan con las estrategias de afrontamiento del personal asistencial en el centro de salud de Huasahuasi? Tarma- 2018?

Problemas específicos

¿De qué manera los estresores se relacionan con el pensamiento desiderativo del personal asistencial en el centro de salud de Huasahuasi? Tarma- 2018?

¿De qué manera los estresores se relacionan con la Resolución de problemas del personal asistencial en el centro de salud de Huasahuasi? Tarma- 2018?

¿De qué manera los estresores se relacionan con la Reestructuración cognitiva del personal asistencial en el centro de salud de Huasahuasi? Tarma- 2018?

1.5. Justificación del estudio.

Conveniencia

La realización de la investigación es conveniente para conocer a profundidad el problema de estresores y como se afronta; para que, con conocimiento de causa se proponga alternativas de solución.

Relevancia social

El trabajo es relevante porque de superar los estresores y buscar las estrategias coherentes para poder afrontarlo mejorar la atención los usuarios, estableciendo un buen clima de trabajo y saber relacionarse con el usuario dando una buena atención de calidad.

Implicancias prácticas

Las estrategias de afrontamiento al estrés generaran desarrollar a los trabajadores un trabajo planificado, ágil sin tanta traba, con establecimiento de prioridades un manejo del personal más versátil y con trabajo de equipo, cuyos resultados beneficiaran a la población asistencial del distrito de Huasahuasi.

Valor teórico

Con el estudio se podrá contribuir a la administración del centro de salud que el problema se resuelve aplicando las teorías coherentes a los diferentes estresores que frenan el desenvolvimiento oportuno y profesional de todos los integrantes del centro de salud que repercutirá la buena gestión de calidad.

1.6. Hipótesis

Hipótesis general

Existe relación entre los estresores y las estrategias de afrontamiento del personal asistencial en el centro de salud de Huasahuasi. Tarma- 2018

Hipótesis específica

Existe relación entre los estresores y el pensamiento desiderativo del personal asistencial en el centro de salud de Huasahuasi. Tarma- 2018

Existe relación entre los estresores y la resolución de problemas del personal asistencial en el centro de salud de Huasahuasi. Tarma- 2018

Existe relación entre los estresores y la Reestructuración cognitiva del personal asistencial en el centro de salud de Huasahuasi. Tarma- 2018.

1.7. Objetivos

Objetivo general

Determinar la relación entre los estresores y las estrategias de afrontamiento del personal asistencial en el centro de salud de Huasahuasi. Tarma- .

Objetivos específicos

Establecer la relación entre los estresores y el pensamiento desiderativo del personal asistencial en el centro de salud de Huasahuasi. Tarma- 2018

Establecer la relación entre los estresores y la resolución de problemas del personal asistencial en el centro de salud de Huasahuasi. Tarma- 2018

Establecer la relación entre los estresores y la Reestructuración cognitiva del personal asistencial en el centro de salud de Huasahuasi. Tarma- 2018.

II. MÉTODO

Los métodos que se emplearon se clasifican en método general y específico.

Método general

En todo trabajo de investigación científico para lograr los resultados se requiere de método ese método es el científico y según Ibarra, C, citado por Martínez, H.¹⁹ el método científico es el conjunto de procesos planificados que se ejecutan en una investigación para lograr resultados que aportaran conocimientos dados como válidos sobre la realidad estudiada. Pretende comprender el comportamiento y las conexiones de fenómenos, generalizar y profundizar los conocimientos.

Métodos específicos

Método descriptivo

El método descriptivo es un método que por su particularidad del estudio es el coherente, respecto a ello Sánchez, C y Reyes, C.²⁰ menciona el método descriptivo consiste en describir e interpretar sistemáticamente un conjunto de hechos relacionados con otros fenómenos tal como se dan en el presente.

El enfoque planteado por Sánchez y Reyes es preciso porque el trabajo que se realizará busca compenetrarse en la realidad con el fin de observar el comportamiento de la variable de estudio, y la intervención del

investigador es solo describirlos tal cual cómo se comporta el fenómeno a analizar.

Método estadístico

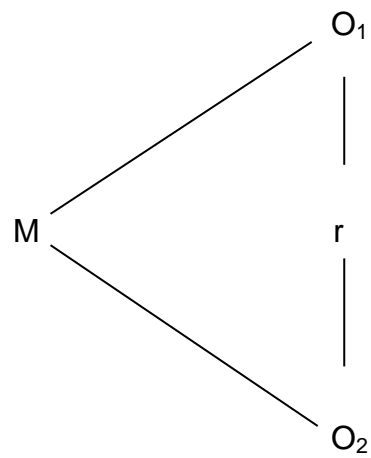
Es de vital importancia su aplicación dado que la información que se decepciona del sujeto investigado necesita ser procesados y para ello es fundamental el método estadístico, referente a ello Torres, S.²¹ refiere que a través de este método se realizara el procesamiento de la información obtenida, permitirá describir los datos, analizar e interpretarlo, y a partir de los resultados obtenidos se podrán tomar decisiones y predecir fenómenos que se pueden expresar en forma cuantitativa. En otras palabras, consiste en la obtención y procesamiento de la información, llegar a conclusiones siempre en correspondencia a los objetivos.

2.1. Diseño de investigación

El diseño de investigación lo entendemos como un plan que se elabora al finalizar el problema de investigación, según Namakforoosh, M.²² Considera al diseño como un plan que especifica todo el proceso de realizar y controlar la investigación, en otras palabras son las formas y las condiciones necesarias para recopilar, analizar la información que responda al propósito e hipótesis de la investigación, como consecuencia del supuesto en el presente estudio se estudiara las relaciones entre dos variables principales, y por ende como el trabajo es descriptivo y el diseño específico es el diseño descriptivo correlacional.

Es descriptivo porque valora comportamientos, actitudes, creencias, formas de pensar, actuar de un grupo o una colectividad y se define como correlacional porque tiene como objetivo medir el nivel de relación entre dos o más variables, en un contexto en particular. Hernández, Fernández, & Baptista.²³

Esquema



Donde:

M: Muestra de estudio

O1: Estresores laborales

O2: estrategias de afrontamiento

R: relación, coeficiente de correlación.

2.2. Variables operacionalización

Las variables y dimensiones son:

V1: Estresores

D1: Ambiente físico

D2: Tarea

D3: Organización

V2: Estrategias de afrontamiento

D5: Resolución del problema

D6: Pensamiento desiderativo

D7: Reconstrucción Cognitiva

Cuadro 1. Operacionalización de la variable estresores.

Variable	Definición conceptual	Definición operacional	Dimensiones	Indicadores	Escala de medición
Estresores	<p>Estresor: Es toda situación u objeto que se percibe como un estímulo amenazante y genera respuestas de estrés. Las respuestas al estrés serán adaptativas o inadaptables, ello dependerá de las estrategias de afrontamiento de la persona.</p>	<p>Los estresores se operacionalizan básicamente en tres tipos</p> <p>Estresores del entorno físico: Son condiciones físicas externas que alteran el curso normal de la labor del profesional de salud, ocasionando perturbación, distorsionan de la tranquilidad y concentración que se requiere para tener un buen desempeño.</p> <p>Estresores de la tarea: Se refiere a las características propias del ejercicio profesional y que son independientes del lugar en donde se está laborando.</p> <p>Estresores de la organización: Estresores de la organización: comprende las características propias de la organización donde se labora.</p>	D1: Ambiente físico	<ul style="list-style-type: none"> -La iluminación. -El ruido. -Ambientes contaminados. -La temperatura. -Olores 	Ordinal
			D2: Tarea	<ul style="list-style-type: none"> -El control sobre la tarea. -Conflicto y ambigüedad del Rol. -La jornada de trabajo excesiva 	
			D3: Organización	<ul style="list-style-type: none"> -Las relaciones interpersonales -Trabajo en equipo -Promoción y desarrollo profesional 	

Cuadro 2. Operacionalización de la variable estrategias de afrontamiento

Variable	Definición conceptual	Definición operacional	Dimensiones	Indicadores	Escala de medición
Estrategias de afrontamiento	Estrategias de afrontamiento: Es el conjunto de recursos e instrumentos que tiene la persona para hacer frente a la situación problemática. De la persona dependerá de los mecanismos de afrontamiento que utiliza para controlar o resolver el estímulo estresante, influirán los conocimientos y comportamientos de la persona.	Las estrategias de afrontamiento son las respuestas individuales a estímulos estresantes y estas respuestas depende de varios factores como la magnitud del estrés, las características de las personas, los recursos o restricciones personales y ambientales.	D4: Resolución de problemas	-Resuelve el problema -Escucha el problema -Repasa el problema -Enfrenta al problema	Ordinal
			D5: Pensamiento desiderativo	-Sentimientos para reducir el estrés -Responsable de dificultades -Cambia la forma de ver las cosas -Habla con una persona de confianza	
			D6: Reestructuración cognitiva.	-Deseo de poder cambiar -comportamiento como si nada hubiera pasado -sabe cómo me sentía -Desea no encontrarme en esa situación -Deja que me echaran una mano	

2.3. Población y muestra

La población objeto de estudio será el personal asistencial en el centro de salud de Huasahuasi. Tarma. Acerca de la población objeto de estudio o accesible Polit, D y Hungler, B. ²⁴ menciona, la población accesible consta del conjunto de casos que satisfacen los criterios predeterminados y que, al mismo tiempo, son accesibles al investigador como acervo al estudio. Esta conceptualización manifestada por dichos autores sustenta el criterio

fundamental para la ubicación del problema dado que es precisamente en el personal asistencial del centro de salud se observa el comportamiento problemático de las variables de investigación, presentamos en el siguiente cuadro la población objeto de estudio.

Cuadro 3 . Personal asistencial del Centro de Salud de Huasahuasi. Tarma

Personal asistencial	Frecuencias
Médicos	3
Enfermeras	10
Obstetras	8
Técnicos de enfermería	8
laboratorista	2
psicólogo	1
nutricionista	1
Digitadores	3
Odontólogo	1
Personal de limpieza	1
TOTAL	38

Fuente: oficina de personal del Centro de Salud

Muestra.

Es preciso conceptualizar como se obtiene la muestra, siguiendo a los mismos autores mencionamos que. La muestra constituye un subconjunto de las unidades que componen a la población, estas se conocen como elementos. El elemento, es, pues, la unidad básica acerca de la cual se recaba la información

Lo manifestado por dichos autores es coherente cuando la población es grande mayor a 100 sujetos, el centro de salud no supera los 100, esta realidad justifica que la población se iguale a la muestra, a esta igualdad se llama muestra censal, al respecto Según Ander-Egg, E. ²⁵ la muestra censal es el acumulado de instrucciones que se plasman para estudiar la distribución de los caracteres en la totalidad de una determinada

población, universo o colectivo. Nos amparamos en lo manifestado por Egg para determinar el tamaño adecuado de la muestra que serán todo el personal asistencial que conforman en el centro de salud siendo $n=38$

2.4. Técnicas e instrumentos de recolección de datos, validez y confiabilidad

VARIABLE	TÉCNICA	INSTRUMENTO
Estresores	Encuesta	Cuestionario de encuesta
Estrategias de afrontamiento	Encuesta	Cuestionario de encuesta

Validación y confiabilidad del instrumento

Validez del instrumento

Hernández, Fernández y Baptista.²² La validación del instrumento permite conocer el grado en que un instrumento realmente mide la variable, la cual se pretende medir

Para dar la validez del instrumento se aplicará la validez de contenido con la técnica validez por juicio de experto en este caso el responsable del desarrollo del diseño de investigación.

Los instrumentos de estresores y estrategias de afrontamiento fueron validados por:

Experto	Grado académico	Evaluación
Dr. Luis Florencio Mucha Hospinal	Doctor en Ciencias de la Educación	Aptos para la aplicación.

Confiabilidad del instrumento

El mismo autor señala que la confiabilidad de un instrumento de medición, repetida al mismo sujeto u objeto produce resultados iguales.

