



“Año de la unidad, la paz y el desarrollo”

FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
PROGRAMA ACADÉMICO DE PSICOLOGÍA

TRABAJO DE SUFICIENCIA PROFESIONAL

**AFRONTAMIENTO AL ESTRÉS EN EL PERSONAL
DE MANTENIMIENTO DE LA ESPECIALIDAD
MOTORES DEL GRUPO AÉREO 42 EN LA CIUDAD
DE IQUITOS 2022**

**PARA OPTAR EL TÍTULO PROFESIONAL DE LICENCIADO
DE PSICOLOGÍA**

AUTORA : BACH. PSIC. JENIFER SHAQUIRA CÓRDOVA CUJE

ASESOR : PSIC. JUAN ALFONSO MENDEZ DEL AGUILA. MGR.

**IQUITOS - PERÚ
2023**

**CONSTANCIA DE ORIGINALIDAD DEL TRABAJO DE INVESTIGACIÓN
DE LA UNIVERSIDAD CIENTÍFICA DEL PERÚ - UCP**

El presidente del Comité de Ética de la Universidad Científica del Perú - UCP

Hace constar que:

La Tesis titulada:

**"AFRONTAMIENTO AL ESTRÉS EN EL PERSONAL DE
MANTENIMIENTO DE LA ESPECIALIDAD MOTORES DEL GRUPO
AÉREO 42 EN LA CIUDAD DE IQUITOS 2022"**

De la alumna: **JENIFER SHAQUIRA CÓRDOVA CUJE**, de la Facultad de Ciencias de la Salud, pasó satisfactoriamente la revisión por el Software Antiplagio, con un porcentaje de **17% de plagio**.

Se expide la presente, a solicitud de la parte interesada para los fines que estime conveniente.

San Juan, 08 de Febrero del 2023.

















Dr. César J. Ramal Asayag
Presidente del Comité de Ética – UCP

Document Information

Analyzed document	UCP_Sicologia_2022_TSP_JeniferCordova_V1.pdf (D157764770)
Submitted	2/3/2023 4:51:00 PM
Submitted by	Comisión Antiplagio
Submitter email	revision.antiplagio@ucp.edu.pe
Similarity	17%
Analysis address	revision.antiplagio.ucp@analysis.arkund.com

Sources included in the report

SA	Universidad Científica del Perú / UCP_cienciasdelasalud_2022_TSP_Lady_Ochoa_VI.pdf Document UCP_cienciasdelasalud_2022_TSP_Lady_Ochoa_VI.pdf (D155788398) Submitted by: revision.antiplagio@ucp.edu.pe Receiver: revision.antiplagio.ucp@analysis.arkund.com	 26
W	URL: https://repositorio.continental.edu.pe/handle/20.500.12394/6052 Fetched: 11/24/2021 8:01:26 PM	 2
W	URL: https://cybertesis.unmsm.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12672/2729/levano_mj.pdf?sequence=1&is... Fetched: 11/2/2021 11:47:23 PM	 1
SA	Universidad Científica del Perú / UCP_cienciasdelasalud_2022_TSP_VanessaMurrieta_V1.pdf Document UCP_cienciasdelasalud_2022_TSP_VanessaMurrieta_V1.pdf (D154978129) Submitted by: revision.antiplagio@ucp.edu.pe Receiver: revision.antiplagio.ucp@analysis.arkund.com	 1
SA	Gonzalez Reyna Emma MargaritaFINAL.docx Document Gonzalez Reyna Emma MargaritaFINAL.docx (D141601675)	 1
W	URL: https://hmong.es/wiki/Coping_(psychology) Fetched: 3/1/2022 11:41:14 AM	 3
SA	1A_LEVANO_LOZA_JESUS_IVAN_Titulo_Profesional_2018.docx..doc Document 1A_LEVANO_LOZA_JESUS_IVAN_Titulo_Profesional_2018.docx..doc (D36984566)	 10
W	URL: https://docplayer.es/109607525-Universidad-nacional-federico-villarreal-facultad-de-psicologia.html Fetched: 2/3/2023 4:51:29 PM	 3
W	URL: https://www.psicologos-malaga.com/estilos-estrategias-afrontamiento-problemas/ Fetched: 3/13/2020 11:27:32 PM	 2
W	URL: https://repositorio.upt.edu.pe/handle/20.500.12969/2401 Fetched: 8/26/2022 6:33:36 AM	 1
W	URL: http://repositorio.autonmadeica.edu.pe/bitstream/autonmadeica/728/1/Maritza%20Condori%20Chambi.pdf Fetched: 2/28/2021 11:03:43 PM	 2
W	URL: http://www.scielo.org.pe/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1018-130X1998000200004 Fetched: 11/15/2021 1:14:50 AM	 1
W	URL: http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0138-65572001000300008 Fetched: 11/10/2021 8:06:32 AM	 4
W	URL: https://www.usc.es/export9/sites/webinstitucional/gl/servizos/uforense/descargas/2018-Tesis-Fe... Fetched: 12/12/2019 3:43:47 AM	 1

