



UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO

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

**Afrontamiento al estrés frente a la pandemia del Covid-19 en el
personal policial de la Comisaria de Surquillo, 2021.**

TESIS PARA OBTENER EL TÍTULO PROFESIONAL DE:
Licenciada en Enfermería

AUTORAS:

Br. Chamorro Parejas, Medali (ORCID: 0000-0002-5672-0336)

Br. Rojas Paitan, Jackeline Brigitte (ORCID:0000-0003-1769-630X)

ASESORA:

Mgr. Herrera Alvarez, Rosa Liliana (ORCID: 0000-0002-5829-1686)

LÍNEA DE INVESTIGACIÓN:

Salud Mental

LIMA – PERÚ

2021

Dedicatoria

Este trabajo está dedicado, en primer lugar, a Nuestro Padre Celestial por brindarnos vitalidad, sabiduría, perseverancia y sobre todo por iluminarnos al escoger este tema que será de mucha utilidad para la población vulnerable; a nuestras familias que nos brindaron el amor, fortaleza y apoyo para superar los desafíos en nuestra vida universitaria. Finalmente, y no menos importante, a la Policía Nacional del Perú que trabaja arduamente durante esta pandemia, a las familias de los efectivos policiales, a las personas infectadas y fallecidas por el Covid -19.

Agradecimiento

Manifestamos nuestros sinceros agradecimientos a nuestros padres y asesora del curso por el constante apoyo y consejo que nos han brindado durante todo el desarrollo de nuestra investigación; sobre todo a los efectivos policiales que participaron voluntaria y desinteresadamente en nuestra investigación.

Índice de contenidos

Dedicatoria	ii
Agradecimiento	iii
Índice de contenidos.....	iv
Índice de tablas	v
Resumen	vi
Abstratc	vii
I. INTRODUCCIÓN	1
II. MARCO TEÓRICO.....	5
III.METODOLOGÍA.....	14
3.1. Tipo y diseño de investigación	14
3.2. Variables y operacionalización	14
3.3. Población.....	14
3.4. Técnicas e instrumentos de recolección de datos	15
3.5. Procedimientos	17
3.6. Método de análisis de datos	17
3.7. Aspectos éticos.....	17
IV. RESULTADOS.....	19
V. DISCUSIÓN.....	23
VI. CONCLUSIÓN	26
VII. RECOMENDACIONES.....	27
REFERENCIAS	
ANEXOS	

Índice de tablas

Tabla 1: Afrontamiento al estrés frente a la pandemia del Covid-19 en personal policial de la comisaría de surquillo	19
Tabla 2: Afrontamiento al estrés frente a la pandemia del Covid-19 en el personal policial de la comisaría de surquillo según dimensión focalización en la solución de problema	19
Tabla 3: Afrontamiento al estrés frente a la pandemia del Covid-19 en el personal policial de la comisaría de surquillo según la dimensión autofocalización	20
Tabla 4: Afrontamiento al estrés frente a la pandemia del Covid-19 en el personal policial de la comisaría de surquillo según la dimensión reevaluación positiva	20
Tabla 5: Afrontamiento al estrés frente a la pandemia del Covid-19 en el personal policial de la comisaría de surquillo según la dimensión expresión emocional	.21
Tabla 6: Afrontamiento al estrés frente a la pandemia del Covid-19 en el personal policial de la comisaría de surquillo según la dimensión evitación.....	21
Tabla 7: Afrontamiento al estrés frente a la pandemia del Covid-19 en el personal policial de la comisaría de surquillo según la dimensión búsqueda de apoyo	22
Tabla 8: Afrontamiento al estrés frente a la pandemia del Covid-19 en el personal policial de la comisaría de surquillo dimensión religión	22

RESUMEN

El presente estudio tuvo como objetivo general determinar las estrategias de afrontamiento al estrés frente a la pandemia del covid-19 en personal policial de la comisaria de surquillo, 2021. Se empleó el método cuantitativo, diseño no experimental, descriptivo, básico de corte transversal. La población elegida estuvo conformada por 74 efectivos policiales pertenecientes a la comisaria de surquillo, teniendo en cuenta los criterios de inclusión y exclusión. Para la recolección de los datos se aplicó un instrumento validado: cuestionario de afrontamiento al estrés (CAE) de Bonifacio Bandín y Paloma Chorot que mide la variable con 42 ítems. Los resultados indican que el afrontamiento al estrés de los efectivos de la comisaria de Surquillo frente a la pandemia del Covid-19 es alto con un 55.41%; moderado, 37.84% y; un 6.76% presenta un afrontamiento al estrés bajo. Por lo tanto, se concluye que, en la mayoría de los efectivos policiales de la comisaría de Surquillo, existe un afrontamiento al estrés alto según el Cuestionario de Afrontamiento al estrés (CAE).

Palabras clave: Afrontamiento al estrés, Personal Policial, Covid-19.

ABSTRACT

The general objective of the present study was to determine the strategies for coping with stress in the face of the covid-19 pandemic in police personnel from the police station of Surquillo, 2021. The quantitative method, non-experimental, descriptive, basic cross-sectional design was used. The chosen population consisted of 74 police officers belonging to the Surquillo police station, taking into account the inclusion and exclusion criteria. For data collection, a validated instrument was applied: the stress coping questionnaire (CAE) by Bonifacio Bandín and Paloma Chorot, which measures the variable with 42 items. The results indicate that the coping with stress of the staff of the Surquillo police station in the face of the Covid-19 pandemic is high with 55.41%; moderate, 37.84% and; 6.76% present low stress coping. Therefore, it is concluded that, in the majority of the police officers of the Surquillo police station, there is high coping with stress according to the Coping with Stress Questionnaire (CAE).

Key words: Coping with stress, Police Personnel, Covid-19

I. INTRODUCCIÓN:

En la actualidad la enfermedad pandémica del Covid-19 se convirtió en uno de los más grandes retos de la Salud Pública que la humanidad está enfrentando frente al Covid-19, que ha movilizó a las distintas instituciones en medio de las cuales la Policía Nacional, una de las instituciones públicas activas por la pandemia, está posicionada en la primera línea. Mientras la enfermedad pandémica (COVID-19) se propaga por todo el mundo, causa inquietud, miedo y estrés, las cuales son actitudes naturales y usuales en situaciones variables e inciertas en que todos se hallan.¹ Debido a la gran responsabilidad que a este grupo se le ha asignado, tanto en el orden público como en la situación sanitaria; esto hace que la vulnerabilidad mental aumente los casos de depresión y ansiedad. Los expertos de salud poseen el compromiso de impulsar el afrontamiento al estrés.

El doctor Hans Henri P. Kluge, que es el director regional de la Organización Mundial de la Salud (OMS) para Europa, comentó que el problema que afronta los individuos es el desempeño y la actitud frente al estrés que se desarrolla tan inmediatamente en la vida y la sociedad. Por tal motivo a casi año y medio de haber iniciado la enfermedad pandémica se sigue enfrentando la crisis y por esto la Organización Panamericana de la Salud (OPS) y la OMS reconocen que la pandemia impacta la salud psicológica en buena parte poblacional, con particular impacto en el personal policial y militar, por lo cual este conjunto laboral necesita una atención de salud de forma enfocada y personalizada.

A nivel mundial hasta el 18 de junio, la estadística muestra el número de decesos causados por el COVID-19, habiéndose contabilizado aproximadamente 20 millones de muerte debida al virus. Estados Unidos encabeza la lista con 616.440 decesos, consecutivamente se encuentra Brasil con 496.172, India con 383.521, México con 230.792, Perú con 189.757

decesos y en el último lugar se encuentra Vanuatu con 1 deceso. En la lista

están incluidos los efectivos policiales que fallecieron en esta pandemia a causa de la Covid-19.² Hasta el 7 de abril del 2020, en Nueva York, cerca del 20 % de policías fueron infectados por el Covid-19 y 12 resultaron fallecidos.

Con respecto a Brasil, no se cuenta con estudios; no obstante, Fundação Getúlio Vargas en unión con Fórum Brasileiro de Segurança Pública, que es el Foro de Brasil de Seguridad Pública, realizaron una encuesta y de acuerdo a los resultados, los agentes de la Policía civil y Militar con un 59.7%, muestran temor de contagiarse del COVID-19 o que un familiar este contagiado; 1/3 de los efectivos policiales reportaron que recibieron capacitación y equipo de protección individual para afrontar en su trabajo diario la pandemia.

Caycho T. Carbajal C. y colaboradores mencionan que en un estudio que se realizó en el Reino Unido, en la que participaron 67 estudios de 24 países, señalaron que un 14.6% de efectivos policiales presentaron indicios depresivos; 14.2%, trastorno de estrés postraumático; 9.6% y 5%, trastorno de ansiedad generalizada y dependencia al alcohol respectivamente.

Hoy en día, los efectivos policiales trabajan para que las medidas dispuestas por el gobierno peruano sean cumplidas y haya un orden público; así afrontar la pandemia. En el Perú hasta el 19 de enero del 2021 se reportaron 530 policías fallecidos por la pandemia y más de 40 mil agentes infectados siendo el promedio de policías hospitalizados de 106 y en ese momento encontrándose 16 con ventilación mecánica. Y es que la fuerza policial tiene entre sus responsabilidades varias ocupaciones concretas como los horarios de toque de queda, eludir las aglomeraciones o evitar las reuniones, control de las cuarentenas, etc.³

Aun cuando el caso de custodia de los efectivos policiales ha mejorado en especial en particular, respecto a sus recursos de EPP, constantemente existe la probabilidad de disponer de recursos limitados y exponerse a un más al peligro de contagiarse de la patología; a los que da como consecuencia un crecimiento al estrés y una carga laboral. La salud mental de los policías

necesita ser atendida, ya que en estas condiciones es un problema de Salud pública.

El personal policial, en las condiciones que desempeña su labor, no continuamente son óptimas, ya sea por un sueldo bajo, escasas horas de tiempo libre, varias horas de trabajo, material y recursos humanos escasos, etc. El estrés puede incrementarse una vez que el policía enfrenta las solicitudes propias de su trabajo y se siente insuficiente de mantener el control de aquellas solicitudes. La exposición ineludible a fuentes de estrés y la ineficacia de las tácticas de afrontamiento del policía, incrementa a que el individuo tenga un deterioro en términos de su salud y hacen que se debilite la función de su resistencia del profesional.

En el año 1994, una investigación desarrollada por Casanueva y Di Martino calificó el grado de estrés del personal policial, después de la minería, en primer lugar, y por arriba de otras profesiones como enfermería y medicina, debido a que afronta riesgos físicos y pone su vida en juego en cualquier instante.

Durante las prácticas pre profesionales, en el distrito de Surquillo, se observó que el personal policial en cumplimiento de lo decretado por el Supremo Gobierno en esta situación de pandemia por la presencia del Covid-19 a nivel nacional, además de preservar el cumplimiento de la seguridad de las personas, se le agregado funciones para hacer respetar las normas de prevención y comportamiento ciudadano por la pandemia, lo que en si ha recargado su labor, algunos manifiestan “sentirse con temor de contagiarse lo de este virus, teniendo preocupación al salir a patrullar a las calles para que se cumpla las medidas del distanciamiento y la cuarentena , al estar en contacto con personas que posiblemente estén contagiadas y tener que intervenirlas, sienten incertidumbre ya que, sus familias los esperan en sus hogares y realizan el lavado de mano como medida preventiva, desinfección al llegar a casa y usar equipos de protección personal (EPP) cuando estén laborando”.