Se aplicó el coeficiente de confiabilidad de Alfa de Cronbach. Para la presente investigación se utilizó una prueba piloto de 20 encuestas.

Baremo para la variable estresores:

Leve	23 - 28
Moderado	29 - 34
Severo	35 - 40

Baremo para la variable estrategias de afrontamiento:

Buena	23 - 27
Regular	28 - 32
Mala	33 - 37

Confiabilidad del instrumento Estresores

Resumen de procesamiento de casos

		N	%
Casos	valido	20	100,0
	Excluido ^a	0	,0
	Total	20	100,0

a. La eliminación por lista se basa en todas las variables del procedimiento

Estadística de fiabilidad

Alfa de Cronbach	N de elementos
,672	20

El Alfa de Cronbach para la variable estresores luego de la aplicación de la prueba piloto de 20 pacientes idénticos a la muestra, supera los 0,61 ($,672 > 0,61$), con ello se demuestra la confiabilidad del instrumento.

Confiabilidad del instrumento estrategias de afrontamiento

Resumen de procesamiento de datos

		N	%
Casos	Valido	20	100,0
	Excluido ^a	0	,0
	Total	20	100,0

a. La eliminación por lista se basa en todas las variables del procedimiento

Estadística de fiabilidad

Alfa de Cronbach	N de elementos
,637	20

El Alfa de Cronbach para la variable estrategias de afrontamiento luego de la aplicación de la prueba piloto de 20 pacientes idénticos a la muestra, supera los 0,61 ($,637 > 0,61$), con ello se demuestra la confiabilidad del instrumento.

2.5. Métodos de análisis de datos

Para la presente investigación se utilizó el método estadístico descriptivo con el objetivo de describir las frecuencias de los datos; así mismo, se utilizó como medidas de tendencia central la mediana, moda y media, medidas de desviación estándar y la estadística inferencial se trabajó con el Rho de Spearman para valorar la correlación de las variables.

2.6. Aspectos éticos

El trabajo es una investigación que se basa en las normas de redacción Vancouver que sustenta la redacción científica del mismo, respetando y citando a los diferentes autores que amparan el trabajo de investigación. Por otro lado, para el logro de la investigación se adjuntó la carta de autorización del señor Director del Centro de Salud para que nos permite aplicar el instrumento de investigación para el recojo de la información.

III. RESULTADOS

3.1. Frecuencia y porcentaje de la variable estresores

Frecuencia y porcentaje de la variable estresores del personal asistencial en el centro de salud de Huasahuasi. Tarma – 2018.

Tabla 1. Frecuencia y porcentaje sobre la variable estresores

	ni	%
Leve 23 – 28	8	21,1
Moderado 29 – 34	25	65,8
Severo 35 – 40	5	13,2
Total	38	100,0

Fuente: Cuestionario para evaluar estresores

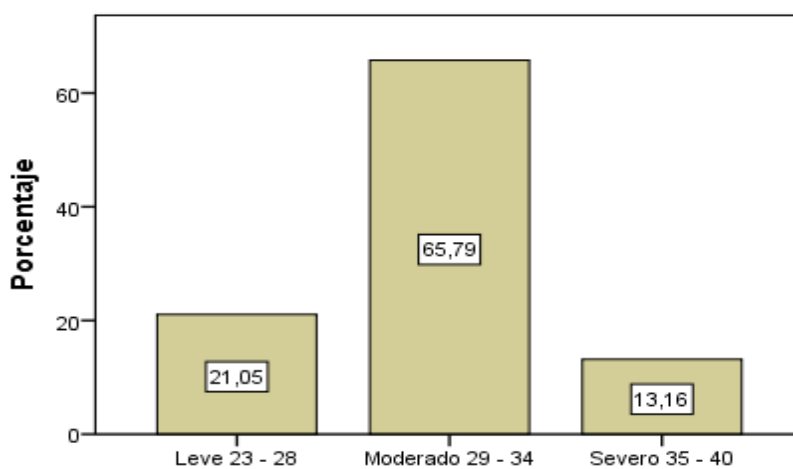


Figura 1. Frecuencia y porcentaje sobre la estresores

Interpretación:

En la tabla 1 y figura 1 se muestran los resultados obtenidos respecto a la variable estresores, de ello se observa que en su mayoría de los 38 trabajadores del centro de salud de Huasahuasi. Tarma – 2018., el 65,8% tienen una moderada exposición a los estresores, seguido de 21,1% con una leve exposición a estresores y finalmente una severa exposición a los estresores con un 13,2%.

Frecuencia y porcentaje sobre estresores en la dimensión ambiente físico

Tabla 2. Frecuencia y porcentaje sobre estresores en la dimensión ambiente físico

	ni	%
Leve 7 - 9	11	28,9
Moderado 10 - 12	22	57,9
Severo 13 - 15	5	13,2
Total	38	100,0

Fuente: Cuestionario para evaluar estresores.

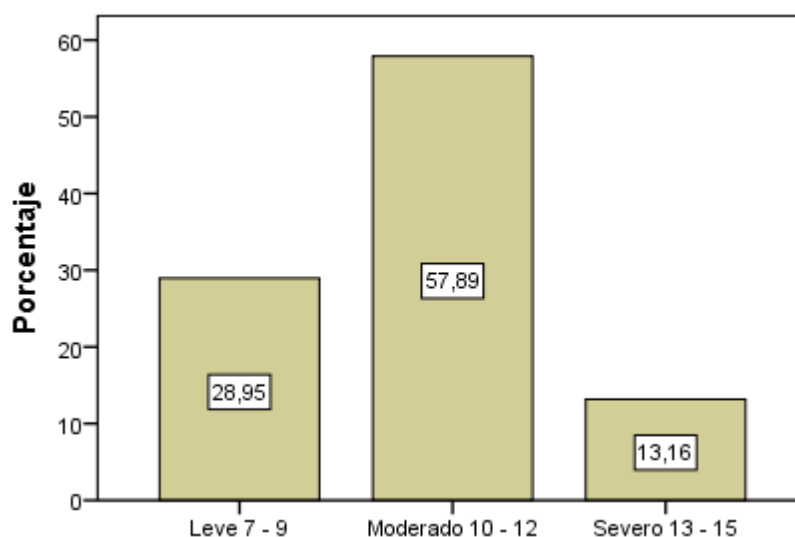


Figura 2. Frecuencia y porcentaje sobre estresores en la dimensión ambiente físico

Interpretación:

En la tabla 2 y figura 2 se muestran los resultados obtenidos respecto a la variable estresores en su dimensión ambiente físico, de ello se observa que en su mayoría de los 38 trabajadores del centro de salud de Huasahuasi. Tarma – 2018., el 57,9% tienen una moderada exposición a los estresores, seguido de 28,9% con una leve exposición a estresores y finalmente una severa exposición a los estresores con un 13,2%.

Frecuencia y porcentaje sobre estresores en la dimensión tarea

Tabla 3. Frecuencia y porcentaje sobre estresores en la dimensión tarea

	Ni	%
Leve 6 – 8	5	13,2
Moderado 9 – 11	25	65,8
Severo 12 – 14	8	21,1
Total	38	100,0

Fuente: Cuestionario para evaluar estresores.

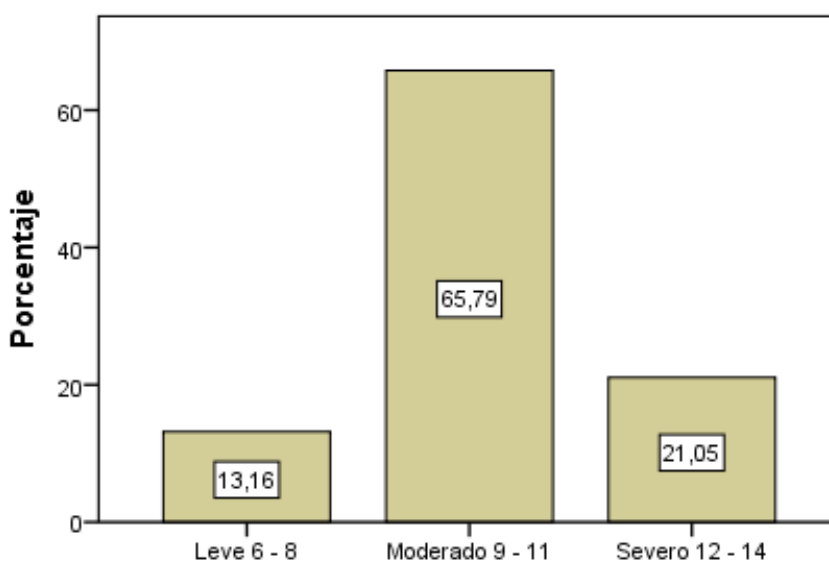


Figura 3. Frecuencia y porcentaje sobre estresores en la dimensión tarea

Interpretación:

En la tabla 3 y figura 3 se muestran los resultados obtenidos respecto a la variable estresores en su dimensión tarea, de ello se observa que en su mayoría de los 38 trabajadores del centro de salud de Huasahuasi. Tarma – 2018., el 65,8% tienen una moderada exposición a los estresores, seguido de 21,1% con una severa exposición a estresores y finalmente una leve exposición a los estresores con un 13,2%.

Frecuencia y porcentaje sobre estresores en la dimensión organización

Tabla 4. Frecuencia y porcentaje sobre estresores en la dimensión organización

	ni	%
Leve 8 - 9	9	23,7
Moderado 10 - 11	21	55,3
Severo 12 - 13	8	21,1
Total	38	100,0

Fuente: Cuestionario para evaluar estresores.

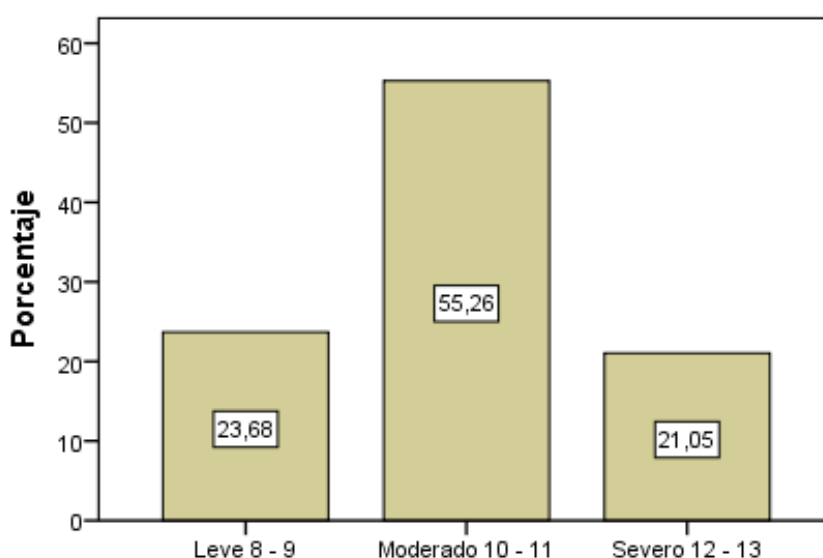


Figura 4. Frecuencia y porcentaje sobre estresores en la dimensión organización

Interpretación:

En la tabla 4 y figura 4 se muestran los resultados obtenidos respecto a la variable estresores en su dimensión organización, de ello se observa que en su mayoría de los 38 trabajadores del centro de salud de Huasahuasi. Tarma – 2018., el 55,3% tienen una moderada exposición a los estresores, seguido de 23,7% con una leve exposición a estresores y finalmente una severa exposición a los estresores con un 21,1%.

3.2. Frecuencia y porcentaje de la variable estresores

Frecuencia y porcentaje de la variable estrategias de afrontamiento del personal asistencial en el centro de salud de Huasahuasi. Tarma – 2018.