DEDICATORIA

A DIOS:

Por darme la vida y por estar conmigo en todo momento, por haber puesto en mi camino personas maravillosas que han sido De gran bendición en mi vida.

A MI FAMILIA:

A mis padres por su apoyo incondicional para hacer realidad esta meta profesional. A mi esposo y mi hijo por ser mi motivación.

JENIFER SHAQUIRA CÓRDOVA CUJE.

AGRADECIMIENTOS

Al Decano de la Facultad de Ciencias de la Salud Ricardo Chávez Chacaltana, por el apoyo brindado en construcción y la revisión del proyecto.

Al profesor Juan Méndez, por sus consejos en la elaboración del marco teórico y su apoyo del presente estudio.

Al profesor Pedro Bellido, por su paciencia y apoyo en la parte metodológica del proyecto y por ayudarme a despejar gran parte de mis dudas sobre estadística.

Al profesor Cipriano Olivera, por su ayuda en la construcción del cuestionario

Al Jefe de Personal Cap. Martin Zamora por las facilidades que me brindo y me formo en mi desarrollo profesional y en mi internado en el Desarrollo Humano en el personal de técnicos y suboficiales FAP del Grupo 42

A mis padres por guardar mis horas de estudio y confiar siempre en el proyecto.

JENIFER SHAQUIRA CÓRDOVA CUJE.

ACTA DE SUSTENTACIÓN DE TRABAJO DE SUFICIENCIA PROFESIONAL

Con **Resolución Decanal N° 1376-2022-UCP-FCS, del 18 de Noviembre del 2022**, la Facultad de Ciencias de la Salud, de la UNIVERSIDAD CIENTIFICA DEL PERÚ – UCP, designa como Jurado Evaluador y Dictaminador de la Sustentación del Trabajo de Suficiencia Profesional a los señores:

✚ **Psic. Elizabeth Guillen Galdós** **Presidente**
✚ **Psic. Mgr. Oswaldo Bartolomé Pro Concepción** **Miembro**

Como Asesor: **Psic. Mgr. Juan Alfonso Méndez del Águila.**

En la ciudad de Iquitos, siendo las 12:00 p.m. horas, del día Jueves 16 de Febrero del 2023, en las instalaciones de la universidad, supervisado por el Secretario Académico del Programa Académico de SICOLOGÍA – de la Universidad Científica del Perú; se constituyó el Jurado para escuchar la Sustentación y defensa del Trabajo de Suficiencia Profesional: **"AFRONTAMIENTO AL ESTRÉS EN EL PERSONAL DE MANTENIMIENTO DE LA ESPECIALIDAD MOTORES DEL GRUPO AÉREO 42 EN LA CIUDAD DE IQUITOS 2022"**.

Presentado por la sustentante: **JENIFER SHAQUIRA CORDOVA CUJE**

Como requisito para optar el TÍTULO PROFESIONAL de: **LICENCIADO EN PSICOLOGIA.**

Luego de escuchar la Sustentación y formuladas las preguntas las que fueron:

..... **AB.SUELTAS** **SATISFACTORIAMENTE**

El Jurado después de la deliberación en privado llegó a la siguiente conclusión:

La Sustentación es: APROBADO POR UNANIMIDAD CON NOTA : 17

En fe de lo cual los miembros del Jurado firman el Acta.