Debido a todo lo anteriormente mencionado, se plantea la siguiente pregunta de investigación: ¿Cuáles son las estrategias de afrontamiento al estrés frente a la pandemia del Covid-19 en el personal policial de la Comisaría de Surquillo, 2021? Este estudio se considera conveniente realizar tomando en cuenta que la Policía Nacional del Perú es una población vulnerable puesto que, constituye a la primera línea en la lucha contra el Covid-19, se espera que este estudio de una aportación teórica al respecto por el escaso conocimiento que existe en esa realidad de la variable, así mismo al hacer uso de una escala ya validada, como el que es el cuestionario de afrontamiento al estrés (CAE) y puede ser luego aplicada en otras realidades cuyos resultados permiten formular recomendaciones o propuestas de mejora. Así mismo, tiene una justificación práctica en la medida que ayudará a tomar medidas de solución y/ o proponer estrategias que contribuirían a resolverlo; esto en relación con el afrontamiento al estrés frente a la pandemia Covid-19 en la Policía Nacional del Perú, como también lograr a conocer el nivel de ansiedad que pueda existir en la Policía Nacional del Perú. También cuenta con una justificación metodológica porque está aportando, con un instrumento ya validado, nuevas estrategias que generen un conocimiento válido y confiable. De esta forma el objetivo general será: Determinar las estrategias de afrontamiento al estrés frente a la pandemia del Covid-19 en el personal policial de la Comisaría de Surquillo, 2021. Así mismo, entre los Objetivos específicos se tiene: Identificar el afrontamiento al estrés según la dimensión focalización en la solución del problema en el personal policial, Identificar el afrontamiento al estrés según la dimensión Auto focalización negativa en el personal policial, Identificar el afrontamiento al estrés según la dimensión reevaluación positiva en el personal policial, Identificar el afrontamiento al estrés según la dimensión expresión emocional abierta en el personal policial, Identificar el afrontamiento al estrés según la dimensión evitación en el personal policial, Identificar el afrontamiento al estrés según la dimensión búsqueda de apoyo social en el personal policial, Identificar el afrontamiento al estrés según la dimensión religión en el personal policial.

II. MARCO TEÓRICO

Fue necesario desarrollar una revisión que enmarque la problemática tanto a nivel Nacional como Internacional encontrándose que los problemas de Estrés policial han incrementado.

De este modo a nivel internacional se presenta el estudio de Franco Y., Mipaz J. y at. que desarrollaron en Colombia en el año 2020, cuyo objetivo ha sido entablar la relación entre estilos de afrontamiento y estilos de pensamiento del personal del área administrativa de la policía del departamento de Nariño; en la cual tuvo un enfoque experimental analítico, de un patrón cuantitativo y de tipo correlacional, su diseño fue no empírico de corte transversal. Los investigadores contaron con una población de 70 policías. Ellos aplicaron dos instrumentos para la recolección de datos: la Encuesta para el diagnóstico integral de Dominancia Cerebral y el Cuestionario de Afrontamiento de Estrés. De acuerdo a los resultados, los investigadores designan que los estilos de afrontamiento tales como la búsqueda de apoyo social, focalizado en la solución del problema y la reevaluación positiva, son de un uso acentuado. Concluyeron que hubo una correlación bastante baja o inexistente en cuanto a sus variables.⁴

Otro estudio de nivel Internacional de Álvarez R., Rodríguez J., y at. que se desarrolló en Bogotá en el año 2020, tuvo como objetivo identificar los factores incidentes en el estrés laboral de los patrulleros que incorpora el distrito doce de Policía Choconta. En la que se basó en un paradigma cualitativo de tipo explicativo. La población era de 74 uniformados con una muestra de 25 uniformados. Los investigadores usaron como instrumento un cuestionario para la recolección de información. De acuerdo a los resultados, ellos señalaron que al igual que la dinámica organizacional como es la motivación, el ámbito laboral y la interacciones entre pares; son componentes, dentro del entorno referente, condicionantes a un estrés laboral; y a partir del estudio teórico, se cumple con lo planteado, al identificarse que los factores incidentes del estrés que expresan

los patrulleros se diferencian a partir de lo físico y lo psicológico, por cuanto debería gestionarse un plan organizacional que dinamice las potencialidades y competencias de los uniformados para su incremento personal y profesional en la institución.⁵

Así mismo, otro estudio es el de Sánchez A., Castillo A., Obando D. y colaboradores, que desarrollaron en Colombia en el año 2020, en su investigación cuyo objetivo fue establecer relaciones entre los factores psicosociales y laborales del personal de la policía nacional. El método utilizado fue cuantitativo de tipo instrumental, con un diseño no experimental de corte transversal. En relación a la población, estuvo conformada por 210 policías. Los investigadores aplicaron como instrumento al cuestionario para la recolección de información. Las conclusiones señalan que algunas de las evidencias identificadas permitieron reconocer signos de alerta (desde los resultados de escalas orientadas a la exploración de rasgos o factores vinculados principalmente con propensión a la agresión o agresividad, dificultades en regulación emocional, afrontamiento, impulsividad, conflicto de pareja y/o familiar, y consumo de SPA, por lo que sugieren la importancia de trabajar con los efectivos policiales de manera preventiva en situaciones de aislamiento o conductas con fines evitativos tanto abiertos como encubiertos (en la interacción social y de las emociones o estados personales).⁶

El estudio de Peralta Á. y Trujillo A., que desarrollaron en Ecuador en el año 2019, con el objetivo de establecer el grado de estrés y desgaste profesional en el personal de la institución de la Guardia Ciudadana de la Ciudad de Cuenca. El procedimiento usado ha sido cuantitativo. La población fue de 310 personas. Para la recolección de datos, los investigadores usaron dos instrumentos: el Cuestionario de Afrontamiento del Estrés (CAE) y el Maslach Burnout Inventory. Las conclusiones señalan que existen altos niveles de desgaste profesional y una muy elevada frecuencia en el diagnóstico de los indicadores de estrés.⁷

García D., Fantin M. y Pardo Y., desarrollaron en Argentina en el año 2016, un

estudio cuyo objetivo ha sido indagar las tácticas de afrontamiento del estrés. El método ha sido descriptivo. La población correspondió a 52 personas. Referente a la recopilación de información se llevó a cabo mediante la aplicación del cuestionario de Afrontamiento al Estrés. Los resultados señalan que han permitido asegurar de manera general, que las tácticas de afrontamiento dirigidas al problema o centradas: Focalización en la solución de inconvenientes, Reevaluación positiva y Averiguación de Apoyo social. Dichos datos mencionan preferencia de los sujetos por implementar proyectos de actuación orientados a solucionar el caso causante de desorden, explicando las razones del problema, intentando encontrar soluciones alternativas.⁸

Por último, se presenta el estudio de Cárdenas J., Vallejo B., que se desarrolló en Ecuador en el año 2017, en su investigación cuyo objetivo ha sido examinar el Afrontamiento al estrés y depresión en candidatos a la Escuela de Formación de policías de línea GOE-Guano. El procedimiento usado ha sido transversal con un enfoque cuantitativo y descriptivo. La población se formó por 80 aspirantes y por medio de criterios de exclusión e inclusión se ha seleccionado una prueba de 30 estudiantes, cuya técnica que se usó fue la Escala de procedimientos de Afrontamiento de Lazarus y el Inventario de Depresión Beck (BDI-II). En el fruto más importante se obtuvo que el 53.3% de los candidatos utilizan un mismo modo de afrontamiento y el 73.3% indica tener depresión. Por consiguiente, se finaliza que los procedimientos de afrontamiento al estrés tienen efecto en el crecimiento de la depresión en los aspirantes a la policía.⁹

Con respecto a los estudios de nivel nacional se presenta el estudio de Olivares J. que desarrolló en Lima en el año 2020, investigó cuyo objetivo ha sido examinar la correlación de inteligencia emocional y estilos de afrontamiento al estrés en efectivos expuestos a situaciones de violencia durante el aislamiento social. El procedimiento usado ha sido empírico de tipo descriptivo correlacional y de corte transversal. La población perteneció a 139 policías. Referente a la recolección de información se llevó a cabo medio de la aplicación de dos

instrumentos: cuestionario de afrontamiento al estrés y Trait Meta-Mood Scale (TMMS- 24). Los resultados señalan que se localizó una correlación directa de tipo significativa en medio de las cambiantes de análisis con un $Rho = ,486$. Asimismo, no se hallaron diferencias significativas para la inteligencia emocional de acuerdo con el estado civil y el nivel policial, igualmente para los estilos de afrontamiento al estrés han tenido resultados que permiten asegurar que no hay diversidad con base a esos temples.¹⁰

Ccalla B. y Espillico C. desarrollaron un análisis en Juliaca en el año 2020 cuyo objetivo fue establecer la interacción entre satisfacción con la vida en el trabajo y burnout en tiempos de enfermedad pandémica en la policía. El procedimiento usado ha sido de enfoque cuantitativo, de tipo elemental, de grado descriptivo correlacional, con un diseño no empírico y de corte transversal. La población correspondió de 83 efectivos. Referente a la recopilación de información se llevó a cabo por medio de la adaptación de dos instrumentos: el Cuestionario de Índice Chamba 1.0 de Yamamoto como técnica de recopilación de datos de la variable satisfacción con la vida en el trabajo y para la variable burnout se empleó el Inventario de Burnout de Maslach. De acuerdo a los resultados de los investigadores, indicó que hay una correlación inversa, negativa y en un nivel bastante bajo ($Rho = -0.120$). Además, el costo de significancia ($sig. = 0.278$) es superior a 0.05, a lo que sugirieron que en medio de las variables no hay una interacción estadísticamente relevador.¹¹

Así mismo, a nivel Nacional se muestra el análisis de Gallardo L. que desarrolló en Chiclayo en el año 2019, en su investigación cuyo objetivo fue relacionar los estilos de afrontamiento del estrés y bienestar mental en el policía. Fue un tipo de investigación aplicada, con diseño no empírico, correlacional de corte transeccional, cuantitativa. La población correspondió de 436 efectivos con una muestra de 210 efectivos. Referente a la recopilación de datos se dio a cabo por medio de la aplicación de dos instrumentos: CAE (Modos de Afrontamiento del Estrés) y EBP (Escala de Bienestar Psicológico). Los resultados señalan que el

42.9% refirieron que casi jamás usan un estilo de afrontamiento para el estrés, además, de expresar un bienestar psicológico moderado.¹²