Tabla 5. Frecuencia y porcentaje sobre la variable estrategias de afrontamiento

	ni	%
Buena 23 – 27	3	7,9
Regular 28 – 32	22	57,9
Mala 33 – 37	13	34,2
Total	38	100,0

Fuente: Cuestionario para evaluar estrategias de afrontamiento

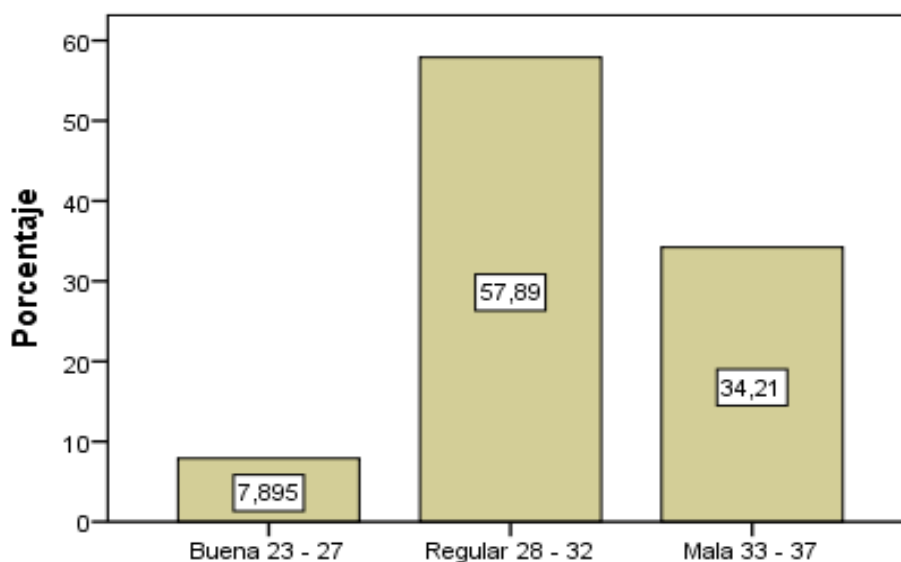


Figura 5. Frecuencia y porcentaje sobre la variable estrategias de afrontamiento

Interpretación:

En la tabla 5 y figura 5 se muestran los resultados obtenidos respecto a la variable estrategias de afrontamiento, de ello se observa que en su mayoría de los 38 trabajadores del centro de salud de Huasahuasi. Tarma – 2018., el 57,9% tienen un regular afrontamiento, seguido de 34,2% con un mal afrontamiento y finalmente un buen afrontamiento con un 7,9%.

Frecuencia y porcentaje de la variable estrategias de afrontamiento en la dimensión resolución del problema del personal asistencial en el centro de salud de Huasahuasi. Tarma – 2018.

Tabla 6. Frecuencia y porcentaje sobre estrategias de afrontamiento en la dimensión resolución del problema

	ni	%
Buena 23 – 27	8	21,1
Regular 28 – 32	27	71,1
Mala 33 – 37	3	7,9
Total	38	100,0

Fuente: Cuestionario para evaluar estrategias de afrontamiento

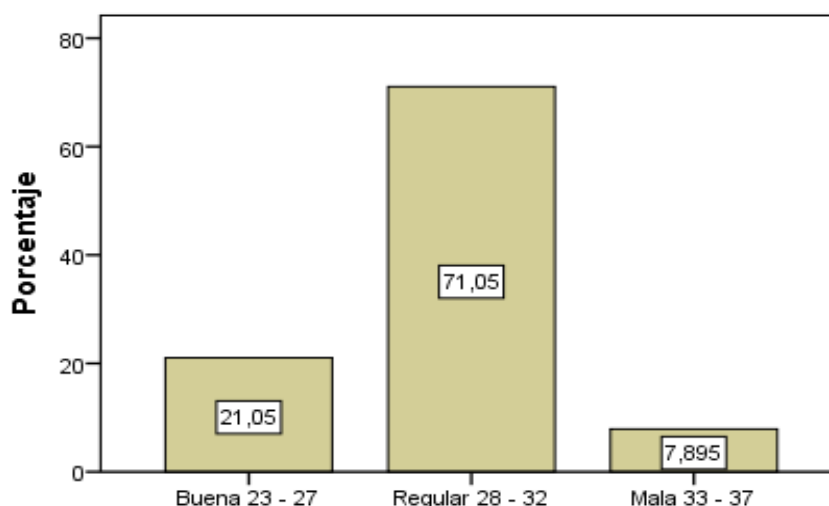


Figura 6. Frecuencia y porcentaje sobre estrategias de afrontamiento en la dimensión resolución del problema

Interpretación:

En la tabla 6 y figura 6 se muestran los resultados obtenidos respecto a estrategias de afrontamiento en la dimensión resolución del problema, de ello se observa que en su mayoría de los 38 trabajadores del centro de salud de Huasahuasi. Tarma – 2018., el 71,1% tienen un regular afrontamiento, seguido de 21,1% con un buen afrontamiento y finalmente un mal afrontamiento con un 7,9%.

Frecuencia y porcentaje de la variable estrategias de afrontamiento en la dimensión pensamiento desiderativo del personal asistencial en el centro de salud de Huasahuasi. Tarma – 2018.

Tabla 7. Frecuencia y porcentaje sobre estrategias de afrontamiento en la dimensión pensamiento desiderativo

	Ni	%
Buena 23 – 27	8	21,1
Regular 28 – 32	29	76,3
Mala 33 – 37	1	2,6
Total	38	100,0

Fuente: Cuestionario para evaluar estrategias de afrontamiento

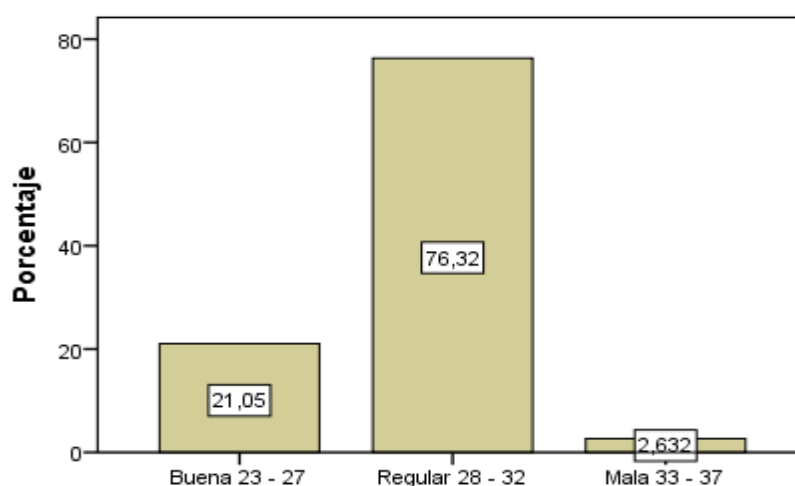


Figura 7. Frecuencia y porcentaje sobre estrategias de afrontamiento en la dimensión pensamiento desiderativo

Interpretación:

En la tabla 6 y figura 6 se muestran los resultados obtenidos respecto a estrategias de afrontamiento en la dimensión pensamiento desiderativo, de ello se observa que en su mayoría de los 38 trabajadores del centro de salud de Huasahuasi. Tarma – 2018., el 76,3% tienen un regular afrontamiento, seguido de 21,1% con un buen afrontamiento y finalmente un mal afrontamiento con un 2,6%.

Frecuencia y porcentaje de la variable estrategias de afrontamiento en la dimensión reconstrucción cognitiva del personal asistencial en el centro de salud de Huasahuasi. Tarma – 2018.

Tabla 8 . Frecuencia y porcentaje sobre estrategias de afrontamiento en la dimensión reconstrucción cognitiva

	Ni	%
Buena 7 – 9	8	21,1
Regular 10 – 12	29	76,3
Mala 13 – 15	1	2,6
Total	38	100,0

Fuente: Cuestionario para evaluar estrategias de afrontamiento

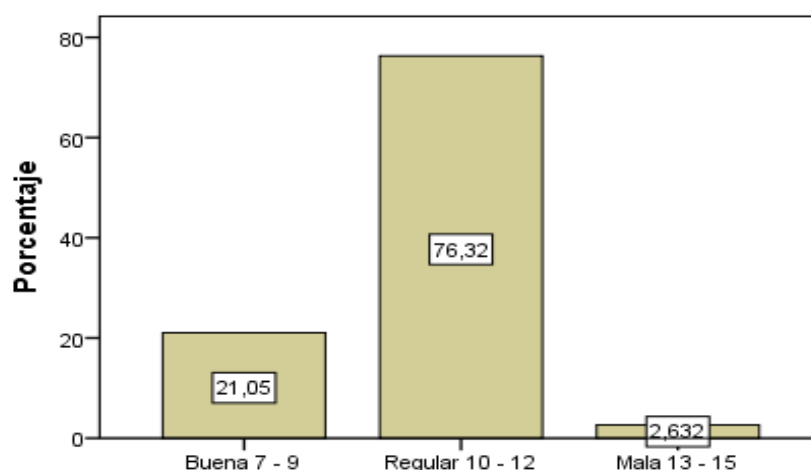


Figura 8. Frecuencia y porcentaje sobre estrategias de afrontamiento en la dimensión reconstrucción cognitiva

Interpretación:

En la tabla 6 y figura 6 se muestran los resultados obtenidos respecto a estrategias de afrontamiento en la dimensión pensamiento desiderativo, de ello se observa que en su mayoría de los 38 trabajadores del centro de salud de Huasahuasi. Tarma – 2018., el 76,3% tienen un regular afrontamiento, seguido de 21,1% con un buen afrontamiento y finalmente un mal afrontamiento con un 2,6%.

3.3. Coeficiente de correlación y contrastación de hipótesis general

Coeficiente de correlación con respecto a los estresores y estrategias de afrontamiento del personal asistencial en el centro de salud de Huasahuasi. Tarma – 2018.

Cuadro 4 . Correlación entre estresores y estrategias de afrontamiento

Correlaciones				
			Estresores laborales	Estrategias de afrontamiento
Rho de Spearman	Estresores laborales	Coeficiente de correlación	1,000	,564**
		Sig. (bilateral)	.	,000
		N	38	38
	Estrategias de afrontamiento	Coeficiente de correlación	,564**	1,000
		Sig. (bilateral)	,000	.
		N	38	38

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

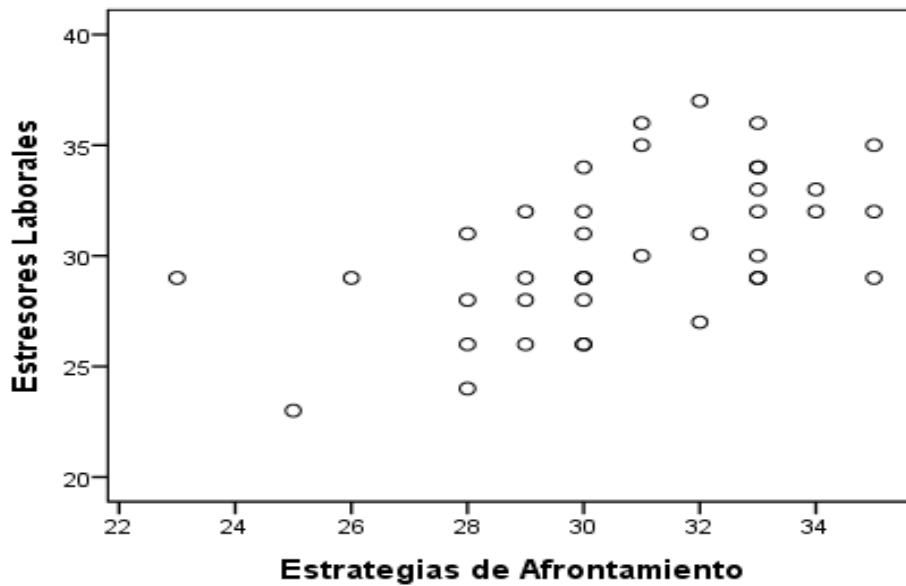


Gráfico 1 . Correlación entre estresores y estrategias de afrontamiento

Cuadro 5 . Interpretación para el coeficiente de correlación

Coeficiente de correlación	Interpretación
$\pm 1,00$	Correlación perfecta (+) o (-)
De $\pm 0,90$ a $\pm 0,99$	Correlación muy alta (+) o (-)
De $\pm 0,70$ a $\pm 0,89$	Correlación alta (+) o (-)
De $\pm 0,40$ a $\pm 0,69$	Correlación moderada (+) o (-)
De $\pm 0,20$ a $\pm 0,39$	Correlación baja (+) o (-)
De $\pm 0,01$ a $\pm 0,19$	Correlación muy baja (+) o (-)
0	Correlación nula

En consecuencia, la correlación entre los estresores y las estrategias de afrontamiento del personal asistencial en el centro de salud de Huasahuasi. Tarma es moderada debido a que $r_s = 0.564$, con respecto a la muestra investigada.