Psic. Elizabeth Guillen Galdós
Presidente

Psic. Mgr. Oswaldo Bartolomé Pro Concepción
Miembro

CALIFICACIÓN:	Aprobado (a) Excelencia	:	19-20
	Aprobado (a) Unanimidad	:	16-18
	Aprobado (a) Mayoría	:	13-15
	Desaprobado (a)	:	00-12

HOJA DE APROBACION

TRABAJO DE SUFICIENCIA PROFESIONAL, DENOMINADO:
AFRONTAMIENTO AL ESTRÉS EN EL PERSONAL DE MANTENIMIENTO
DE LA ESPECIALIDAD MOTORES DEL GRUPO AÉREO 42 EN LA
CIUDAD DE IQUITOS 2022.



Psic. Elizabeth Guillen Galdós
Presidente



Psic. Mgr. Oswaldo Bartolomé Pro Concepción
Miembro



Psic. Mgr. Juan Alfonso Méndez del Águila
Asesor

ÍNDICE DE CONTENIDO

Caratulo	i
Constancia del Antiplagio	ii
Dedicatoria	iv
Agradecimiento	v
Acta de Sustentación	vi
Hoja de Aprobación	vii
Índice del Contenido	viii
Resumen	x
Abstract	xi
1. Introducción	12
2. Planteamiento del problema	31
3. Objetivos	35
3.1 Objetivo General	35
3.2 Objetivos específicos	35
4. Variables	36
5. Operacionalización de variables	39
6. Hipótesis	40
7. Metodología	41
7.1 Tipo y diseño de investigación	41
7.2 Población y muestra	42

a. Población	42
b. Muestra	43
c. muestreo	43
d. Criterios de inclusión y exclusión	44
7.3 Técnicas e instrumentos	44
7.4 Recopilación de los datos	50
7.5 Procesamiento de los datos	50
7.6 Consideraciones éticas	51
8. Resultados	52
9. Discusión	66
10. Conclusiones	72
11. Recomendaciones	74
12. Referencias Bibliográficas	75
Anexos	81
Anexo 1 Matriz de Consistencia	
Anexo 2 Carta de presentación a la institución	
Anexo 3 Carta de Autorización	
Anexo 4 Instrumento de recolección de datos	

RESUMEN

Se llevó a cabo una investigación cuyo objetivo principal fue determinar los niveles de utilización de las Estrategias de Afrontamiento al Estrés evaluadas por El Inventario de Afrontamiento al Estrés Versión Brief 28 de Carver, S. , presentadas por el personal de mantenimiento de la especialidad motores del Grupo Aéreo 42 ubicado en la ciudad de Iquitos. La muestra estuvo conformada por 71 técnicos y suboficiales de la mencionada unidad. Fueron seleccionados por muestreo no paramétrico de tipo intencional. A la muestra se le aplicó Inventario de Afrontamiento al Estrés Versión Brief 28 de Carver, S. , adaptado y estandarizado para la población peruana por Levano, J. (2018). Entre las principales conclusiones se indica que se encontró un uso frecuente de las estrategias de afrontamiento centrado en el problema, un menor uso de las de las estrategias de afrontamiento centrado en la emoción y un uso escaso de las estrategias de evitación. Las dos últimas estrategias, por tratarse de personal militar debe ser subsanadas. Se recomendó charlas motivacionales y, de ser posible, aplicar programas ya elaborados en otros países para desarrollar y fomentar las estrategias de afrontamiento al estrés en personal militar.

Palabras claves: Afrontamiento al Estrés, Personalidad, Personal Militar, Estrés Militar.

ABSTRACT

An investigation was carried out whose main objective was to determine the levels of use of the Stress Coping Strategies evaluated by the Stress Coping Inventory Brief Version 28 by Carver, S., presented by the maintenance personnel of the motor vehicle specialty. Air Group 42 located in the city of Iquitos. The sample consisted of 71 technicians and NCOs from the mentioned unit. They were selected by intentional non-parametric sampling. The Stress Coping Inventory Brief Version 28 by Carver, S. was applied to the sample, adapted and standardized for the Peruvian population by Levano, J. (2018). Among the main conclusions, it is indicated that a frequent use of coping strategies focused on the problem was found, a lower use of coping strategies focused on emotion and a scarce use of avoidance strategies. The last two strategies, because they are military personnel, must be corrected. Motivational talks were recommended and, if possible, apply programs already developed in other countries to develop and promote stress coping strategies in military personnel.