Además, el estudio de Bazán S. y Cerna M. que se desarrolló en el departamento Cajamarca en el año 2019, cuya investigación tuvo como objetivo determinar nivel de estrés laboral y estilos de afrontamiento en personal policial de la Comisaria Central. El procedimiento usado ha sido de tipo básica, de diseño no empírico, descriptivo. La población correspondió de 184 efectivos. Los investigadores llevaron a cabo dos instrumentos para la recaudación de información: El Cuestionario de Estrés laboral perteneciente a la OIT – OMS y el cuestionario de los estilos de afrontamiento del estrés de COPE. De acuerdo a los resultados obtenidos de los investigadores, indican que los componentes estresantes altamente considerados son en más grande grado organizacional con un 67%, le sigue el respaldo de conjunto con un 60%, asimismo la predominación de líder o jefe con un 59 % y por último con un 60% el respaldo de conjunto; con respecto a los demás, el grado de estrés es mucho menor. Concluyeron que los policías en estudio mostraron un nivel de estrés muy elevado; con respecto a los estilos de afrontamiento, la muestra encuestada presentó un grado medio, localizaron que un 79% de los policías usaban el sentimiento más frecuentemente como un estilo de afrontamiento, ya que estaba vinculada a una gran posibilidad de poder solucionar situaciones estresantes que tienen la posibilidad de exponer, considerándola como exitosa e idónea; otro 76% usaban el estilo de afrontamiento centrado en el problema, en la que daban a conocer que evaluaban, confrontaban y analizaban las eventualidades de forma muy objetiva.¹³

De igual manera, se presenta el estudio de Salas Lombardi Flor; Bustamante Becerra Billesterman que se desarrolló en Cajamarca en el año 2019; en su investigación cuyo objetivo fue establecer la interacción existente entre estilos de afrontamiento al estrés y Burnout en efectivos policiales de investigación. El procedimiento usado ha sido no empírico de corte transversal y descriptiva

correlacional. La población correspondió de 113 policías. Los investigadores aplicaron el Cuestionario Maslach Burnout Inventory y el Cuestionario de Modos de Afrontamiento del Estrés de Carver para la recolección de información. Los resultados indicaron que el afrontamiento al estrés se relaciona de manera significativa con Burnout con un grado de 99% de fiabilidad.¹⁴

Sor Callista Roy creadora de la teoría del modelo de adaptación, que ha sido producido en el año 1964, sustenta este trabajo. El modelo de Roy nace a partir del trabajo de Harry Helson en Psicofísica, él plantea que las reacciones de adaptación deben ver con el incentivo percibido y el grado que tiene la persona para adaptarse; además, combinó las definiciones que hizo Rapoport; Roy considera al ser humano como un sistema adaptativo.¹⁵

Metaparadigma enfermero de Roy; Persona: nos plantea que el individuo es un ser biopsicosocial una vez que está en constante relación con el exterior, la misma usa mecanismos que ya son innatos para hacer frente y ajustarse previamente a los cambios.¹⁵ En este caso nos hace referencia a los efectivos policiales. Entorno: es referido a toda índole que determina de forma altera el comportamiento y el desarrollo de las personas.¹⁶ Salud: proceso en donde la persona realiza una capacidad adaptativa y ser una persona integrada.¹⁶ Enfermería: la teorista define a la profesión como la ciencia y la práctica que amplía la función de adaptación, en donde se acude a cierto denominado de un sujeto frente a un afrontamiento, para conseguir las metas de supervivencia y adaptación.¹⁶

El modelo de Roy se fundamenta en cuatro modos o métodos adaptativos, entre los primeros menciona a: la función fisiológica: referido a las necesidades básicas del organismo y en el modo de cómo se adapta¹⁷; por ejemplo, la oxigenación, la nutrición, sueño, descanso, entre otros.¹⁸ El autoconcepto: esto se refiere a todo tipo de creencias, opiniones y sentimientos de uno mismo;¹⁷ por ejemplo, la integridad física, la identidad personal y la identidad moral y

ética.¹⁸ La función de Rol: se refiere a las conductas de la persona en la sociedad; o sea, de cómo una persona es dependiente de cómo una persona se relaciona con otras en ciertas; por ejemplo, edad, sexo, esposo, dama, rol temporal de un particular.¹⁵ Al final, la interdependencia: de como una persona se relaciona con sus deudos; por ejemplo, las conductas dependientes, independientes.

Como procesos de afrontamiento, destaca: el proceso regulador: permite regular un suceso interno que hace referencia a las necesidades fisiológicas y el cognitivo: que es un proceso regulador del autoconcepto, la funcionalidad del rol y de la interdependencia.

La teoría de Roy hace un análisis cuidadoso de las correlaciones la cual tiene cinco recursos: el paciente, la meta de la enfermería, la sanidad, el ámbito y la dirección de las ocupaciones enfermeras; este último es la que ayuda a la facilitación de esta adaptación.¹⁹

Dichos recursos permanecen enlazados. Entre los cuales, los métodos de adaptación, los sistemas y los mecanismos de afrontación son empleados para ejercer dichos recursos. Para la teorista, los sistemas son una secuencia de conjunto que se relacionan para conformar un todo, y de esta forma se logren relacionar con varios sistemas pertenecientes al ámbito. La persona es de un sistema adaptable y abierto, en la cual se le atribuye un periodo de retroalimentación de entrada, proceso y salida: Acceso: son esos estímulos que tienen la posibilidad de suceder a partir del exterior o interior del sujeto; procesamiento: se refiere a las “herramientas” que usa la persona para ajustarse; y la salida: lo define como las personas adoptan conductas y las usa como respuestas adaptativas para poder hacer una meta, sea de supervivencia, aumento, reproducción o dominio.²⁰

En conclusión, para Roy, un grado de adaptación es un proceso que está modificándose continuamente, en las cuales depende de las tres clases de estímulos ya sea de tipo contextuales, focales y residuales, o sea el ingreso, y en el instante que se da una contestación adaptativa, se representa como la

salida.¹⁸

En cuanto al Estrés, la OMS lo define como “las actitudes fisiológicas que en su conjunto preparan al organismo para la acción”,²¹ Hans Selye plantea que "El estrés es la respuesta no específica corporal a cualquier demanda".²² Además, menciona que el estrés cambia dependiendo del individuo, según su vulnerabilidad y paciencia, y se libera según las diversas ocupaciones.²²

El cuanto al término del estrés laboral; la OMS define el estrés como una actitud que una persona puede tener previamente a exigencias y/o presiones en su centro de trabajo que no se encajan a sus conocimientos y sus capacidades, y que los pone a prueba hacia su capacidad al hacer frente una situación. Pese a que la misma puede desarrollarse en distintas coyunturas laborales, este comúnmente se agrava una vez que el personal empleado percibe que no posee el apoyo suficiente de sus compañeros que siente que no posee el suficiente apoyo de sus compañeros de trabajo y/o supervisores.²³

El afrontamiento fue determinado por Folkman y Lazarus en el año 1986 como “Aquellos esfuerzos conductuales y cognitivos una y otra vez variables que son desarrollados para afrontar las solicitudes concretas internas y/o externas que ha sido desbordantes o excedentes de los recursos del individuo”.²⁴

Así mismo, Halstead, Bennett y Cunningham definen que el afrontamiento es un esfuerzo conductual y cognitivo manifestado a reducir, minimizar, manejar, tolerar o controlar demandas que son internas o externas de tal manera que generen estrés. A la vez, Casaretto en el año 2003 refirió, que el afrontamiento ayuda identificar elementos que ayudan relacionar entre síntomas de enfermedades y situaciones de la vida estresante.²⁵

Con respecto a los estilos de afrontamiento; menciona que son disposiciones personales que se da frente a distintas situaciones, en las cuales, determinaran el uso de ciertas estrategias de afrontamiento, tales como estabilidad situacional y temporal. Por lo tanto, estas estrategias de afrontamiento son acciones

específicos y concretos que da uso a cada contexto y puede cambiar de acuerdo a las circunstancias desencadenantes.²⁶

Entre los estilos de Afrontamiento se tiene a Focalización en el solución del problema: está centrado en lo se puede solucionar, alcanzar o afrontar aquello que se desee, interpretándolo como cambio u oportunidad y no como problema, Autofocalización negativa: refiere a que se centra en aspectos negativos de uno mismos, focalizándose la atención de aquello en la que se puede afrontar en problema o dar soluciones, Reevaluación positiva: son situaciones desagradables, brinda interpretación y permite dar objetivos, puesto que se requiere conductas saludables para afrontar, produciendo un clima o humor más beneficioso, Expresión emocional abierta: es algo no manipulativo, ya que uno se expresa como se siente, y no es lo que otro hace o es, además se centra en un actual problema, no recurre a sermones sobre las cosas que ya han pasado; aun cuando expresar las emociones es algo saludable, deber ser adecuada la forma en la que se hace , muy independientemente el tipo de sentimientos que experimentamos, Evitación: situaciones que es difícil afrontar, a pesar de estar en sus manos, esta estrategia, aunque resulte negativa, puede ser empleada de forma positiva, Búsqueda de apoyo social: ya sea de cosas buenas o malas, es algo que se comparte o dialoga con los demás para ir en búsqueda de un apoyo, sentirse entendidos, contrastar opiniones e identificarse con alguien y Religión: es referido a las personas que recurren a una religión y que sientan el sentimiento de estar confortados. Pasarlo mal tiene un sentido y que hay algo superior en la que hace justicia y además concede cierto tipo de seguridad.²⁷

III. METODOLOGÍA

3.1. Tipo y diseño de investigación

Tipo de estudio

El presente estudio fue de nivel descriptivo básico al incrementar los conocimientos caracterizando la variable, de diseño no experimental porque las variables no fueron manipuladas ni controladas, se obtuvieron los datos de forma directa, enfoque cuantitativo, de corte transversal, se

estudia la variable sincrónicamente en un determinado momento.²⁸

3.2. Variables y operacionalización

Afrontamiento al Estrés: “Aquellos esfuerzos conductuales y cognitivos que son desarrollados para afrontar las solicitudes concretas internas y/o externas que ha sido desbordantes o excedentes de los recursos del individuo”.²⁴ Anexo 1.

3.3. Población, muestra y muestreo Población

La población estuvo conformada por 150 efectivos policías pertenecientes a la Comisaría del distrito de Surquillo. La población es el universo problemático a investigar, donde las unidades que se necesita estudiar son parte de la población, las cuales poseen rasgos en común los cuales se estudian y dan origen a los datos de estudio que se pretende realizar.

Criterios de inclusión de la muestra:

- Efectivos de la comisaría de Surquillo.
- Que se encuentren brindando atención en la primera línea frente a la pandemia del covid-19.
- Efectivos policiales que deseen participar en la encuesta y firmen el consentimiento informado.

Criterios de exclusión de la muestra:

- Efectivos policiales que no den su consentimiento para participar en la encuesta.
- Efectivos que se desempeñen en áreas administrativas o trabajo remoto.
- Efectivos policiales que se encuentren con descanso médico.
- Efectivos policiales que tengan adaptación a la vida (jubilados).

3.4. Técnicas e instrumentos de recolección de datos

Técnicas de recolección de datos

Para la recolección de los datos se hizo uso de la técnica encuesta lo cual permitió obtener información de los sujetos en estudio.

Instrumento de recolección de datos

El instrumento que se usó, fué el Cuestionario de Afrontamiento al Estrés (CAE) que fue elaborado por Bonifacio Sandín y Paloma Chorot.