Contrastación de hipótesis con respecto a los estresores y las estrategias de afrontamiento del personal asistencial en el centro de salud de Huasahuasi. Tarma.

a) Hipótesis operacional

Ho: No existe correlación moderada estadísticamente significativa en la población entre los estresores y las estrategias de afrontamiento del personal asistencial en el centro de salud de Huasahuasi. Tarma.

$$H_0: P_s = 0$$

Ha: Existe correlación moderada estadísticamente significativa en la población entre los estresores y las estrategias de afrontamiento del personal asistencial en el centro de salud de Huasahuasi. Tarma.

$$H_a: P_s \neq 0$$

b) Nivel de significancia

$\alpha = 0.05$, es decir el 5%

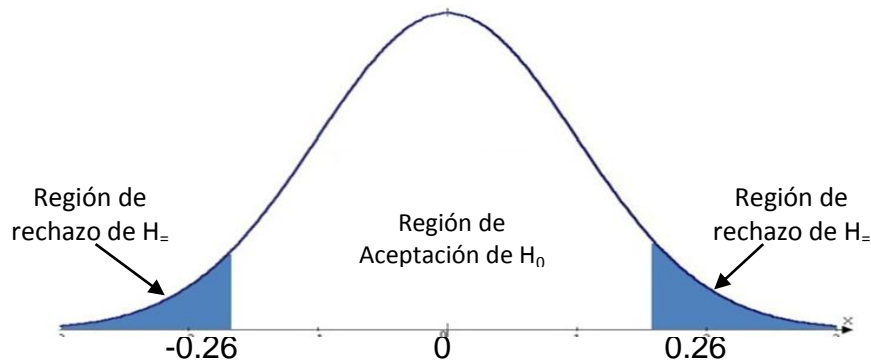
c) Región de rechazo y aceptación

$\alpha = 0.05$

$$r_s = \frac{\pm z}{\sqrt{n-1}}$$

$$r_s = \frac{\pm 1.64}{\sqrt{38-1}}$$

$$r_s = 0,2696$$



d) Decisión estadística

Puesto que r_s calculada es mayor que r_s teórica ($0.564 > 0.269$) en consecuencia se rechaza la hipótesis nula (H_0) y se acepta la hipótesis alterna (H_a)

e) Conclusión estadística.

Existe correlación moderada estadísticamente significativa en la población entre los estresores y las estrategias de afrontamiento del personal asistencial en el centro de salud de Huasahuasi. Tarma.

Coeficiente de correlación de la hipótesis específica 1, con respecto a los estresores y estrategias de afrontamiento en la dimensión resolución del problema del personal asistencial en el centro de salud de Huasahuasi. Tarma – 2018.

Cuadro 6. Correlación entre estresores y estrategias de afrontamiento en la dimensión resolución del problema

Correlaciones				
			Estresores laborales	Resolución del problema
Rho de Spearman	Estresores laborales	Coeficiente de correlación	1,000	,330**
		Sig. (bilateral)	.	,043
		N	38	38
	Resolución del problema	Coeficiente de correlación	,330**	1,000
		Sig. (bilateral)	,043	.
		N	38	38

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

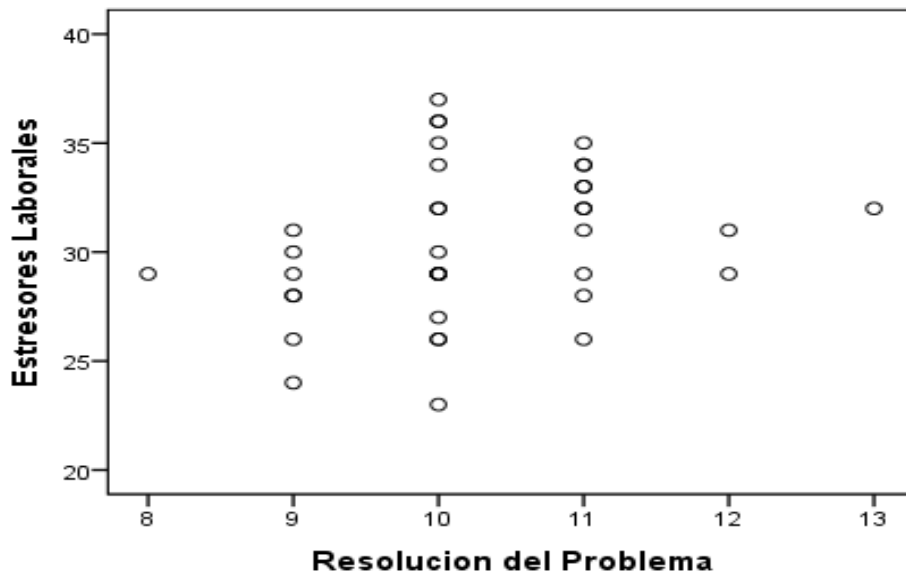


Gráfico 2. Correlación entre estresores y estrategias de afrontamiento en la dimensión resolución del problema

Cuadro 7. Interpretación para el coeficiente de correlación

Coefficiente de correlación	Interpretación
$\pm 1,00$	Correlación perfecta (+) o (-)
De $\pm 0,90$ a $\pm 0,99$	Correlación muy alta (+) o (-)
De $\pm 0,70$ a $\pm 0,89$	Correlación alta (+) o (-)
De $\pm 0,40$ a $\pm 0,69$	Correlación moderada (+) o (-)
De $\pm 0,20$ a $\pm 0,39$	Correlación baja (+) o (-)
De $\pm 0,01$ a $\pm 0,19$	Correlación muy baja (+) o (-)
0	Correlación nula

En consecuencia, la correlación entre los estresores y las estrategias de afrontamiento en la dimensión resolución del problema del personal asistencial en el centro de salud de Huasahuasi. Tarma es baja debido a que $r_s = 0.330$, con respecto a la muestra investigada.

Contrastación de hipótesis con respecto a los estresores y las estrategias de afrontamiento en la dimensión resolución del problema del personal asistencial en el centro de salud de Huasahuasi. Tarma.

a) Hipótesis operacional

Ho: No existe correlación baja estadísticamente significativa en la población entre los estresores y las estrategias de afrontamiento en la dimensión resolución del problema del personal asistencial en el centro de salud de Huasahuasi. Tarma.

$$H_0: P_s = 0$$

Ha: Existe correlación baja estadísticamente significativa en la población entre los estresores y las estrategias de afrontamiento en la dimensión resolución del problema del personal asistencial en el centro de salud de Huasahuasi. Tarma.

$$H_a: P_s \neq 0$$

b) Nivel de significancia

$\alpha = 0.05$, es decir el 5%

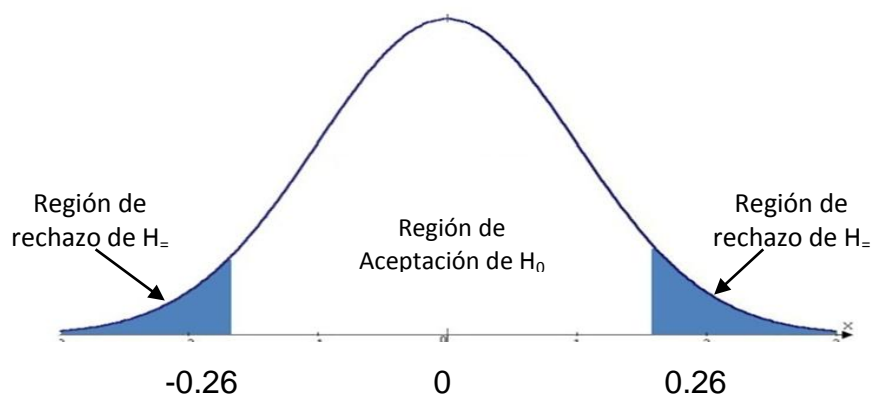
c) Región de rechazo y aceptación

$\alpha = 0.05$

$$r_s = \frac{\pm z}{\sqrt{n-1}}$$

$$r_s = \frac{\pm 1.64}{\sqrt{38-1}}$$

$$r_s = 0,2696$$



d) Decisión estadística

Puesto que r_s calculada es mayor que r_s teórica ($0.330 > 0.269$) en consecuencia se rechaza la hipótesis nula (H_0) y se acepta la hipótesis alterna (H_a)

e) Conclusión estadística.

Se concluye que: Existe correlación baja estadísticamente significativa en la población entre los estresores y las estrategias de afrontamiento en la dimensión resolución del problema del personal asistencial en el centro de salud de Huasahuasi. Tarma.

Coeficiente de correlación de la hipótesis específica 2, con respecto a los estresores y estrategias de afrontamiento en la dimensión pensamiento desiderativo del personal asistencial en el centro de salud de Huasahuasi. Tarma – 2018.

Cuadro 8. Correlación entre estresores y estrategias de afrontamiento en la dimensión pensamiento desiderativo

Correlaciones				
			Estresores laborales	Pensamiento desiderativo
Rho de Spearman	Estresores laborales	Coeficiente de correlación	1,000	,422**
		Sig. (bilateral)	.	,008
		N	38	38
	Pensamiento desiderativo	Coeficiente de correlación	,422**	1,000
		Sig. (bilateral)	,008	.
		N	38	38

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

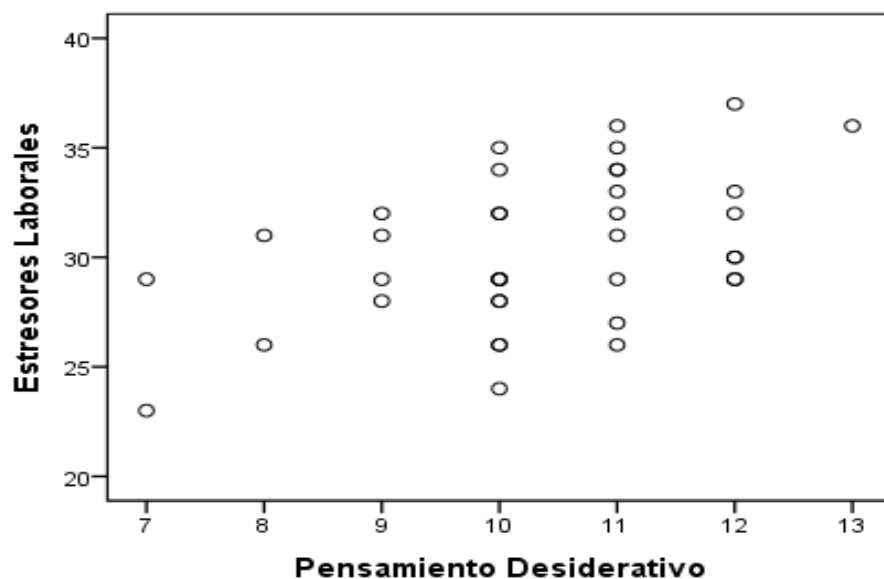


Gráfico 3. Correlación entre estresores y estrategias de afrontamiento en la dimensión pensamiento desiderativo

Cuadro 9. Interpretación para el coeficiente de correlación

Coeficiente de correlación	Interpretación
$\pm 1,00$	Correlación perfecta (+) o (-)
De $\pm 0,90$ a $\pm 0,99$	Correlación muy alta (+) o (-)
De $\pm 0,70$ a $\pm 0,89$	Correlación alta (+) o (-)
De $\pm 0,40$ a $\pm 0,69$	Correlación moderada (+) o (-)
De $\pm 0,20$ a $\pm 0,39$	Correlación baja (+) o (-)
De $\pm 0,01$ a $\pm 0,19$	Correlación muy baja (+) o (-)
0	Correlación nula

En consecuencia, la correlación entre los estresores y las estrategias de afrontamiento en la dimensión pensamiento desiderativo del personal asistencial en el centro de salud de Huasahuasi. Tarma es moderada debido a que $r_s = 0.422$, con respecto a la muestra investigada.