Keywords: Coping with Stress, Personality, Military Personnel, Military Stress.

1. INTRODUCCIÓN

Hombres y mujeres militares están expuestos frecuentemente a una amplia gama de eventos estresantes como parte del entrenamiento militar y por sus labores operativas. Diversas investigaciones comprueban con frecuencia que el personal militar que afronta y maneja el estrés desempeña su trabajo de manera más eficiente que el personal no entrenado o que no sabe afrontar el estrés. Recientes estudios en psicología laboral en el campo militar han comprobado los efectos moderadores de varios factores fisiológicos, psicológicos y sociales los cuales pueden actuar controlando o reduciendo los recursos que las personas utilizan para hacer frente a los factores estresantes. Es decir, un personal militar adecuadamente entrenado debe hallarse en condiciones de afrontar y manejar constructivamente las diversas circunstancias estresantes que la vida militar presenta con frecuencia.

Como señalan Kearney, G. et. al. (2003) las personas constituyen la columna vertebral de cualquier fuerza militar. Pero, ¿qué sucede cuando el estrés del personal durante alguna operación militar se vuelve abrumador y los soldados no logran superarlo? El estrés puede tener consecuencias negativas para el individuo, la organización e incluso para la eficacia general del combate. Las Fuerzas Armadas de todo el mundo han dedicado muchos años a investigar cómo maximizar la resiliencia y el rendimiento individual frente al estrés extremo. El estrés aparece ante eventos altamente desestabilizadores emocionalmente, como operaciones de combate, en tropas y líderes individuales.

La gestión del estrés es un tema importante no solo para los militares, sino también para otras profesiones de alto riesgo como la policía y los servicios de emergencia. Acerca del estrés el General Dwight Eisenhower Comandante General del Ejército Aliado en el desembarco en Normandía en 1944 durante la Segunda Guerra Mundial, señaló: “La capacidad de los soldados para absorber el castigo y soportar las

privaciones es casi inagotable mientras crean que están recibiendo un trato justo, que sus comandantes los están cuidando y que sus propios logros son comprendidos y apreciados". Es conocido que los veteranos de guerra y los militares involucrados en operaciones riesgosas desarrollan ciertas características que los ayudan a sobrevivir en el combate. Por esta razón, los psicólogos militares estudian el estrés operativo de combate (COS) así como el trastorno de estrés postraumático (TEPT).

El concepto de estrés de combate está muy relacionado con el trastorno de estrés postraumático al tener una base sintomatológica común y al hecho de que el TEPT tradicionalmente ha estado ligado a las consecuencias de los conflictos bélicos en las personas participantes. Sin embargo, debemos matizar que son conceptos distintos. De hecho, si quisiéramos establecer relación entre el estrés de combate y las clasificaciones diagnósticas actuales, el trastorno que abarcaría de forma más fiable el estrés de combate sería el trastorno por estrés agudo (Figley, C. y Nash, W. 2011). Estas reacciones pueden variar en severidad según una variedad de condiciones operativas, que incluyen intensidad, duración, frecuencia de exposición al combate, liderazgo y moral de la unidad, entre otras cosas. El término 'reacción de estrés operativo y de combate' se utiliza para describir dos tipos diferentes de reacciones de estrés militar:

- ✓ Reacciones de estrés agudo en el entorno de combate llamadas reacciones de estrés de combate coyuntural.
- ✓ Reacciones a factores estresantes militares más sostenidos, o reacciones de estrés operativo estructural.