Validez y Confiabilidad

Bonifacio Sandín y Paloma Chorot, validaron la información que fue elaborada por medio del uso del Cuestionario De Afrontamiento al Estrés (CAE) aplicándolo en 592 estudiantes universitarios de provenían de la Universidad Complutense de Madrid y de la Universidad Pública de Navarra en con la finalidad de demostrar el estudio descriptivo para los efectos de confiabilidad, el cual se valoró mediante el procedimiento de coherencia interna dando a lugar al Coeficiente alfa de Cronbach y de las correlaciones corregidas ítem-subescala, en la cual se logró un efecto de las subescalas Búsqueda de apoyo social (BAS), Religión (RLG) y Focalizado en la solución del problema (FSP) presentan coeficientes $> 0,85$ (niveles excelentes); las subescalas Expresión emocional abierta (EEA), Evitación (EVT) y Reevaluación positiva (REP) presentan coeficientes entre 0,71 y 0,76; correspondiendo el coeficiente más bajo (0,64) a la subescala Autofocalización negativa (AFN). Se puede decir que el CAE presentó una fiabilidad entre excelente y aceptable.

- ✓ Ficha Técnica Nombre: Cuestionario de Afrontamiento de Estrés (CAE)
- ✓ Autora: Bonifacio Sandín y Paloma Chorot
- ✓ Procedencia: España
- ✓ Administración: Individual o Colectiva / Formato físico o Computarizado.

- ✓ Duración de la Prueba: 15 minutos en formato físico. 5 minutos en formato computarizado. Grupos de Aplicación: Estudiantes universitarios procedentes de la Universidad Complutense de Madrid y de la Universidad Pública de Navarra.
- ✓ Significación: estilos de Afrontamiento en relación a sus siete estilos básicos de afrontamientos: focalizado en la solución del problema, autofocalización negativa, reevaluación positiva, expresión emocional abierta, evitación, búsqueda de apoyo social, y religión.
- ✓ Muestra Tipificada: 592 estudiantes universitarios.
- ✓ Materiales: Manual / Cuestionario (formato físico)

La confiabilidad para este presente estudio, se determinó con una muestra piloto de 15 efectivos policiales y se calculará mediante coeficientes de confianza. Para determinar el grado de confiabilidad del instrumento de medición del tema de investigación se hizo uso del Coeficiente Alfa de Cronbach.

3.5. Procedimiento

En primer lugar, se inició recolectando la muestra de estudio, en la cuales estuvo conformada de efectivos policiales de la comisaria de Surquillo.

Se hizo una previa coordinación, mediante una carta de solicitud al director de la comisaría: Cte. Del Castillo Castillo Jhon Alejandro, para llevar a cabo la aplicación del instrumento de estudio por vía online por la coyuntura que hoy en día se está pasando.

Se solicitó el consentimiento vía online a los efectivos policiales de la comisaria de Surquillo antes de la aplicación de la encuesta online. Luego, se les mandó la encuesta a los efectivos policiales, mediante la aplicación WhatsApp, en las cuales se demoró aproximadamente 1 semana para obtener las encuestas completadas, con el objetivo de recolectar información acerca del afrontamiento al estrés frente a

la pandemia del Covid-19 en los efectivos policiales de la comisaría de Surquillo. Después, se procedió a tabular los datos en la hoja de cálculo de Excel.

3.6. Métodos de análisis de datos

Se hizo un análisis para obtener la confiabilidad mediando el coeficiente Alfa de Cronbach a la variable perteneciente al estudio, dando como resultado un instrumento aceptable.

Finalmente, se realizó un análisis a través del SPSS para así obtener los resultados de la variable pertenecientes al estudio, con su debida interpretación y centrado en los objetivos antes mencionados.

3.7. Aspectos éticos

Autonomía: el efectivo policial tendrá la decisión voluntaria de decidir su participación o no en la presente investigación, en la que se puede decidir retirarse en el momento que lo considere necesario; se le hará una breve y clara explicación a la vez dándoles a conocer el objetivo del presente estudio.

Beneficencia: al obtener los resultados, se puede plantear nuevas estrategias o recomendaciones para mejorar la salud mental.

Justicia: los efectivos no serán sometidos a ningún tipo de discriminación, ya sea por razones de creencias o de religión.

No maleficencia: ningún efectivo del proyecto será sometido a ningún riesgo o daño posible ya que los cuestionarios se darán de forma anónima y los datos obtenidos se usará solo con fines investigativo.

IV. RESULTADOS

Tabla 1: Afrontamiento al estrés frente a la pandemia del Covid-19 en personal policial de la comisaría de surquillo, 2021.

Afrontamiento al estrés por niveles	N°	Porcentaje
Bajo	5	6,8%
Moderado	28	37,8%
Alto	41	55,4%
Total	74	100,0%

En la tabla 1 se observa que el afrontamiento al estrés frente a la pandemia Covid-19 en el personal policial de la comisaria de surquillo es de nivel alto en el 55,4% (41); de nivel moderado en el 37,8% (28) y; de nivel bajo en el 6,8% (5) de los efectivos policiales.

Tabla 2: Afrontamiento al estrés frente a la pandemia del Covid-19 en el personal policial de la comisaría de surquillo según dimensión focalización en la solución de problemas.

Afrontamiento al estrés por niveles	N°	Porcentaje
Bajo	9	12,2%
Moderado	41	55,4%
Alto	24	32,4%
Total	74	100,0%

En la tabla 2 se observa que el afrontamiento al estrés frente a la pandemia Covid-19 en el personal policial de la comisaria de surquillo según la dimensión focalización en la solución de problemas es de nivel moderado en el 55,4% (41); de nivel alto en el 32,4% (24) y; de nivel bajo en el 12,2% (9) de los efectivos policiales.

Tabla 3: Afrontamiento al estrés frente a la pandemia del Covid-19 en el personal policial de la comisaría de surquillo según la dimensión autofocalización negativa.

Afrontamiento al estrés por niveles	N°	Porcentaje
Bajo	51	68,9%
Moderado	23	31,1%
Alto	0	0%
Total	74	100,0%

En la tabla 3 se observa que el afrontamiento al estrés frente a la pandemia Covid- 19 en el personal policial de la comisaria de surquillo según la dimensión auto focalización negativa es de nivel bajo en el 68,9% (51), de nivel moderado en el 31,1% (23) y de nivel bajo en el 0% (0) de los efectivos policiales.

Tabla 4: Afrontamiento al estrés frente a la pandemia del Covid-19 en el personal policial de la comisaría de surquillo según la dimensión reevaluación positiva.

Afrontamiento al estrés por niveles	N°	Porcentaje
Bajo	10	13,5%
Moderado	54	73,0%
Alto	10	13,5%
Total	74	100,0%

En la tabla 4 se observa que el afrontamiento al estrés frente a la pandemia Covid-19 en el personal policial de la comisaria de surquillo según la dimensión reevaluación positiva es de nivel moderado en el 73,0% (54), de nivel alto en el 13.5% (10) y de nivel bajo en el 13,5% (10) de los efectivos policiales.

Tabla 5: Afrontamiento al estrés frente a la pandemia del Covid-19 en el personal policial de la comisaría de surquillo según la dimensión expresión emocional abierta.

Afrontamiento al estrés por niveles	N°	Porcentaje
Bajo	52	70,3%
Moderado	20	27,0%
Alto	2	2,7%
Total	74	100,0%

En la tabla 5 se observa que el afrontamiento al estrés frente a la pandemia Covid-19 en el personal policial de la comisaria de surquillo según la dimensión expresión emocional abierta es de nivel bajo en el 70,3% (52), de nivel moderado en el 27,0% (20) y de nivel alto en el 2,7% (2) de los efectivos policiales

Tabla 6: Afrontamiento al estrés frente a la pandemia del Covid-19 en el personal policial de la comisaría de surquillo según la dimensión evitación.

Afrontamiento al estrés por niveles	N°	Porcentaje
Bajo	17	23,0%
Moderado	46	62,2%
Alto	11	14,8%
Total	74	100,0%

En la tabla 6 se observa que el afrontamiento al estrés frente a la pandemia Covid-19 en el personal policial de la comisaria de surquillo según la dimensión evitación es de nivel moderado en el 62,2% (46), de nivel bajo en el 23,0% (17) y de nivel alto en el 14,8% (11) de los efectivos policiales.

Tabla 7: Afrontamiento al estrés frente a la pandemia del Covid-19 en el personal policial de la comisaría de surquillo según la dimensión búsqueda de apoyo social.

Afrontamiento al estrés	N°	Porcentaje
Bajo	15	20,3%
Moderado	40	54,0%
Alto	19	25,7%
Total	74	100,0%

En la tabla 7 se observa que el afrontamiento al estrés frente a la pandemia Covid-19 en el personal policial de la comisaria de surquillo según la dimensión búsqueda de apoyo social es de nivel moderado en el 54,1% (40), de nivel alto en el 25,7% (19) y de nivel bajo en el 20,3% (15) de los efectivos policiales.

Tabla 8: Afrontamiento al estrés frente a la pandemia del Covid-19 en el personal policial de la comisaría de surquillo dimensión religión.

Afrontamiento al estrés	N°	Porcentaje
Bajo	24	32,4%
Moderado	41	55,4%
Alto	9	12,2%
Total	74	100,0%

En la tabla 8 se observa que el afrontamiento al estrés frente a la pandemia Covid-19 en el personal policial de la comisaria de surquillo según la dimensión religión es de nivel moderado en el 55,4% (40), de nivel alto en el 32,4% (19) y de nivel bajo en el 12,2% (15) de los efectivos policiales.

V. DISCUSIÓN

La pandemia del covid-19 que se inició en el Perú en marzo del 2020; fue un punto de partida del aumento del estrés para la población que enfrentaba lo desconocido. Aun hoy en día se aprende del virus y sus variantes por lo que la población continúa viviendo en un estrés constante, dentro del grupo más afectado se encuentra los profesionales de la primera línea y por ello los personales de salud, bomberos, policías y militares son los que han sufrido más baja iniciando la pandemia

El objetivo de la investigación es Determinar las estrategias de afrontamiento al estrés frente a la pandemia del covid-19 en el personal policial de la comisaria de Surquillo 2021. La muestra estuvo constituida por 74 efectivos policiales de la comisaria de Surquillo. Fueron en su mayoría varones con el promedio de edad de 20 años a 29 años, y el promedio de edad menor es de los 30 a 34 años. Los resultados obtenidos del cuestionario demuestran que el personal policial tiene un afrontamiento al estrés de nivel alto en más del 55%; sin embargo, otros estudios de investigación como el de Gallardo, L¹² halló en Chiclayo que más del 42% casi nunca usa un estilo de afrontamiento al estrés y que además de ello, tienen un bienestar psicológico moderado.

El estrés es muy común en ambientes laborales donde los individuos están sometidos constantemente a altos niveles de presión y/o exigencia. Sobre el particular, la teórica Roy sostiene que todas las personas poseen las capacidades de ajuste ante situaciones de estrés, siendo importante que con los policías se desarrollen estrategias que mitiguen su estado de salud mental, y de esta manera prevenir alteraciones mayores. Es muy probable que con el tiempo transcurrido ya cuenten con implementos de bioseguridad y estando vacunados ya los policías podrán seguir cumpliendo el Decreto Supremo con ningún temor de contraer el Covid-19.