Contrastación de hipótesis con respecto a los estresores y las estrategias de afrontamiento en la dimensión pensamiento desiderativo del personal asistencial en el centro de salud de Huasahuasi. Tarma.

a) Hipótesis operacional

Ho: No existe correlación moderada estadísticamente significativa en la población entre los estresores y las estrategias de afrontamiento en la dimensión pensamiento desiderativo del personal asistencial en el centro de salud de Huasahuasi. Tarma.

$$H_0: P_s = 0$$

Ha: Existe correlación moderada estadísticamente significativa en la población entre los estresores y las estrategias de afrontamiento en la dimensión pensamiento desiderativo del personal asistencial en el centro de salud de Huasahuasi. Tarma.

$$H_a: P_s \neq 0$$

b) Nivel de significancia

$\alpha = 0.05$, es decir el 5%

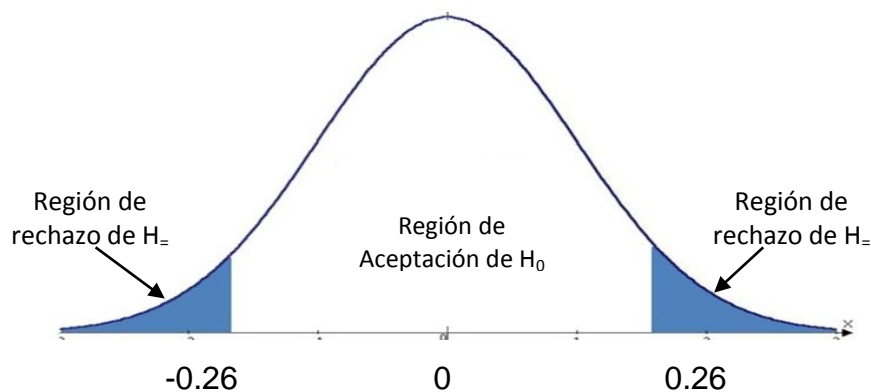
c) Región de rechazo y aceptación

$\alpha = 0.01$

$$r_s = \frac{\pm z}{\sqrt{n-1}}$$

$$r_s = \frac{\pm 1.64}{\sqrt{38-1}}$$

$$r_s = 0,2696$$



d) Decisión estadística

Puesto que r_s calculada es mayor que r_s teórica ($0.422 > 0.269$) en consecuencia se rechaza la hipótesis nula (H_0) y se acepta la hipótesis alterna (H_a)

e) Conclusión estadística.

Se concluye que: Existe correlación moderada estadísticamente significativa en la población entre los estresores y las estrategias de afrontamiento en la dimensión pensamiento desiderativo del personal asistencial en el centro de salud de Huasahuasi. Tarma.

Coeficiente de correlación de la hipótesis específica 3, con respecto a los estresores y estrategias de afrontamiento en la dimensión reconstrucción cognitiva del personal asistencial en el centro de salud de Huasahuasi. Tarma – 2018.

Cuadro 10. Correlación entre estresores y estrategias de afrontamiento en la dimensión reconstrucción cognitiva

Correlaciones				
			Estresores laborales	Reconstrucción cognitiva
Rho de Spearman	Estresores laborales	Coeficiente de correlación	1,000	,502**
		Sig. (bilateral)	.	,001
		N	38	38
	Reconstrucción cognitiva	Coeficiente de correlación	,502**	1,000
		Sig. (bilateral)	,001	.
		N	38	38
**. La correlación es significativa en el nivel 0,01 (bilateral).				

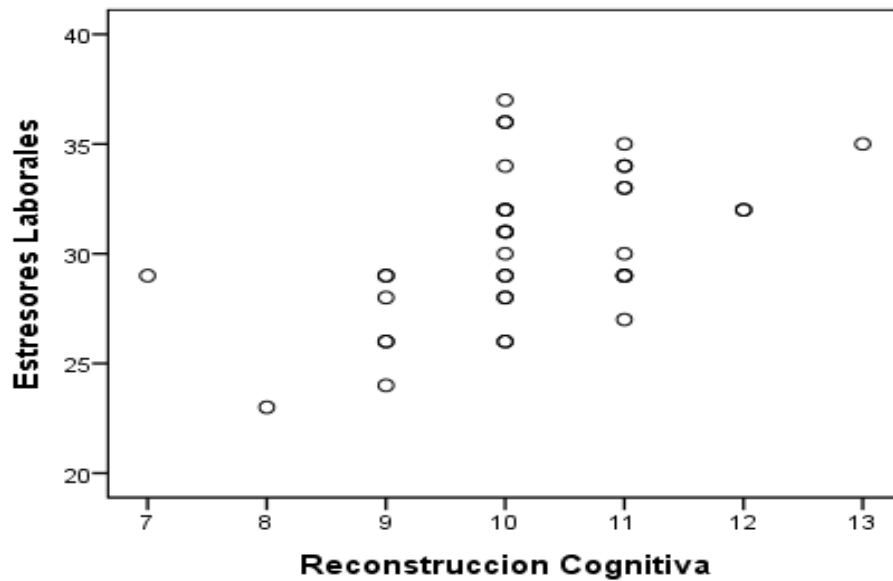


Gráfico 4. Correlación entre estresores y estrategias de afrontamiento en la dimensión reconstrucción cognitiva

Cuadro 11. Interpretación para el coeficiente de correlación

Coeficiente de correlación	Interpretación
$\pm 1,00$	Correlación perfecta (+) o (-)
De $\pm 0,90$ a $\pm 0,99$	Correlación muy alta (+) o (-)
De $\pm 0,70$ a $\pm 0,89$	Correlación alta (+) o (-)
De $\pm 0,40$ a $\pm 0,69$	Correlación moderada (+) o (-)
De $\pm 0,20$ a $\pm 0,39$	Correlación baja (+) o (-)
De $\pm 0,01$ a $\pm 0,19$	Correlación muy baja (+) o (-)
0	Correlación nula

En consecuencia, la correlación entre los estresores y las estrategias de afrontamiento en la dimensión reconstrucción cognitiva del personal asistencial en el centro de salud de Huasahuasi. Tarma es moderada debido a que $r_s = 0.502$, con respecto a la muestra investigada.

Contrastación de hipótesis con respecto a los estresores y las estrategias de afrontamiento en la dimensión reconstrucción cognitiva del personal asistencial en el centro de salud de Huasahuasi. Tarma.

a) Hipótesis operacional

Ho: No existe correlación moderada estadísticamente significativa en la población entre los estresores y las estrategias de afrontamiento en la dimensión reconstrucción cognitiva asistencial en el centro de salud de Huasahuasi. Tarma.

$$Ho: P_s = 0$$

Ha: Existe correlación moderada estadísticamente significativa en la población entre los estresores y las estrategias de afrontamiento en la dimensión reconstrucción cognitiva del personal asistencial en el centro de salud de Huasahuasi. Tarma.

$$Ha: P_s \neq 0$$

b) Nivel de significancia

$$\alpha = 0.05, \text{ es decir el } 5\%$$

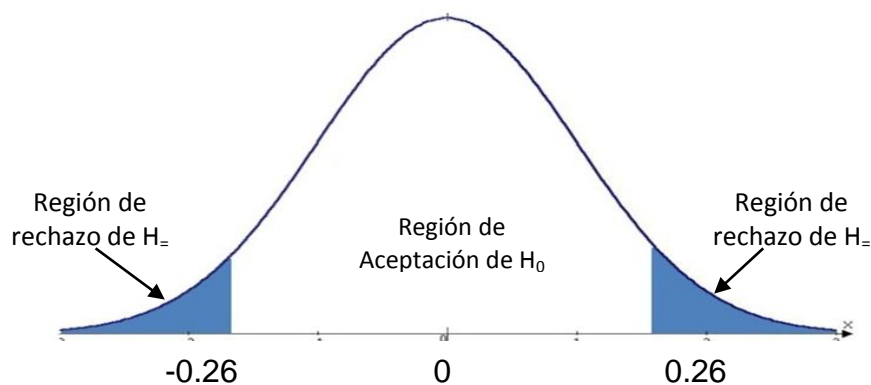
c) Región de rechazo y aceptación

$$\alpha = 0.01$$

$$r_s = \frac{\pm z}{\sqrt{n-1}}$$

$$r_s = \frac{\pm 1.64}{\sqrt{38-1}}$$

$$r_s = 0,2696$$



d) Decisión estadística

Puesto que r_s calculada es mayor que r_s teórica ($0.502 > 0.269$) en consecuencia se rechaza la hipótesis nula (H_0) y se acepta la hipótesis alterna (H_a)

e) Conclusión estadística.

Se concluye que: Existe correlación moderada estadísticamente significativa en la población entre los estresores y las estrategias de afrontamiento en la dimensión reconstrucción cognitiva del personal asistencial en el centro de salud de Huasahuasi. Tarma.

IV. DISCUSION

Teniendo en cuenta el objetivo general de la presente investigación: Determinar la relación entre los estresores y las estrategias de afrontamiento del personal asistencial en el centro de salud de Huasahuasi. Tarma- 2018. En relación a las variables estresores y las estrategias de afrontamiento, se determinó que existe correlación moderada estadísticamente significativa en la población entre los estresores y las estrategias de afrontamiento del personal asistencial en el centro de salud de Huasahuasi. Tarma, puesto que r_s calculada es mayor que r_s teórica ($0.564 > 0.269$).

Encontramos a Francisco, C.³ (2011), que estudia los estresores laborales de enfermería en instituciones de salud en Veracruz, Minatitlan, México. Concluye que el estrés es más frecuente en la edad adulta de los profesionales, por ser carrera femenina prevalece el sexo femenino y guarda correspondencia al tiempo de servicio, en donde a mas años laborando existirá más susceptibilidad a estresores.

Así mismo, el citado mostro que la gran mayoría de la población identifico como el principal estresor la sobrecarga laboral en el personal de enfermería, a continuación de la muerte y sufrimiento del paciente, así como la incertidumbre el tratamiento. En la presente investigación los trabajadores del Centro de Salud de Huasahuasi se encuentran expuesto a una serie de estresores como los elementos tangibles, la tarea y la organización y que exigen que se desarrollen

algunas medidas de afrontamiento para hacer frente al estrés y que si estas no son las adecuadas se verá afectada la salud del trabajador.

Sobre los estresores también Arevalo R.⁶ (2012), investiga el estrés laboral en el personal de enfermería del hospital IESS Loja. El investigador concluye que la presencia de riesgos psicosociales del trabajo relacionados con altas demandas por tareas de carácter rutinario que implican una sobrecarga cuantitativa, mental y emocional significativa, ausencia de un sistema de formación eficiente, estilos de liderazgo inadecuados, provocan problemas en el desempeño y satisfacción laboral.

Pinto M.⁸ (2016), también en su investigación sobre estresores laborales y nivel de estrés en profesionales de enfermería del Hospital Carlos Monge Medrano – Juliaca – 2016, refiere al respecto a los estresores laborales que el impacto del personal de enfermería es alto en la muerte y sufrimiento del paciente, seguido de la carga de trabajo e incertidumbre respecto al tratamiento; impacto regular a la falta de apoyo del personal de enfermería, preparación insuficiente del personal de enfermería y los problemas con la jerarquía.