Las reacciones de estrés agudo ocurren en situación de combate o de preparación antes del combate. Son respuestas de supervivencia programadas que abarcan cambios fisiológicos, conductuales, emocionales, mentales y de otro tipo en los procesos corporales. Las

situaciones que amenazan la vida activan el sistema nervioso autónomo, que está regulado por dos divisiones opuestas: el sistema nervioso simpático, responsable de la excitación, y el sistema nervioso parasimpático, responsable del control y disminución. El resultado es un continuo de respuestas automáticas denominadas "cascada de defensa", caracterizadas por altibajos extremos (pero relativamente breves) en las funciones fisiológicas, como la conciencia/excitación, conductual, emocional, mental, del habla y sensoriomotora. Estos cambios son intensos y provocan un deterioro de moderado a severo mientras duran, pero su duración es de solo unas horas o, como máximo, unos pocos días.

Las funciones cognitivas se ven influidas notablemente por el estrés. De hecho, está relacionado con la merma de capacidad de adaptación, desempeño en el medio laboral, memoria y toma de decisiones (Sandi, C. 2012). Entre los factores estresantes de combate se incluyen:

- Lesiones personales
- Muerte de combatientes
- Presenciar la muerte de una persona
- Presenciar la muerte de otro miembro de la unidad
- Lesión que resulta en la pérdida de una extremidad

Algunas de las reacciones de estrés de combate que un militar puede experimentar incluyen inquietud, pánico, irritabilidad, ira, confusión, problemas de memoria, fatiga, insomnio, palpitaciones, dificultad para respirar y disociación.

Por su parte, las reacciones a factores estresantes militares más sostenidos o estructurales, son cambios conductuales, cognitivos, emocionales y físicos temporales que resultan de las experiencias o consecuencias de la exposición repetida a un solo factor estresante o

últiples factores estresantes, en entornos operativos de combate o no de combate.

Los ejemplos de factores estresantes operativos incluyen:

- Entorno de vida y de trabajo difícil (p. ej., aislamiento, climas/entornos extremos o factores estresantes sensoriales)
- Experimentar o presenciar acoso, intimidación o conflicto interpersonal relacionado con el trabajo
- Alta carga de trabajo (por ejemplo, largas horas de trabajo y altas demandas de tareas)
- Exposición repetida a traumas, peligros y pérdidas.
- Condiciones de trabajo que interrumpen el sueño (por ejemplo, trabajo por turnos, trabajo nocturno)
- Eventos estresantes que involucran a seres queridos o amigos (por ejemplo, problemas maritales, enfermedad o muerte)

Un enfoque de gran importancia sobre el estrés es el señalado por Lazarus, R. y Folkman, S. (1986) respecto al estrés. Estos autores indican que el estrés, es una interacción particular entre la persona y su entorno, evaluado éste por el sujeto como algo amenazante, que supera los recursos habitualmente disponibles y que pone en peligro su bienestar

Algunas de las reacciones de estrés operativo que un miembro del servicio puede experimentar incluyen ansiedad o miedo; déficit de atención, concentración o memoria; agotamiento, agotamiento emocional o desconexión; estado de ánimo deprimido, tristeza, impotencia o pena; dificultad para conciliar o permanecer dormido; frustración, irritabilidad o ira; y síntomas de TEPT.

Debido a los riesgos que puede acarrear el estrés en situaciones de combate y en las operaciones militares, los servicios de psicología

militar desarrollan y aplican programas de control del estrés agudo y del estrés estructural para mejorar la capacidad de los miembros del servicio para manejar y superar ambos tipos de estrés. Los objetivos principales de los programas son:

- Ayudar a los miembros del servicio a reconocer los signos y síntomas del estrés militar.
- Prevenir el estrés a través de la capacitación para aumentar la confianza y las habilidades de afrontamiento.
- Disminuir el impacto del estrés operativo y de combate con medidas simples, como tranquilidad, descanso y garantía de seguridad.
- Si los militares de tropa no responden a las intervenciones psicológicas iniciales, se recomienda la intervención de un profesional de salud mental.

El afrontamiento del estrés es uno de varios factores psicosociales considerados por los psicólogos militares para moderar los negativos efectos del estrés en la vida militar. De hecho, los modelos teórico-conceptuales que consideran que el afrontamiento es un esfuerzo consciente para manejar problemas y emociones angustiantes que perturban el desempeño militar, han guiado gran parte de la investigación sobre el estrés y el afrontamiento en las últimas dos décadas. Al respecto, cabe señalar los estudios de Bowers y cols. (1996) y los de Somerfield, M. (2000).