De acuerdo con el objetivo específicos relacionado con la dimensión

focalización en la solución de problema; los efectivos policiales de la comisaria de Surquillo, se encuentra un porcentaje que supera ligeramente a la mitad de los encuestados, que tienen una focalización de nivel moderado. Del mismo modo, en el trabajo de Franco, Y.⁴; halló en Colombia que, en esta misma dimensión, los niveles de afrontamiento fueron altos, aunque este estudio no se realizó en tiempos de pandemia. Así mismo, el estudio de García, D. et.⁸ halló en Colombia que el afrontamiento que más se presenta o el más usado es la dimensión focalización en la solución de problemas.

En cuanto al objetivo de afrontar en la dimensión autofocalización negativa en los efectivos policiales de la comisaria de Surquillo; más del 60% de la muestra encuestada afrontan muy poco mediante la autofocalización negativa. Ante esto, el estudio de Franco, Y.⁴ resalta que la población investigada afronta muy poco en uso de la dimensión autofocalización negativa.

El objetivo de afrontar en la dimensión reevaluación positiva en los efectivos policiales, tienen más del 70 % de un nivel moderado, es decir, es la dimensión que hacen uso con mayor frecuencia en cuando se trata de afrontar el estrés. Estos resultados son consistentes con los hallazgos de García, D. et.⁸ quienes señalaron que las entre las estrategias de afrontamiento de mayor empleo son la de reevaluación positiva.

En cuanto al cuarto objetivo específico, se describe que más del 70% de los efectivos policiales de la comisaria de Surquillo, tienden hacer muy poco uso de este tipo de estrategia de afrontamiento al estrés relacionado con la dimensión expresión emocional abierta. Estos resultados se pueden contrastar con la investigación de Franco, Y. ⁴; en la que menciona que el 1% de la población en estudio usa esta este estilo de afrontamiento con muy poca frecuencia. La expresión emocional abierta al estar orientada a exteriorizar las emociones de forma irritable o agresiva²⁷; debido a la formación estricta que reciben los efectivos policiales, ellos tienden a reprimir y/o bloquear sus emociones ante

cualquier circunstancia.

En el quinto objetivo específico, se determinó que en cuanto al afrontamiento al estrés dimensión evitación, los efectivos policiales en estudio, tienen un moderado nivel de afrontamiento, con un porcentaje mayor al 60%. Al respecto, el estudio realizado por Franco, Y.⁴, muestra que el 5% de su muestra en estudio, hace uso de esta dimensión; es decir, que esto revelaría que los policías suelen hacer diferentes acciones y/o actividades, ya sea poco o no saludables, que les ayude a bloquear ciertas sensaciones que sean desagradables y que estén asociadas al estrés o simplemente buscar medios de escape que les ayuden a liberarse de la acumulación de la tensión.

Con respecto al sexto objetivo específico relacionado con la dimensión búsqueda de apoyo social, los efectivos policiales de la comisaría de Surquillo, se encuentra un porcentaje mayor al 50% que tienen un nivel moderado. Así mismo, el estudio de García, D. et.⁸, halló en Colombia que entre las estrategias de afrontamiento de mayor empleo está la dimensión búsqueda de apoyo. Estos datos nos hacen referencia a que las personas buscan soluciones alternativas con ayuda u opiniones de otras personas y así disminuir el estrés presentado.

Finalmente, en el séptimo objetivo específico relacionado a la dimensión religión, un poco más del 55% presenta un afrontamiento al estrés moderado en los efectivos policiales de la comisaria de Surquillo. A lo contrario en la investigación de Franco, Y.⁴ realizado en Colombia; encontró que los efectivos policiales emplean, con menor frecuencia, la dimensión Religión como estilo de afrontamiento con un porcentaje de 12%.

Como sostiene la teorista Callista Roy, ante un evento desconocido la persona experimenta procesos de estrés y trata de enfrentarlo, los policías ante la presencia del COVID- 19 que es una situación mayormente desconocida por ser la primera línea de contención están experimentando momentos de estrés, que

podrían perjudicar su salud mental y su trabajo. Sin embargo, como se ha mencionado anteriormente, es muy probable que con el tiempo que ha transcurrido, los efectivos policiales cuenten con implementos de bioseguridad y ya estando vacunados, los policías podrán seguir cumpliendo el Decreto Supremo con ningún temor de contraer el Covid-19. A pesar de ello, es importante de cuidar la salud mental de los efectivos policiales.

VI. CONCLUSIONES

Primera: El afrontamiento al estrés del personal policial de la comisaria de surquillo es de nivel alto.

Segunda: El afrontamiento al estrés de los efectivos policiales en la dimensión Focalización en la solución de problemas alcanza un nivel moderado.

Tercero: El afrontamiento al estrés de los efectivos policiales en la dimensión Autofocalización alcanza un nivel bajo.

Cuarto: El afrontamiento al estrés de los efectivos policiales en la dimensión Reevaluación Positiva alcanza un nivel moderado.

Quinto: El afrontamiento al estrés de los efectivos policiales en la dimensión Expresión Emocional alcanza un nivel bajo.

Sexto: El afrontamiento al estrés de los efectivos policiales en la dimensión Evitación alcanza un nivel moderado.

Séptimo: El afrontamiento al estrés de los efectivos policiales en la dimensión Búsqueda de Apoyo alcanza un nivel moderado.

Octavo: El afrontamiento al estrés de los efectivos policiales en la dimensión Religión alcanza un nivel moderado.

VII. RECOMENDACIONES

Primera: Monitorizar y evaluar periódicamente su estado mental de los policías.

Segunda: Sugerir e implementar áreas de talleres recreativos.

Tercera: Elaborar talleres de prevención del estrés en los efectivos policiales, para que laboren en un ambiente sin agentes estresantes.

Cuarta: Elaborar más trabajos de investigación en el afrontamiento al estrés en efectivos policiales.

Quinta: Procurar la publicación de esta investigación para que los altos mandos policiales en la formación, capacitación y enseñanza fomenten planes de intervención acerca de la salud mental de cada efectivo policial que labore en la comisaria.

REFERENCIAS

1. Organization WH. Mental health and psychological resilience during the COVID-19 pandemic. [Online].; 2020. Available from: <https://www.euro.who.int/en/health-topics/health-emergencies/coronavirus-covid-19/news/news/2020/3/mental-health-and-psychological-resilience-during-the-covid-19-pandemic>.
2. Caycho-Rodríguez T, Carbajal-León C, W. Vilca L, Heredia-Mongrut J, Gallegos M. COVID-19 y salud mental en policías peruanos: resultados preliminares. Acta Médica Peruana. 2020 Septiembre.
3. Yanira Dayana Franco-Sánchez JYMANCDyCCCG. Estilos de afrontamiento y Estilos de pensamiento en Administrativos de la Policía. Criterios. 2020 Junio 26.
4. Amoroso ACT. Identificación de estrés y desgaste profesional en el personal de la Guardia Ciudadana de la ciudad de Cuenca - Ecuador. 2019.
5. Horacio Daniel Garcia MBFyAYP. Estrategias de afrontamiento al estrés en aspirantes a Policía de la ciudad de San Luis. Revista de Psicología. 2016 Mayo 03.
6. Olivares Chávez JP. Inteligencia emocional y estilos de afrontamiento al estrés en efectivos policiales expuestos a situaciones de violencia durante el aislamiento social, distrito de Ventanilla, 2020. , Lima; 2020.
7. Ccalla Quispe BA, Espillico Chayña CK. Satisfacción con la vida en el trabajo y burnout en tiempos de pandemia en personal policial de Juliaca. 2020.
8. Bazán Jara S, Cerna Gálvez MN. Estrés Laboral Y Estilos De Afrontamiento En Policías De La Comisaría Central De La Ciudad De Cajamarca. Facultad de Psicología. 2019 Mayo.
9. Salas Lombardi FP, Bustamante Becerra. Afrontamiento Al Estrés Y Síndrome De Burnout En Personal Policial De Investigación De La Ciudad De Cajamarca. Facultad de Psicología. 2019.
10. (OMS) OMDLS. ABCDELESTRES. [Online].; 2015. Available from: <https://abcdelestres.wordpress.com/2015/05/13/el-estres-segun-la->

[organizacion-mundial-de-la-salud/](#).

11. Organización Mundial de la Salud. Nutrición. [Online].; 2019. Available from: <https://nutricioni.com/elestres-definido-por-la-organizacion-mundial-de-la-salud/#:-:text=La%20Organizaci%C3%B3n%20Mundial%20de%20la%20Salud%20%28OMS%29%20define,habilidades%20y%20que%20desaf%C3%ADan%20su%20capacidad%20de%20afrentamiento%22>.
12. (OMS) Organización Mundial de la Salud. Estrategias sistemáticas de solución de problemas para empleadores, personal directivo y representantes sindicales.; 1999.
13. Gutiérrez Álvarez R, Olaya Rodríguez J, Gómez Días M, Henao Mejía O, Madera Martínez Le. Factores Incidentes En El Estrés Laboral De Los Patrulleros Del Factores Incidentes En El Estrés Laboral De Los Patrulleros Del. Politécnico Grancolombiano. 2020 Diciembre.
14. Angarita Becerra L, Martínez Corredor H. Factores psicosociales y laborales vinculados con la salud mental en personal policial de Colombia. Accelerating the world's research. 2020.
15. Cando I, Pozo Cárdenas P, Vallejo Avilés E. Afrontamiento al estrés y depresión en aspirantes a policía a la Escuela de Formación de policías de línea GOE-Guano, periodo diciembre 2016 - mayo 2017. Universidad Nacional de Chimborazo; 2017.
16. Comercio E. El Comercio. [Online]. Lima; 2021 [cited 2021]. Available from: <https://www.elcomercio.com/actualidad/mundo/covid19-policias-coronavirus-fallecidos-pandemia.html>.
17. Minds DMF. OMS: el impacto psicológico del COVID-19 en la sociedad no debe ser ignorado. OMS: el impacto psicológico del COVID-19 en la sociedad no debe ser ignorado. 2020 Marzo 26.
18. Meli GMdCL. Estilos De Afrontamiento Del Estrés Y Bienestar Psicológico En El Departamento De Transito De La PNP Lima 2018. 2019.
19. Unknown. Unknown. [Online].; 2012 [cited 2021 Junio 20]. Available from:

- <http://teoriasdeenfermeriauns.blogspot.com/2012/06/callista-roy.html>.
20. torres M. Massiel torres. [Online].; 2015 [cited 2021 Junio 20. Available from: <https://massieltorres.wordpress.com/>.
 21. Abig , Orús A. Statista. [Online].; 2021 [cited 2021 Junio 25. Available from: <https://es.statista.com/estadisticas/1095779/numero-de-muertes-causadas-por-el-coronavirus-de-wuhan-por-pais/>.
 22. Guanajuato Ud. Contenidos didácticos. Licenciatura en Enfermería y Obstetricia. [Online].; 2018 [cited 2021 Junio 24. Available from: <https://blogs.ugto.mx/enfermeriaenlinea/unidad-didactica-3-tipos-de-afrontamiento-y-tolerancia-al-estres/>.
 23. Díaz de Flores , Durán de Villalobos MM, Gallego de Pardo , Gómez Daza. Análisis de los conceptos del modelo de adaptación de Callista Roy. SciELO. 2002 Diciembre; 2(1).
 24. Enfermería. Enfermeriaudca. [Online].; 2015 [cited 2021 Junio 12. Available from: <https://enfemeriaudca.blogspot.com/2015/10/sor-callista-roy-modelo-de-adaptacion.html>.
 25. Medicos REdP. Revista Electrónica de Portales Medicos. [Online].; 2018 [cited 2021 Junio 16. Available from: <https://www.revista-portalesmedicos.com/revista-medica/modelo-de-adaptacion-de-callista-roy-aplicacion-a-un-caso-clinico/>.
 26. Raile Alligood , Marriner Tomey. Modelos y Teorías en Enfermería. Séptima ed.: ELSEVIER; 2010.
 27. OMS. [Online].; 2019. Available from: http://www.who.int/elena/titles/complementary_feeding/es/.
 28. OPS. [Online].; 2017. Available from: https://www.paho.org/per/index.php?option=com_content&view=article&id=3952:peru-asume-importante-reto-de-reducir-la-anemia-infantil-de-44-a-19-en-el-2021&Itemid=900.
 29. OMS. [Online].; 2017. Available from:

<http://www.who.int/mediacentre/factsheets/fs342/es/>.