En base al primer objetivo: Establecer la relación entre los estresores y el pensamiento desiderativo del personal asistencial en el centro de salud de Huasahuasi. Tarma- 2018. En relación a las variables estresores y las estrategias de afrontamiento en la dimensión pensamiento desiderativo, se determinó que existe correlación baja estadísticamente significativa en la población entre los estresores y las estrategias de afrontamiento en la dimensión pensamiento desiderativo del personal asistencial en el centro de salud de Huasahuasi. Tarma, puesto que r_s calculada es mayor que r_s teórica ($0.422 > 0.269$).

Podemos citar a Piñeiro M.⁵, que investiga sobre el estrés y factores relacionados en el personal sanitario de hospitalización psiquiátrica: un estudio de prevalencia. Los resultados que encuentra nos muestran que los estresores más frecuentes son las interrupciones frecuentes en la realización de sus tareas, sentirse impotente en el caso de un paciente que no mejora, ver a un paciente sufrir y realizar demasiadas tareas que no son de enfermería.

El citado también identifica que existe satisfacción y adecuación para el trabajo, identificando en el personal como estrategias de afrontamiento al estrés el pensamiento desiderativo, resultados muy parecidos a la presente investigación.

Así mismo, en cuanto a los mecanismos de afrontamiento los de mayor puntuación que encontró el investigador fue la resolución de problemas seguido del pensamiento desiderativo y recomienda que se debe mejorar su atención emocional, en la presente investigación existe una regular estrategia de afrontamiento para el pensamiento desiderativo, quizás porque el personal no cuenta con habilidades y destrezas de este tipo de pensamiento.

En el segundo objetivo: Establecer la relación entre los estresores y la resolución de problemas del personal asistencial en el centro de salud de Huasahuasi. Tarma- 2018. En relación a las variables estresores y las estrategias de afrontamiento en la dimensión resolución del problema, se determinó que existe correlación baja estadísticamente significativa en la población entre los estresores y las estrategias de afrontamiento en la dimensión resolución del problema del personal asistencial en el centro de salud de Huasahuasi. Tarma, puesto que r_s calculada es mayor que r_s teórica ($0.330 > 0.269$).

Piñeiro M. ⁵ (2013), que investiga sobre el estrés y factores relacionados en el personal sanitario de hospitalización psiquiátrica: un estudio de prevalencia, concluye en cuanto a los mecanismos de afrontamiento los de mayor puntuación han sido: Resolución de problemas; Pensamiento desiderativo; Apoyo social y Reestructuración cognitiva. En la presente investigación se encontró que existe una regular estrategia de afrontamiento para la dimensión resolución del problema, evidenciándose que quizás el personal no está preparado para enfrentar el problema y resolverlo, ocasionando muchas veces daños a nivel físico, psíquico y social en los trabajadores.

Sobre lo mencionado Gallego L. y col.⁴ (2017), investiga el estrés laboral y las estrategias de afrontamiento en personal de enfermería de Armenia, concluye que la presencia de estrés alto es causado por problemas financieros, familiares y de salud, es decir factores intrínsecos del trabajador lo que sugiere y baja en las

condiciones laborales relacionadas con la ejecución de su tarea conclusión que difiere a nuestra investigación.

En el tercer objetivo: Establecer la relación entre los estresores y la Reestructuración cognitiva del personal asistencial en el centro de salud de Huasahuasi. Tarma- 2018. En relación a las variables estresores y las estrategias de afrontamiento en la dimensión reconstrucción cognitiva, se determinó que existe correlación baja estadísticamente significativa en la población entre los estresores y las estrategias de afrontamiento en la dimensión reconstrucción cognitiva del personal asistencial en el centro de salud de Huasahuasi. Tarma, puesto que r_s calculada es mayor que r_s teórica ($0.502 > 0.269$). Podemos mencionar a Curay E.⁷ (2015), quien investiga los efectos del estrés laboral y los mecanismos de afrontamiento en el personal de salud del área quirúrgica del Hospital IESS Riobamba, Universidad Nacional de Chimborazo.

El citado concluye que los estresores relacionados con el usuario son el contacto con el dolor y la muerte, conflictos con pacientes o familiares, enfrentar normalmente situaciones graves, la sobrecarga laboral, conflictos con los mandos superiores, la inexperiencia laboral, falta de recompensa por el esfuerzo realizado, tipo de contrato con la institución, y trabajar en turnos en la noche y en días festivos. Las afectaciones principales a la salud a causa del estrés laboral están relacionadas con cefaleas y dolores musculares.

También se puede mencionar que los mecanismos de afrontamiento utilizados por el personal de enfermería frente a los estímulos estresantes son: escuchar música, leer, caminar, platicar, ejercicios físicos. Orar. En la presente investigación tenemos el pensamiento desiderativo, resolución del problema y la reconstrucción cognitiva.

El citado también encontró que el mecanismo de afrontamiento del estrés laboral de tipo adaptativa depende del nivel de predisposición del personal afectado, los más afectados están más predispuestos a buscar terapias adaptativas.

A través del desarrollo de técnicas de afrontamiento positivas se podrá manejar adecuadamente el estrés, así mismo controlando o minimizando los estresores

laborales se lograra el bienestar en el trabajador y garantizar un buen desempeño laboral.

V. CONCLUSIONES

1. En relación al objetivo general se determinó que existe correlación moderada estadísticamente significativa en la población entre los estresores y las estrategias de afrontamiento del personal asistencial en el centro de salud de Huasahuasi. Tarma, puesto que r_s calculada es mayor que r_s teórica ($0.564 > 0.269$).
2. En relación al objetivo específico uno se determinó que existe correlación baja en la población entre los estresores y las estrategias de afrontamiento en la dimensión pensamiento desiderativo del personal asistencial en el centro de salud de Huasahuasi. Tarma, puesto que r_s calculada es mayor que r_s teórica ($0.422 > 0.269$).
3. En relación al objetivo específico dos se determinó que existe correlación baja en la población entre los estresores y las estrategias de afrontamiento en la dimensión resolución del problema del personal asistencial en el centro de salud de Huasahuasi. Tarma, puesto que r_s calculada es mayor que r_s teórica ($0.330 > 0.269$).
4. En relación al objetivo específico tres se determinó que existe correlación baja en la población entre los estresores y las estrategias de afrontamiento en la dimensión reconstrucción cognitiva del personal asistencial en el centro de salud de Huasahuasi. Tarma, puesto que r_s calculada es mayor que r_s teórica ($0.502 > 0.269$).

VI. RECOMENDACIONES

1. Se debe socializar la presente investigación a nivel de la Dirección y trabajadores del Centro de Salud de Huasahuasi con la finalidad de implementar una serie de estrategias de control de los estresores labores al que están sometidos los trabajadores.
2. Realizar talleres que fortalezcan habilidades y destrezas en los trabajadores Centro de Salud de Huasahuasi que les permitan afrontar positivamente el estrés laboral, logrando así el bienestar físico, social y psicológico.
3. Implementar políticas y protocolos a nivel laboral que permitan un buen desempeño de los trabajadores del Centro de Salud de Huasahuasi a través del manejo adecuado de los estresores laborales.
4. Fomentar un buen clima laboral a través de la implementación de talleres que fortalezcan las relaciones interpersonales entre los trabajadores y que se refleje en un buen y armonioso desempeño.

VII. REFERENCIAS

1. OMS. La organización del trabajo y el estrés. Serie de protección de la salud de los trabajadores. (Nottingham) 2000; 1 (3): 3-5
2. Rostagno H. El abc del estrés laboral. Conductor de "JUNTOS". (Córdoba) 2015; 1 (3), 5-10.
3. Francisco, C. Estresores laborales de enfermería en instituciones de salud en Veracruz. México: tesis grado; 2011.
4. Gallego L. y col. El estrés laboral y las estrategias de afrontamiento en personal de enfermería de Armenia, Quindío: tesis grado; 2017.
5. Piñeiro M. Estrés y factores relacionados en el personal sanitario de hospitalización psiquiátrica: un estudio de prevalencia. Brasil: tesis grado; 2013.
6. Arévalo R. El estrés laboral en el personal de enfermería del hospital IESS Loja. España: tesis grado; 2012.
7. Curay E. Efectos del Estrés Laboral y los Mecanismos de Afrontamiento en el Personal de Salud del Área Quirúrgica del Hospital IESS Riobamba, Universidad Nacional de Chimborazo, Ecuador: tesis grado; 2015.
8. Pinto M. Estresores laborales y nivel de estrés en profesionales de enfermería del Hospital Carlos Monge Medrano – Juliaca, tesis grado; 2016.
9. Condori P. Estrés académico y su relación con las estrategias de afrontamiento de los estudiantes de enfermería de la Universidad Nacional Jorge Basadre Grohmann. Tacna: Tesis de grado; 2010.

10. Comín E. De la Fuente I, Gracia A. El estrés y el riesgo para la salud. Edita MAZ España; 2015.
11. Kahn, R. L. y Byosiére, P. "Stress in organizations". (Palo Alto) 1992; 1 (3) 571-650.
12. Campos, M. A. Causas y efectos del estrés laboral. Universidad de El Salvador, Escuela de Ingeniería Química. San Salvador; 2006.
13. Selye, H. Tensión sin angustias. Mc Graw-Hill. Madrid; 1975.
14. Slipak O. Revista Alcmeon, n°4; 1996.
15. Ribera D, Cartagena de la Peña E, Reig A, Sans I, Caruana A. Estrés laboral y salud en profesionales de enfermería. Estudio empírico en la provincia de Alicante: tesis de grado; 2010.
16. Meza M. Estrés laboral en profesionales de Enfermería: Estudio sobre evaluación cognoscitiva y afrontamiento. Escuela de Enfermería de la Universidad de Costa Rica: tesis de grado; 2010.
17. Lazarus RS, Folkman S. Estrés y procesos cognitivos. Barcelona: Martínez Roca, 1986. (Original de 1984.)
18. Frydemberg, E. y Lewis, R. Manual: ACS. Escalas de Afrontamiento para Adolescentes; 1996.
19. Martínez, H y Avila, E. Metodología de la investigación. Impreso Cosegraf. Ixtapaluca México; 2011.
20. Sánchez y Reyes, C. Metodología y diseños de la investigación científica. Lima Perú; 2005.
21. Torres S. Estadística descriptiva. Universidad Nacional de Tucumán; 2009.
22. Namakforoosh, M. Metodología de la investigación. Editorial Limusa Noriega Editores. México; 2002.
23. Hernández, R., Fernández, C. & Baptista, P. Metodología de la Investigación". México: Mc Graw-Hill; 2010.
24. Polit, Hungler, B. Investigación científica en ciencias de la salud. McGraww-Hill Interamericana. México. Sexta edición; 2000.
25. Ander-Egg, E. Métodos y técnicas de investigación social, grupo editorial Lumen Humanitas. Buenos Aires- México; 2003.

ANEXOS

ANEXO N°01: INSTRUMENTO

CUESTIONARIO PARA EVALUAR LOS ESTRESORES LABORALES

Complete el siguiente instrumento de acuerdo con las siguientes afirmaciones respecto a los estresores laborales del personal de salud del centro de salud de Huasahuasi.

Nro.	INTERROGANTE	siempre	a veces	nunca
		3	2	1
Ambiente físico				
1	Donde trabajo hay mala iluminación			
2	Donde trabajo hay ruidos molestos que interfieren con mi trabajo			
3	Donde trabajo hay basura o material contaminado.			
4	Donde trabajo la temperatura del ambiente es incómoda			
5	Donde trabajo hay olores desagradables			
Tarea				
6	Mis superiores controlan mucho las tareas que realizo			
7	Existe una supervisión permanente sobre las tareas que realizo			
8	Mis funciones y mis tareas no están claras			
9	Existe duplicidad en las funciones que realizo			
10	Las horas que trabajo son muy agotadoras.			
Organización				
11	Las relaciones interpersonales donde trabajo son malas			
12	En mi trabajo no se practica solidaridad para resolver problemas			
13	Existe mucho conflicto entre colegas			
14	En el área donde trabajo se promociona al personal			
15	En el área donde trabajo no se fomenta el desarrollo profesional			

CUESTIONARIO PARA EVALUAR ESTRATEGIAS DE AFRONTAMIENTO

Complete el siguiente instrumento de acuerdo con las siguientes afirmaciones respecto a los estresores laborales del personal de salud del centro de salud de Huasahuasi.