30. Hernandez Sampieri R, Fernandez Collado C, Baptista Lucio P. Metodología de la investigación. Sexta ed. México: McGraw Hill; 2014.
31. Solís Manrique C, Vidal Miranda A. Estilos y estrategias de Afrontamiento en Adolescentes. Revista de Psiquiatría y Salud Mental Hermelio Valdizan. 2006 Junio; VII(1).
32. Serrano I. Web Psicólogos. [Online]. [cited 2021 Mayo 23. Available from: <https://www.webpsicologos.com/blog/mecanismos-de-defensa-y-estilos-de-afrontamiento/#:~:text=%C2%ABEstrategias%20o%20estilos%20de%20afrontamiento%C2%BB%20Hacen%20referencia%20a,malestar%20o%20solucionar%20y%20conseguir%20aquello%20que%20queremos.>
33. Serrano I. Web Psicólogos. [Online]. [cited 2021 Mayo 24. Available from: <https://www.webpsicologos.com/blog/estilos-de-afrontamiento/>.
34. Hernández Sampieri R. Metodología de la Investigación. Sexta ed. México; 2014.

ANEXOS

CUADRO DE OPERACIONALIZACION DE VARIABLE

Variable	Def. conceptual	Def, Operacional	Dimensiones	Indicadores	Escala de Medición
Afrontamiento al estrés	Son aquellos esfuerzos cognitivos y conductuales constantemente cambiantes, que se desarrollan para manejar las demandas específicas internas y/o externas que fue evaluadas como excedentes o desbordantes de los recursos del individuo.	Se evaluará aplicando el Cuestionario de Afrontamientos al Estrés (CAE) en el personal policial de la comisaria de Surquillo, que consta de 42 ítems, con una escala de LIKERT que será evaluado por puntajes de 0 (Nunca), 1 (Pocas veces), 2 (A veces), 3 (Frecuentemente) y 4 (Casi siempre); clasificados en alto, Moderado y Bajo.	<p>Focalizado en la solución del problema (FSP) (1, 8, 15, 22, 29, 36)</p> <p>Autofocalización negativa (AFN) (2, 9, 16, 23, 30, 37)</p> <p>Reevaluación positiva (REP) (3, 10, 17, 24, 31, 38)</p> <p>Expresión emocional abierta (EEA) (4, 11, 18, 25, 32, 39)</p> <p>Evitación (EVT) (5, 12, 19, 26, 33, 40)</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Analizar las causas del problema. 2. Autoconvencerse negativamente. 3. Ver los aspectos positivos 4. Descargar el mal humor con los demás. 5. Concentrarse en otras cosas. 6. Contar los sentimientos a familiares o amigos. 7. Asistir a la Iglesia. 8. Seguir unos pasos concretos 9. No hacer nada ya que las cosas suelen ser malas 10. Sacar algo positivo de la situación 11. Insultar a otras personas 12. Volcarse en el trabajo u otras actividades 13. Pedir consejo a parientes o amigos 14. Pedir ayuda espiritual 15. Establecer un plan de acción 16. Autoculpación 17. Descubrir que en la vida hay gente buena 18. Comportarse hostilmente 19. «Salir» para olvidarse del problema 21. Acudir a la Iglesia para rogar se solucione el problema 22. Hablar con las personas implicadas 23. Sentir indefensión respecto al problema 	Ordinal

			<p>Búsqueda de apoyo social (BAS): (6, 13, 20, 27, 34, 41)</p> <p>Religión (RLG) (7, 14, 21, 28, 35, 42)</p>	<p>24. Comprender que hay cosas más importantes</p> <p>25. Agredir a alguien</p> <p>26. No pensar en el problema</p> <p>27. Hablar con amigos o parientes para ser tranquilizado</p> <p>28. Confiar en que Dios remediase el problema</p> <p>29. Poner en acción soluciones concretas</p> <p>30. Asumir la propia incapacidad para resolver la situación</p> <p>31. No hay mal que por bien no venga</p> <p>32. Irritarse con la gente</p> <p>33. Practicar deporte para olvidar</p> <p>34. Pedir orientación sobre el mejor camino a seguir</p> <p>35. Rezar</p> <p>36. Pensar detenidamente los pasos a seguir</p> <p>37. Resignarse</p> <p>38. Pensar que el problema pudo haber sido peor</p> <p>39. Luchar y desahogarse emocionalmente</p> <p>41. Expresar los sentimientos a familiares o amigos</p> <p>40. Tratar de olvidarse de todo</p> <p>41. Expresar los sentimientos a familiares o amigos</p> <p>42. Acudir a la Iglesia para poner velas o rezar</p>	
--	--	--	--	---	--

CUESTIONARIO DE AFRONTAMIENTO AL ESTRÉS

Edad:

Sexo:

Instrucciones: En las páginas que siguen se describen formas de pensar y comportarse que la gente suele emplear para afrontar los problemas o situaciones estresantes que ocurren en la vida. Las formas de afrontamiento descritas no son ni buenas ni malas, ni tampoco unas son mejores o peores que otras. Simplemente ciertas personas utilizan unas formas más que otras. Para contestar debe leer con detenimiento cada una de las formas de afrontamiento y recordar en qué medida la ha utilizado recientemente cuando ha tenido que hacer frente a situaciones de estrés. Rodee con un círculo el número que mejor represente el grado en que empleó cada una de las formas de afrontamiento del estrés que se indican. Aunque este cuestionario a veces hace referencia a una situación o problema, tenga en cuenta que esto no quiere decir que piense en un único acontecimiento, sino más bien en las situaciones o problemas más estresantes vividos recientemente [aproximadamente durante el pasado año)

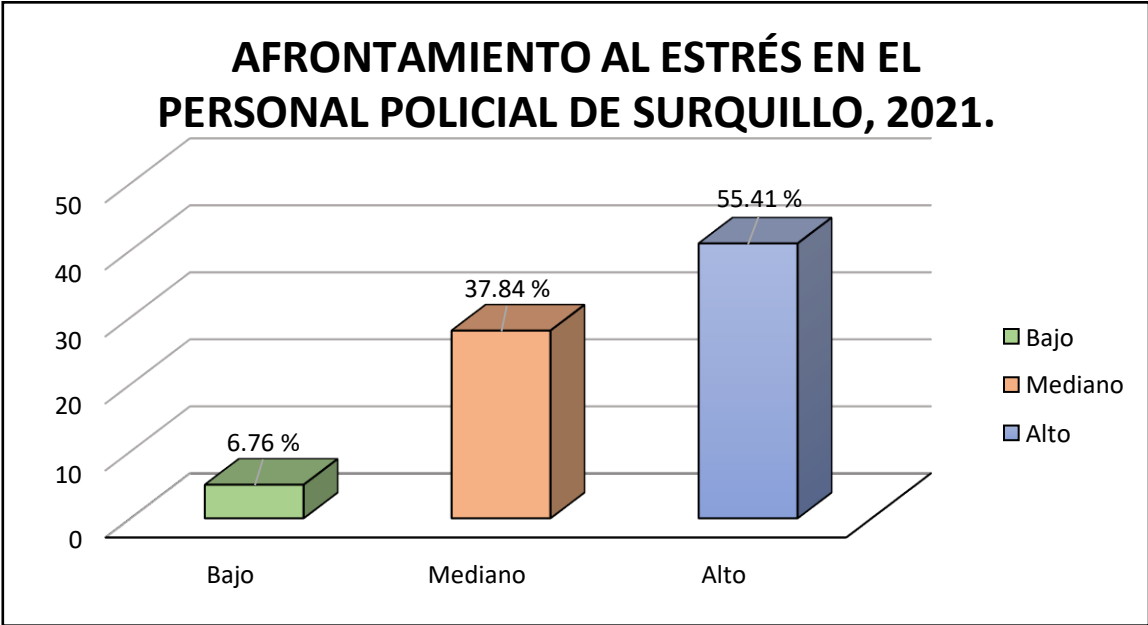
0	1	2	3	4
Nunca	Pocas veces	A veces	Frecuentemente	Casi siempre

¿Cómo se ha comportado habitualmente ante situaciones de estrés?

	0	1	2	3	4
1. Traté de analizar las causas del problema para poder hacerle frente					
2. Me convencí de que hiciese lo que hiciese las cosas siempre me saldrían mal					
3. Intenté centrarme en los aspectos positivos del problema					
4. Descargué mi mal humor con los demás					
5. Cuando me venía a la cabeza el problema, trataba de concentrarme en otras					
6. Le conté a familiares o amigos cómo me sentía					
7. Asistí a la Iglesia					
8. Traté de solucionar el problema siguiendo unos pasos bien pensados					
9. No hice nada concreto puesto que las cosas suelen ser malas					
10. Intenté sacar algo positivo del problema					
11. Insulté a ciertas personas					
12. Me volqué en el trabajo o en otra actividad para olvidarme del problema					
13. Pedí consejo a algún pariente o amigo para afrontar mejor el problema					
14. Pedí ayuda espiritual a algún religioso (sacerdote, etc.)					

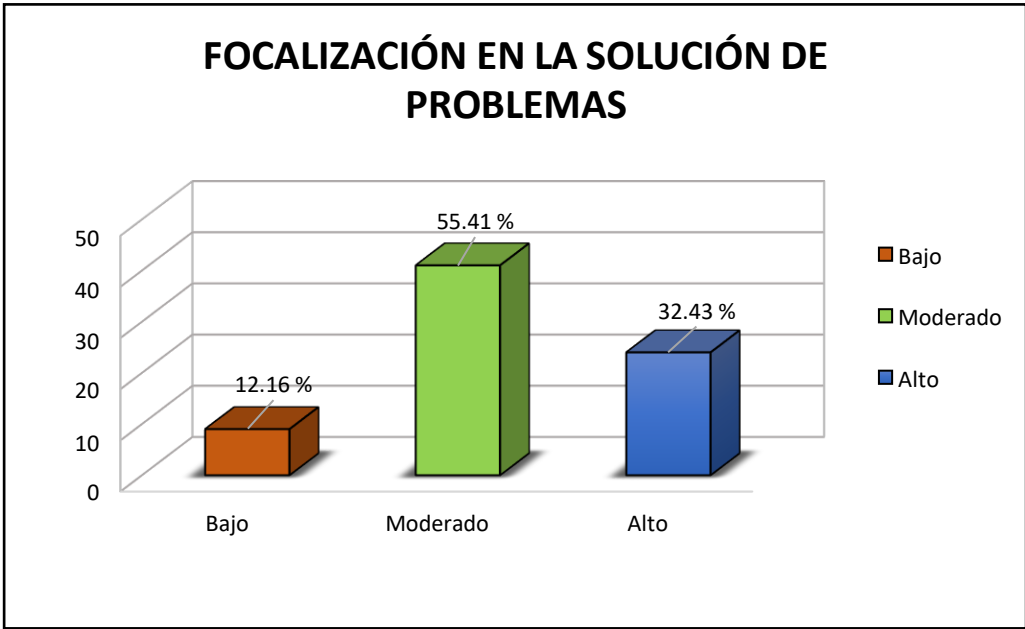
15. Establecí un plan de actuación y procuré llevarlo a cabo					
16. Comprendí que yo fiji el principal causante del problema					
17. Descubrí que en la vida hay cosas buenas y gente que se preocupa por los demás					
18. Me comporté de forma hostil con los demás					
19. Salí al cine, a cenar, a «dar una vuelta», etc., para olvidarme del problema					
20. Pedí a parientes o amigos que me ayudaran a pensar acerca del problema					
21. Acudí a la Iglesia para rogar que se solucionase el problema					
22. Hablé con las personas implicadas para encontrar una solución al problema					
23. Me sentí indefenso/a e incapaz de hacer algo positivo para cambiar la situación					
24. Comprendí que otras cosas, diferentes del problema, eran para mí más importantes					
25. Agredí a algunas personas					
26. Procuré no pensar en el problema					
27. Hablé con amigos o familiares para que me tranquilizaran cuando me encontraba mal					
28. Tuve fe en que Dios remediaría la situación					
29. Hice frente al problema poniendo en marcha varias soluciones concretas					
30. Me di cuenta de que por mí mismo no podía hacer nada para resolver el problema					
31. Experimenté personalmente eso de que «no hay mal que por bien no venga»					
32. Me irrité con alguna gente					
33. Practiqué algún deporte para olvidarme del problema					
34. Pedí a algún amigo o familiar que me indicara cuál sería el mejor camino a seguir					
35. Recé					
36. Pensé detenidamente los pasos a seguir para enfrentarme al problema					
37. Me resigné a aceptar las cosas como eran					
38. Comprobé que, después de todo, las cosas podían haber ocurrido peor					
39. Luché y me desahugué expresando mis sentimientos					
40. Intenté olvidarme de todo					
41. Procuré que algún familiar o amigo me escuchase cuando necesité manifestar mis sentimientos					
42. Acudí a la Iglesia para poner velas o rezar					

Gráfico 1: Afrontamiento al estrés frente a la pandemia del Covid-19 en personal policial de la comisaría de Surquillo, 2021.



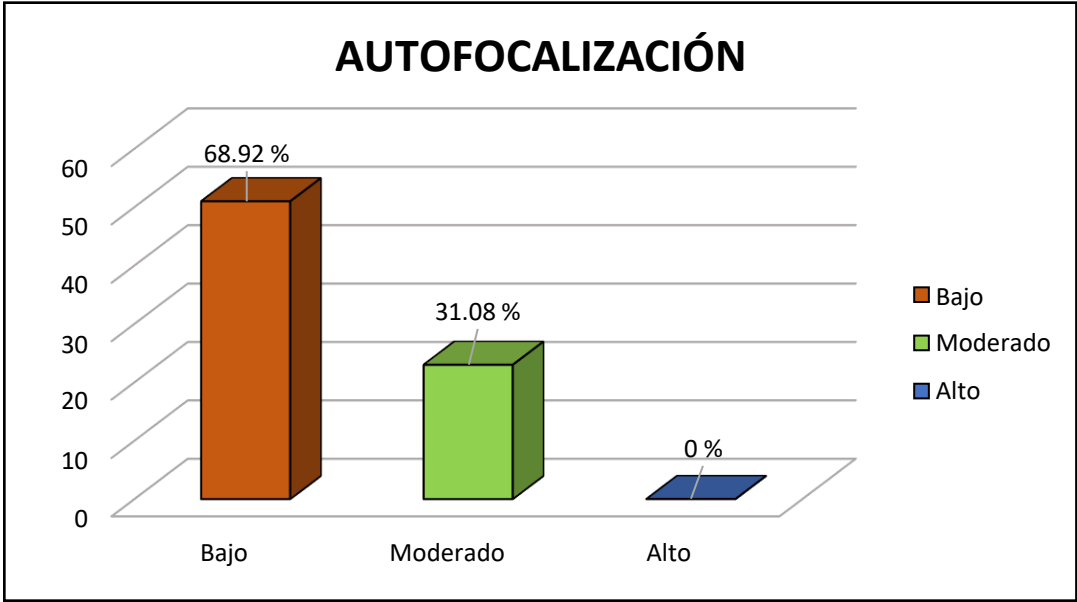
Fuente: datos obtenidos por el investigador

Gráfico 2: Afrontamiento al estrés dimensión focalización en la solución de problemas en personal policial de la comisaría de Surquillo, 2021.



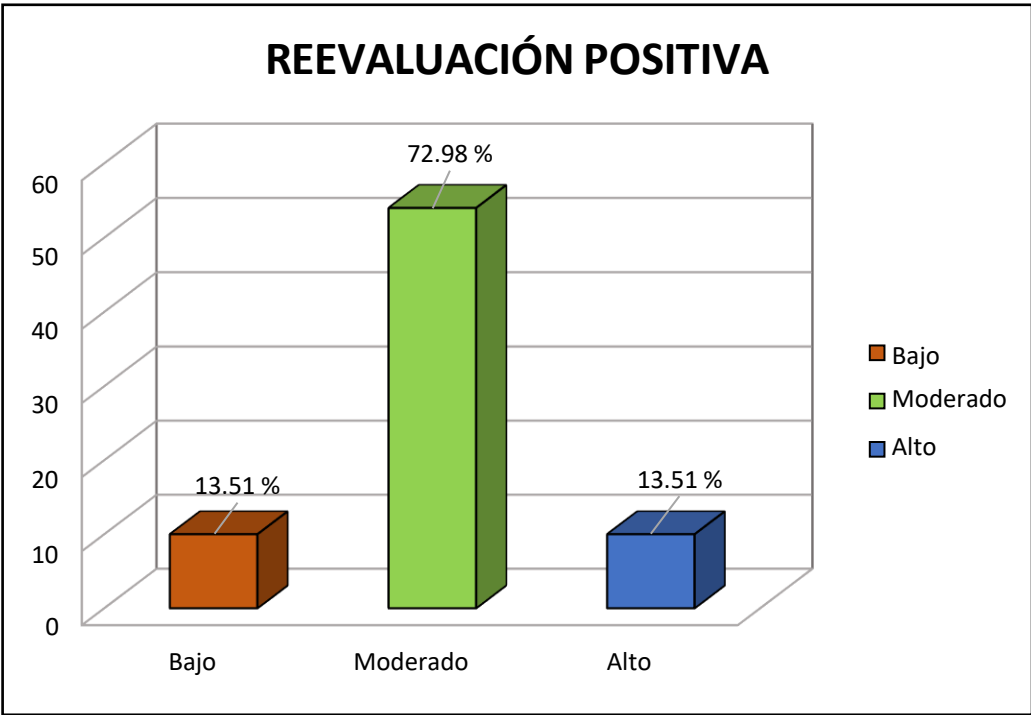
Fuente: datos obtenidos por el investigador

Gráfico 3: Afrontamiento al estrés dimensión autofocalización en personal policial de la comisaría de Surquillo, 2021.



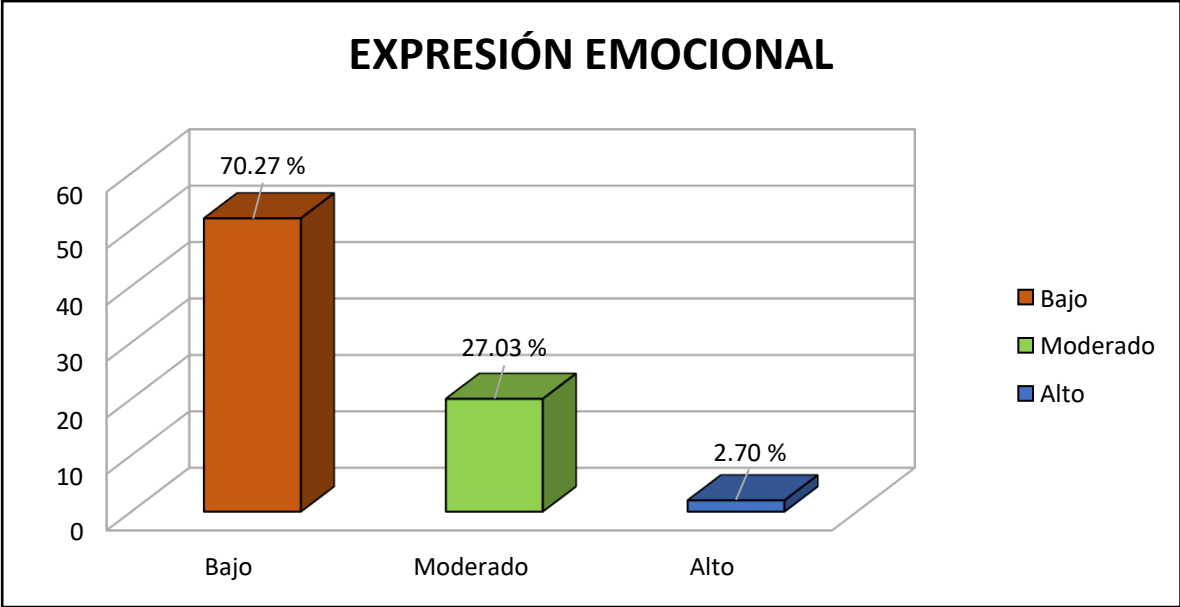
Fuente: datos obtenidos por el investigador

Gráfico 4: Afrontamiento al estrés dimensión reevaluación positiva en personal policial de la comisaría de Surquillo, 2021.