Nro.	INTERROGANTE	nunca	Casi nunca	Casi siempre	siempre
Resolución de problemas					
1	Ante los problemas siempre los resuelvo				
2	Me detengo para escuchar los problemas				
3	Repaso los problemas constantemente que se presentan en mi trabajo				
4	Los problemas los enfrento				
5	Resuelvo los problemas oportunamente				
Pensamiento desiderativo					
6	Trato de ser positiva y reducir el estrés				
7	No me siento responsable de la dificultades que se presentan donde laboro				
8	Ante dificultades cambio la forma de ver las cosas				
9	Ante problemas hablo con una persona de confianza				
10	Busco apoyo de amigos para resolver los problemas				
Reconstrucción cognitiva					
11	Ante dificultades quisiera poder cambiar y enfrentar el estrés				
12	Ante dificultades me comporto como si nada hubiera pasado				
13	Reconozco mis sentimientos				
14	Deseo no encontrarme en situaciones estresantes				
15	Ante dificultades dejo que me echen una mano,				

ANEXO N°02: VALIDACIÓN DE LOS INSTRUMENTOS

MATRIZ DE VALIDACIÓN DEL INSTRUMENTO

NOMBRE DEL INSTRUMENTO: Cuestionario sobre estrategias de afrontamiento al estrés laboral.

OBJETIVO: Determinar las estrategias de afrontamiento para su correlación al estrés laboral.

DIRIGIDO A: Personal Asistencial del Centro de Salud de Huasahuasi.

NOMBRES Y APELLIDOS DEL EVALUADOR: Luis Florencio Mucha Hospinal

GRADO ACADEMICO DEL EVALUADOR: Doctor

VALORACIÓN

Altamente válido	Válido <i>X</i>	Regularmente válido	Baja validez	No válido
------------------	-----------------	---------------------	--------------	-----------



FIRMA DEL EVALUADOR

MATRIZ DE VALIDACIÓN

TÍTULO DE LA TESIS: Estrés y estrategias de afrontamiento del personal asistencial en el centro de salud de Huasahuasi. Tarma- 2018.

VARIABLE	DIMENSIÓN	INDICADOR	ÍTEMS	OPCIÓN DE RESPUESTA			CRITERIOS DE EVALUACIÓN						observación y/o recomendaciones		
				Siempre	a veces	nunca	relación entre la variable y la dimensión		relación entre la dimensión y el indicador		relación entre el indicador y el ítems			relación entre el ítems y la oposición de respuesta	
							si	no	si	no	si	no		si	no
V1 Estresores	D1 Ambiente físico	La iluminación	Donde trabajo hay mala iluminación				X		X		X		X		
		El ruido	Donde trabajo hay ruidos molestos que interfieren con mi trabajo						X		X		X		
		Ambiente contaminado	Donde trabajo hay basura o material contaminado.						X		X		X		
		La temperatura	Donde trabajo la temperatura del ambiente es incómoda						X		X		X		
		Olores	Donde trabajo hay olores desagradables						X		X		X		
	D2 Tarea	El control sobre la tarea	Mis superiores controlan mucho las tareas que realizo				X		X		X		X		
			Existe una supervisión permanente sobre las tareas que realizo						X		X		X		
		Conflicto y ambigüedad del Rol	Mis funciones y mis tareas no están claras						X		X		X		
			Existe duplicidad en las funciones que realizo						X		X		X		
		La jornada de trabajo es excesiva	Las horas que trabajo son muy agotadoras.						X		X		X		


D3 Organización	Relaciones interpersonales	Las relaciones interpersonales donde trabajo son malas						X			X		
	Trabajo en equipo	En mi trabajo no se practica solidaridad para resolver problemas						X		X		X	
		Existe mucho conflicto entre colegas						X		X		X	
	Promoción y desarrollo profesional	En el área donde trabajo no se promociona al personal						X		X		X	
		En el área donde trabajo no se fomenta el desarrollo profesional						X		X		X	

MATRIZ DE VALIDACIÓN

TÍTULO DE LA TESIS: Estresores y estrategias de afrontamiento del personal asistencial en el centro de salud de Huasahuasi. Tarma- 2018.

VARIABLE	DIMENSIÓN	INDICADOR	ÍTEMS	OPCIÓN DE RESPUESTA			CRITERIOS DE EVALUACIÓN								observación y/o recomendaciones
				Siempre	a veces	nunca	relación entre la variable y la dimensión		relación entre la dimensión y el indicador		relación entre el indicador y el ítems		relación entre el ítems y la oposición de respuesta		
							si	no	si	no	si	no	si	no	
Variable 2: Estrategias de afrontamiento	D4 Resolución de problemas	Resuelvo el problema	Ante los problemas siempre los resuelvo				X		X		X		X		
		Escucha el problema	Me detengo para escuchar los problemas						X		X		X		
		Repasa el problema	Repaso los problemas constantemente que se presentan en mi trabajo						X		X		X		
		Enfrenta al problema	Los problemas los enfrento						X		X		X		
	Resuelvo los problemas oportunamente							X		X		X			
	D5 Pensamiento desiderativo	Sentimiento para reducir el estrés	Trato de ser positiva y reducir el estrés			X		X		X		X			
		Responsable de dificultades	No me siento responsable de la dificultades que se presentan donde laboro					X		X		X			
		Cambia la forma de ver las cosas	Ante dificultades cambio la forma de ver las cosas					X		X		X			
		Habla con una persona de confianza	Ante problemas hablo con una persona de confianza						X		X		X		
			Busco apoyo de amigos para resolver los problemas						X		X		X		

D6 Reestructuración cognitiva	Deseo de poder cambiar	Ante dificultades quisiera poder cambiar y enfrentar el estrés				X			X		X			
	Comportamiento como si nada hubiera pasado	Ante dificultades me comporto como si nada hubiera pasado							X		X			
	Sabe cómo me sentía	Reconozco mis sentimientos							X		X			
	Desea no encontrarme en esa situación	Deseo no encontrarme en situaciones estresantes							X		X			
	Dejó que me echaran una mano	Ante dificultades dejo que me echen una mano,							X		X			


 Dr. Luis F. Medina Hopkins
 DNI 19818693

ANEXO N°03: MATRIZ DE CONSISTENCIA

TÍTULO: Estrés y estrategias de afrontamiento del personal asistencial en el centro de salud de Huasahuasi. Tarma-2018

PROBLEMAS	OBJETIVOS	HIPÓTESIS	VARIABLES	METODOLOGIA
<p>Problema general ¿De qué manera los estresores se relacionan con las estrategias de afrontamiento del personal asistencial en el centro de salud de Huasahuasi? Tarma-2018?</p> <p>Problemas específicos ¿De qué manera el ambiente físico se relaciona con el pensamiento desiderativo del personal asistencial en el centro de salud de Huasahuasi? Tarma-2018?</p> <p>¿De qué manera la tarea laboral se relaciona con la Resolución de problemas del personal asistencial en el centro de salud de Huasahuasi? Tarma- 2018?</p>	<p>Determinar la relación entre los estresores y las estrategias de afrontamiento del personal asistencial en el centro de salud de Huasahuasi. Tarma-2018</p> <p>Objetivos específicos Establecer la relación entre el ambiente físico y el pensamiento desiderativo del personal asistencial en el centro de salud de Huasahuasi. Tarma-2018</p> <p>Establecer la relación entre la tarea laboral y la resolución de problemas del personal asistencial en el centro de salud de Huasahuasi. Tarma-</p>	<p>La relación es alta y significativa entre los estresores y las estrategias de afrontamiento del personal asistencial en el centro de salud de Huasahuasi. Tarma-2018</p> <p>Hipótesis específicas La relación es alta y significativa entre el ambiente físico y el pensamiento desiderativo del personal asistencial en el centro de salud de Huasahuasi. Tarma-2018</p> <p>La relación es alta y significativa entre la tarea laboral y la resolución de problemas del personal asistencial en el centro de salud de Huasahuasi. Tarma-</p>	<p>VI: ESTRESORES D1: Ambiente físico D2: Tarea laboral D3: Organización del trabajo V2: ESTRATEGIAS DE AFRONTAMIENTO D4: Resolución de problemas D5: Pensamiento desiderativo D6: Reestructuración cognitiva.</p>	<p>Diseño de investigación Descriptivo correlacional Esquema</p> <p>M: muestra O₁: variable estresores O₂: variable estrategias de afrontamiento Población y</p>

PROBLEMAS	OBJETIVOS	HIPÓTESIS	VARIABLES	METODOLOGIA
<p>¿De qué manera la organización del trabajo se relaciona con la Reestructuración cognitiva del personal asistencial en el centro de salud de Huasahuasi? Tarma- 2018?</p>	<p>2018</p> <p>Establecer la relación entre la organización del trabajo y la Reestructuración cognitiva del personal asistencial en el centro de salud de Huasahuasi. Tarma-2018</p>	<p>2018</p> <p>La relación es alta y significativa entre la organización del trabajo y la Reestructuración cognitiva del personal asistencial en el centro de salud de Huasahuasi. Tarma-2018</p>		<p>muestra</p> <p>N=38</p> <p>n=38</p> <p>Técnicas e instrumentos de recolección de datos</p> <p>Prueba de conocimiento</p> <p>Test de conocimiento</p> <p>Cuestionario</p> <p>Encuesta de cuestionario</p> <p>Validez y confiabilidad</p> <p>Validez de contenido</p> <p>Homogeneidad de ítems</p>

PROBLEMAS	OBJETIVOS	HIPÓTESIS	VARIABLES	METODOLOGIA
				Métodos de análisis de datos Estudio descriptivo Tablas de frecuencia, contingencia, gráfico de barras Estudio inferencial Coeficiente de correlación tau-b kendall Prueba de hipótesis Z

ANEXO N°04: CONSTANCIA QUE ACREDITA LA REALIZACIÓN DEL ESTUDIO

SOLICITO: AUTORIZACIÓN PARA APLICAR

ENCUESTA AL PERSONAL DE LA MICRORED

HUASAHUASI PARA FINES ACADÉMICOS.

M.C. ANGEL ROMERO ROMERO.

JEFE DE LA MICRORED HUASAHUASI

Yo, **CARY MURILLO HUAMAN**, ENFERMERA de profesión, colegiada y habilitada, identificado con DNI N° 21125227, domiciliada Av. ODRÍA S/N - Tarma, me presento ante usted; para solicitarle permiso para realizar mis encuestas sobre "Estrés y Estrategias de afrontamiento del personal asistencial en el centro de salud de HUASAHUASI", expongo lo siguiente:

Que siendo un procedimiento regular recurro a Ud. Para solicitarle Autorización para aplicar mis encuestas en el Centro de Salud de Huasahuasi, siendo de gran importancia para mí carrera profesional, por ser parte de una investigación para poder obtener el grado de magister y por ende para el beneficio de la carrera de ENFERMERIA y para su institución que lo dirige.

Sin otro en particular me despido de Ud. muy afectuosamente y pido acceder a mi petición por ser justicia.

Tarma, 28 Abril del 2018



CARY MURILLO HUAMAN
DNI: 21125227

U.S.	HUASI
N°	052
HO a	10:00am
DIA	28/6/18



PERÚ Ministerio de Salud

“Año del Diálogo y la Reconciliación Nacional”

Centro de salud de huasahuasi

Autorización Para Encuestar al Personal De Salud

LA JEFATURA DE CENTRO DE SALUD HUASAHUASI, QUE SUSCRIBE:

QUE, CARY MURILLO HUAMAN, identificada con DNI: 21125227 Enfermera del centro de salud de Huasahuasi, habiendo solicitado la autorización para ejecutar el proyecto de investigación “Estresores y Estrategias de afrontamiento del personal asistencial en el Centro De Salud De Huasahuasi, Tarma 2018.

SE RESUELVE Y SE DEJA CONSTANCIA:

Autorizar y dar las facilidades para el acceso a la información que requiere.

Se realiza la siguiente constancia a la solicitud del interesado para fines que crea conveniente.

Huasahuasi, 3 de junio del 2018



Angel Romero Romero
MEDICO CIRUJANO
C.M.P. 65010

ANEXO N°05: BASE DE DATOS DE CONFIABILIDAD DEL INSTRUMENTO ESTRESORES

	Ambiente físico					Tarea					Organización				
	item_01	item_02	item_03	item_04	item_05	item_06	item_07	item_08	item_09	item_10	item_11	item_12	item_13	item_14	item_15
1	2	2	2	2	2	3	3	2	3	3	2	2	3	2	2
2	1	1	2	3	1	2	2	2	1	3	2	1	2	3	1
3	2	2	1	2	1	2	3	3	1	3	2	2	2	2	2
4	3	2	1	2	1	3	3	3	3	3	2	2	3	2	3
5	2	2	2	2	1	2	3	1	1	1	2	2	2	3	2
6	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	3	3	2	2	2
7	2	2	2	2	2	2	3	2	3	3	2	2	3	2	2
8	1	2	2	3	1	1	2	2	1	3	2	1	2	3	1
9	1	2	2	2	1	1	3	2	3	2	3	1	2	3	1
10	2	3	1	2	2	2	3	2	2	1	2	2	2	2	2
11	1	2	3	2	1	3	2	2	1	2	1	2	1	1	3
12	2	2	2	3	2	2	1	3	2	1	3	2	2	3	2
13	2	2	1	3	1	1	2	2	1	3	1	3	3	2	2
14	1	1	1	2	2	1	2	2	1	2	2	2	3	3	1
15	3	2	1	3	3	3	3	3	2	3	3	2	2	2	3
16	2	1	1	2	2	2	3	2	1	2	2	3	2	1	2
17	2	2	3	2	3	2	2	2	2	2	1	2	3	2	3
18	3	1	2	3	1	3	3	3	3	2	3	3	2	2	1
19	2	2	1	1	2	2	1	2	1	1	1	1	1	1	2
20	3	3	2	2	1	3	3	3	2	2	2	2	3	3	2

Resumen de procesamiento de casos

		N	%
Casos	Válido	20	100,0
	Excluido ^a	0	,0
	Total	20	100,0

a. La eliminación por lista se basa en todas las variables del procedimiento.

Estadísticas de fiabilidad

Alfa de Cronbach N de elementos

,672 15

Estadísticas de total de elemento

	Media de escala si el elemento se ha suprimido	Varianza de escala si el elemento se ha suprimido	Correlación total de elementos corregida	Alfa de Cronbach si el elemento se ha suprimido
Item_01	28,75	14,618	,617	,609
Item_02	28,80	17,432	,128	,674
Item_03	29,00	18,105	-,038	,697
Item_04	28,40	16,989	,215	,665
Item_05	29,10	17,463	,070	,685
Item_06	28,60	15,200	,466	,630
Item_07	28,25	15,671	,402	,640
Item_08	28,45	15,945	,473	,636
Item_09	28,90	13,884	,603	,601
Item_10	28,50	16,579	,185	,672
Item_11	28,65	16,029	,332	,650
Item_12	28,70	16,537	,259	,660
Item_13	28,45	15,839	,409	,641
Item_14	28,50	18,158	-,053	,701
Item_15	28,75	16,618	,221	,665

**ANEXO N°06: BASE DE DATOS DE CONFIABILIDAD DEL INSTRUMENTO
ESTRATEGIAS DE AFRONTAMIENTO**

	Resolución de problemas					Pensamiento desiderativo					Reestructuración cognitiva				
	Item_01	Item_02	Item_03	Item_04	Item_05	Item_06	Item_07	Item_08	Item_09	Item_10	Item_11	Item_12	Item_13	Item_14	Item_15
1	2	3	2	3	2	3	3	2	3	3	1	2	3	2	2
2	1	1	3	1	1	2	3	2	2	2	2	1	2	3	1
3	2	3	3	2	2	3	2	3	2	2	3	1	3	2	2
4	3	3	3	2	2	3	3	3	3	2	2	2	3	1	2
5	2	3	2	2	2	2	2	1	1	1	3	2	2	3	2
6	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	1
7	2	1	3	2	2	2	2	2	3	3	2	2	3	2	2
8	2	2	2	1	3	1	3	2	1	3	2	3	2	3	1
9	2	2	2	2	1	2	2	2	3	2	1	1	2	1	1
10	2	3	1	2	3	2	1	2	2	1	2	3	2	2	2
11	2	3	2	3	2	3	3	2	3	3	3	3	3	2	2
12	2	2	2	2	2	2	2	3	2	1	2	2	2	3	3
13	2	2	1	2	2	3	3	1	1	3	3	2	3	2	2
14	2	3	3	3	2	3	3	2	2	2	1	3	3	3	2
15	3	2	3	2	3	2	2	3	2	3	2	3	2	2	3
16	2	1	1	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	1	2
17	2	2	2	2	3	3	2	2	2	2	3	3	2	2	3
18	3	3	2	1	1	1	2	3	1	2	3	1	2	2	2
19	1	2	1	3	2	2	1	2	2	1	2	2	2	2	2
20	3	3	2	3	3	3	2	3	2	2	3	1	1	3	2

Resumen de procesamiento de casos

		N	%
Casos	Válido	20	100,0
	Excluido ^a	0	,0
	Total	20	100,0

a. La eliminación por lista se basa en todas las variables del procedimiento.

Estadísticas de fiabilidad

Alfa de Cronbach N de elementos

,637 15

Estadísticas de total de elemento

	Media de escala si el elemento se ha suprimido	Varianza de escala si el elemento se ha suprimido	Correlación total de elementos corregida	Alfa de Cronbach si el elemento se ha suprimido
Item_01	30,20	14,695	,363	,608
Item_02	29,95	14,155	,326	,609
Item_03	30,20	14,274	,322	,610
Item_04	30,20	14,484	,337	,609
Item_05	30,20	14,589	,314	,612
Item_06	30,00	13,474	,546	,575
Item_07	30,05	14,787	,273	,618
Item_08	30,10	15,358	,166	,633
Item_09	30,30	14,642	,246	,622
Item_10	30,20	14,484	,281	,617
Item_11	30,10	16,200	-,026	,663
Item_12	30,20	14,800	,184	,634
Item_13	30,00	14,842	,311	,614
Item_14	30,15	16,239	-,028	,662
Item_15	30,35	14,661	,326	,611

ANEXO N°07: BASE DE DATOS

Base de datos para la variable estresores

	Item_01	Item_02	Item_03	Item_04	Item_05	Item_06	Item_07	Item_08	Item_09	Item_10	Item_11	Item_12	Item_13	Item_14	Item_15
1	1	3	2	2	2	2	3	2	2	2	2	3	2	2	3
2	2	3	3	3	3	2	1	3	2	2	3	2	3	3	2
3	3	2	2	2	2	1	2	2	3	2	2	2	2	2	2
4	1	3	1	2	1	2	1	1	1	1	2	3	3	2	2
5	2	1	3	2	2	2	2	2	2	2	2	1	3	3	2
6	3	2	1	2	2	1	3	2	2	2	2	3	1	1	2
7	3	2	2	2	1	2	2	1	2	3	2	1	2	2	3
8	2	2	3	2	2	3	2	2	2	2	2	2	3	2	2
9	3	3	3	2	3	3	2	3	2	3	2	2	3	2	2
10	2	2	1	2	1	2	2	1	1	2	1	3	1	2	2
11	3	2	1	1	1	1	2	1	3	3	2	2	3	2	1
12	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	1
13	2	2	2	2	2	2	2	2	3	1	3	2	2	2	2
14	1	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	2	3
15	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2
16	1	1	3	1	3	1	1	2	2	2	2	2	3	1	3
17	2	1	2	2	1	2	2	1	3	3	3	3	2	2	2
18	2	2	3	3	3	3	3	3	2	2	2	1	3	2	3
19	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2
20	3	2	1	2	2	3	2	2	3	3	2	3	2	1	2
2	3	2	2	2	2	2	3	2	2	2	3	2	2	2	3

1															
2 2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	1
2 3	1	2	2	2	1	1	2	2	3	1	1	2	2	1	2
2 4	2	3	2	2	2	2	2	2	1	2	2	1	3	3	1
2 5	3	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	3
2 6	2	3	2	2	1	2	2	1	2	2	2	3	2	2	2
2 7	2	2	3	3	3	3	2	3	2	2	3	2	3	2	1
2 8	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	1	3	2	3	2
2 9	2	2	2	2	2	3	2	2	2	3	2	2	2	2	3
3 0	1	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2
3 1	1	2	1	2	1	2	2	1	1	2	1	1	2	2	2
3 2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	2	2	2	1	1
3 3	3	2	3	2	3	2	3	3	3	2	3	2	3	3	2
3 4	1	2	2	2	2	2	2	2	1	1	1	2	2	2	2
3 5	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	3
3 6	2	2	1	2	2	2	3	2	2	3	3	2	1	1	2
3 7	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	3	2
3 8	3	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	1	2	2	3

Base de datos para la variable estrategias de afrontamiento

	Item_01	Item_02	Item_03	Item_04	Item_05	Item_06	Item_07	Item_08	Item_09	Item_10	Item_11	Item_12	Item_13	Item_14	Item_15
1	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3
2	1	2	1	3	2	2	3	1	3	2	2	1	3	2	2
3	2	3	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2
4	2	2	2	3	2	2	2	2	2	3	2	2	3	3	3
5	2	3	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	3	1
6	2	2	2	3	2	2	3	2	2	2	2	2	3	2	2
7	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2
8	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2
9	2	2	2	2	1	2	2	2	3	3	2	2	2	1	3
10	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2
11	1	2	2	2	1	2	2	2	2	1	2	2	2	2	1
12	2	3	3	2	2	1	2	2	1	2	1	3	2	2	2
13	2	2	1	2	2	2	2	1	3	2	2	1	2	2	2
14	3	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2
15	2	2	2	2	2	2	3	2	3	2	2	2	2	2	2
16	1	3	1	3	2	2	2	2	3	1	1	2	3	2	1
17	3	2	3	3	2	3	3	2	2	1	2	2	3	2	1
18	2	2	2	2	2	2	3	3	3	2	2	2	2	2	2
19	3	2	2	1	2	2	1	2	1	1	2	2	1	2	1
20	2	3	1	2	2	3	2	1	2	2	3	2	2	2	2
21	1	2	3	2	2	2	2	2	1	3	1	2	2	2	3

2 2	2	2	2	3	1	2	3	2	2	2	2	2	3	2	2
2 3	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	2	2	2	2	3
2 4	3	2	2	2	2	2	2	2	3	2	3	2	2	2	2
2 5	1	2	2	2	2	1	2	1	2	1	1	1	2	2	1
2 6	2	2	2	3	2	2	3	2	3	2	2	2	3	2	2
2 7	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2
2 8	1	3	2	2	2	1	1	2	2	2	2	2	2	2	2
2 9	3	2	2	2	1	2	3	3	2	2	3	3	2	1	2
3 0	2	2	2	3	2	2	2	2	3	2	2	2	3	2	2
3 1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2
3 2	2	2	2	1	2	2	1	2	1	3	2	2	1	2	3
3 3	3	2	3	2	2	3	2	2	3	2	3	2	2	2	2
3 4	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2
3 5	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2
3 6	2	1	3	2	1	2	2	2	2	2	2	3	2	1	2
3 7	2	2	2	3	2	2	2	3	2	3	3	2	3	2	2
3 8	3	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	3

ANEXO N°08: EVIDENCIAS FOTOGRÁFICAS