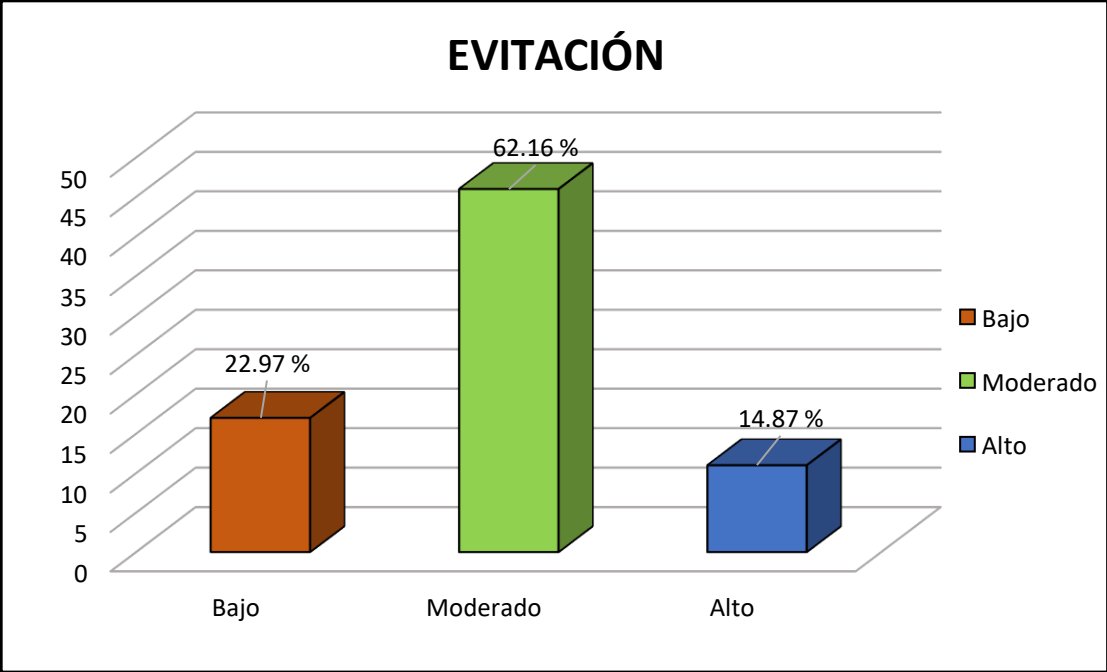
Fuente: datos obtenidos por el investigador

Gráfico 5: Afrontamiento al estrés dimensión expresión emocional en personal policial de la comisaría de Surquillo, 2021.



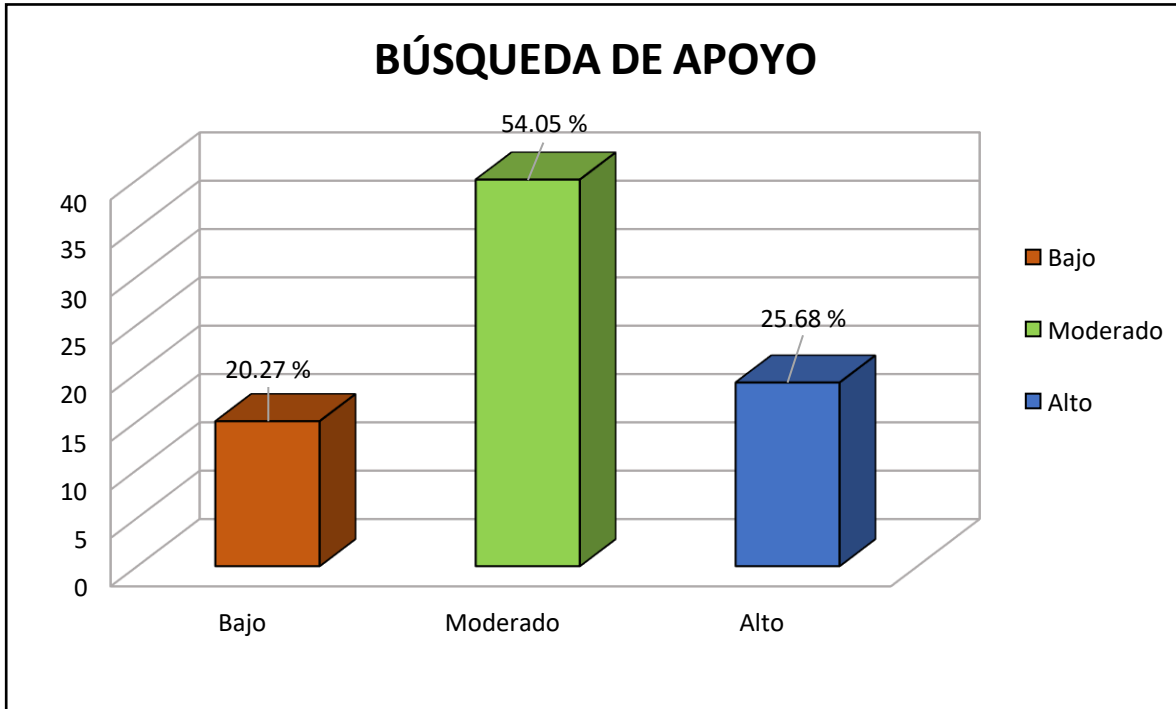
Fuente: datos obtenidos por el investigador

Gráfico 6: Afrontamiento al estrés dimensión evitación en el personal policial de la comisaría de Surquillo, 2021.



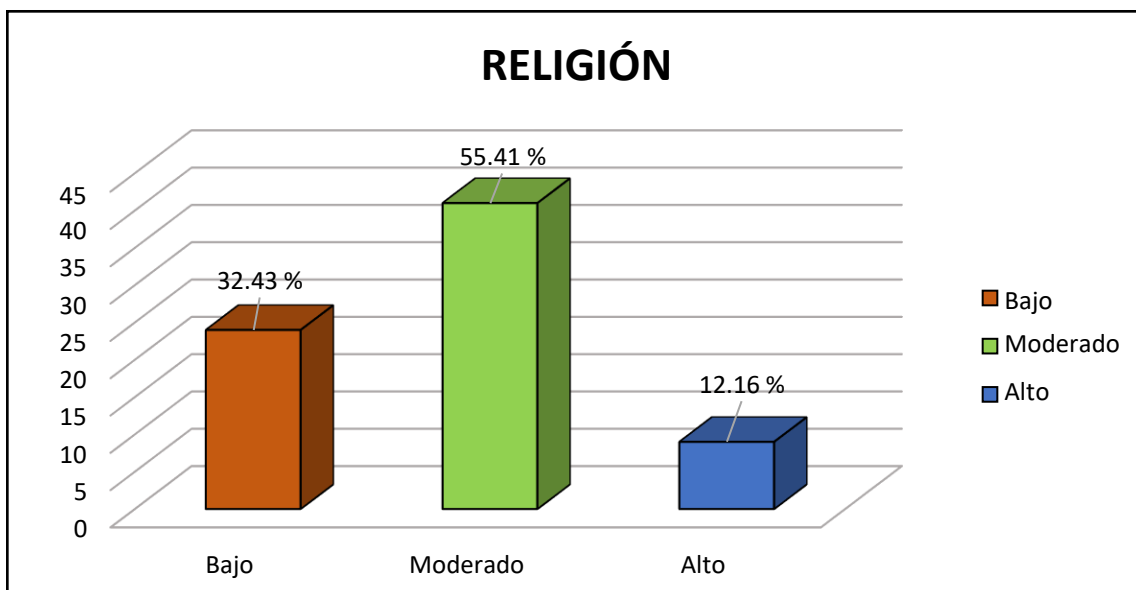
Fuente: datos obtenidos por el investigado

Gráfico 7: Afrontamiento al estrés dimensión búsqueda de apoyo en el personal policial de la comisaría de Surquillo, 2021.



Fuente: datos obtenidos por el investigador

Gráfico 8: Afrontamiento al estrés dimensión religión en el personal policial de la comisaría de Surquillo, 2021.



Fuente: datos obtenidos por el investigador

Tabla 9: Datos demográficos de los efectivos de la Comisaria de Surquillo, 2021.

Ítem	N° de Encuestados	Porcentaje
Edad		
20-24	26	35.14 %
25-29	26	35.14 %
30-34	6	8.10 %
+ 35	16	21.62 %
Sexo		
Masculino	67	90.54 %
Femenino	7	9.46 %

Fuente: datos obtenidos por el investigador

Como se puede apreciar en la tabla, se observa que las edades de los efectivos policiales varían entre los 20 años a más de 50 años. Siendo el 35.14% jóvenes de 20 a 24 años; además, con un mismo porcentaje de 35.14% son los jóvenes adultos (25 a 29 años); los adultos jóvenes (30 a 34 años) constituyen el 8.10% y; los adultos de 35 años a más son el 21.62%. Por último, se observa que de efectivos policías encuestados; el 9.46% son del género femenino y; el 90.54%, de género masculino.

Los Olivos, 6 de octubre de 2021

CARTA N.º 055-2021-EP/ ENE UCV-LIMA

Sr. Cmte.
PNP. Jhon Alejandro Del Castillo Castillo
Comisario de la Comisaría de Surquillo.
Surquillo

Presente. -

Asunto: Solicito autorizar la ejecución del Proyecto de Investigación de Enfermería

De mi mayor consideración:

Es muy grato dirigirme a usted para saludarlo muy cordialmente en nombre de la Universidad Cesar Vallejo y en el mío propio desearle la continuidad y éxitos en la gestión que viene desempeñando.
A su vez la presente tiene como objetivo solicitar su autorización a fin de que las estudiantes **ROJAS PAITAN JACKELINE BRIGITTE y CHAMORRO PAREJAS MEDALI** del X ciclo de estudios de la Escuela Académica Profesional de Enfermería puedan ejecutar su investigación titulada: **"AFRONTAMIENTO AL ESTRÉS FRENTE A LA PANDEMIA DEL COVID -19 EN EL PERSONAL POLICIAL DE LA COMISARIA DE SURQUILLO, 2021."**, organización que pertenece a su digna gestión; por lo que solicito su autorización a fin de que se le brinden las facilidades correspondientes.

Sin otro particular me despido de Usted no sin antes expresar los sentimientos de mi especial consideración personal.

Atentamente,



Mgtr. Lucy Tani Becerra Medina
Coordinadora del Área de Investigación
Escuela Profesional de Enfermería
Universidad César Vallejo – Filial Lima

c/ c: Archivo.



POLICIA NACIONAL DEL PERU
REGPOL - LIMA DIVPOL-GUR 01
COMISARIA DE SURQUILLO

POLICIA NACIONAL DEL PERU

DIVPOL SUR -1

COM. - SURQUILLO

CONSTANCIA

POR LA PRESENTE EL SUSCRITO AUTORIZA A:

Medali CHAMORRO PAREJAS y Jackeline Brigitte ROJAS PAITAN, estudiantes del X ciclo de la carrera Profesional de Enfermería, de la "Universidad Cesar Vallejo" para realizar su ejecución del Proyecto de Investigación de Enfermería, investigación titulada: "AFRONTAMIENTO AL ESTRÉS FRENTE A LA PANDEMIA DEL COVID -19 EN EL PERSONAL POLICIAL DE LA COMISARIA DE SURQUILLO, 2021" lo que se expide el presente documento únicamente para fines solicitados.

Lima, 15 de octubre de 2021.



CA-220305
Alejandro John DEL CASTILLO CASTILLO
COMANDANTE PNP
COMISARIO PNP SURQUILLO

EVIDENCIAS