Los modelos planteados generalmente predicen que hay al menos tres componentes principales en el desarrollo del estrés:

- a) El tipo de estresor o demanda ambiental
- b) Los mediadores psicosociales, como el estilo de afrontamiento de un individuo

- c) Los comportamientos psicosociales, fisiológicos y conductuales resultantes, como precisa Aldwin, C. (1993).

El estudio del afrontamiento nos revela que las personas asumen dos modos básicos para responder al estrés: el acercamiento y la evitación, como señala acertadamente Roth, C. (1986). En efecto, el acercamiento y la evitación son constructos que describen comportamientos, y actividades emocionales dirigidas a atraer o alejar la situación de estrés. Los resultados no son concluyentes. Unos estudios han mostrado consistentemente beneficios de estrategias de afrontamiento específicas. Como los de Coyne, Jc. (2000). Por ejemplo, la literatura indica que las estrategias de evitación son efectivas para evitar el abuso de alcohol, mientras que las estrategias de acercamiento para evitar el consumo de alcohol generalmente no funcionan, como señala Tennen, H. (2000).

La investigación en salud mental en la última década ha demostrado que la exposición a elevados niveles de estrés en las mujeres militarizadas, generan niveles más altos de síntomas depresivos que los hombres, mientras que los elevados niveles de estrés generan el abuso de sustancias (alcohol, drogas) en los hombres (ONU, 1998). Por ejemplo, las tasas de depresión entre las mujeres son al menos dos veces más altas que en los hombres (Kessler, R. et. al., 1994).

En términos de funcionamiento laboral, los síntomas depresivos producto del estrés están relacionados con un menor rendimiento en el trabajo. Al parecer los eventos estresantes de la vida pueden desempeñar un papel más importante en la provocación de episodios recurrentes de depresión en las mujeres que en los hombres. Está sujeto a debate si la mayor experiencia de estrés de las mujeres se debe a las diferencias relacionadas con el género en la evaluación del estrés o al afrontamiento del mismo. Al parecer las

mujeres presentan una mayor disposición para informar síntomas de estrés, si realmente -por razones culturales- están mayormente expuestas a circunstancias vitales estresantes en relación con los hombres (Gijsbers, C. et.al. 1995).

En realidad, hasta el presente, se han producido escasos estudios empíricos de las diferencias de género en la relación entre el estrés militar y el deterioro funcional en el trabajo. A medida que los temas de género y equidad en las fuerzas armadas se debaten en los medios de comunicación y los formuladores de políticas reconsideran la integración de género, se necesita información que brinde una base empírica para fundamentar las decisiones críticas de política pública y militar sobre cómo estructurar la capacitación y las relaciones laborales de hombres y mujeres en las fuerzas armadas.

En el 2003, se realizó una evaluación exhaustiva de los factores estresantes relevantes en personal del Ejército de los EE.UU. como parte del Programa del Instituto de Investigación del Ejército Walter Reed (WRAIR) para modelar el estrés del soldado, mejorar su salud mental y física, así como su rendimiento. Los factores estresantes se analizan en una variedad de entornos en términos de su impacto en el personal militar. Se asumió el enfoque de Lazarus, R. y Folkman, S. (1984), que planteó que un evento o situación se considera estresante cuando el individuo lo percibe como agobiante o excede su capacidad de afrontamiento, sus competencias, sus valores o su autoestima. Se consideró que los estresores militares ocurren en tres entornos principales: estando en guarnición, durante los ejercicios de entrenamiento y ante despliegues reales o simulados. Muchos de estos factores estresantes son similares a los que se encuentran en entornos de trabajo no militares, pero otros son también relativamente únicos. Se revisó los principales

factores de estrés que enfrentan personal militar en los tres entornos señalados, con énfasis en investigaciones recientes en cada uno de ellos.

Se encontró que los factores estresantes del trabajo incluyen la sobrecarga de trabajo, la imprevisibilidad, los factores estresantes del rol y la evaluación del desempeño. Otros posibles factores estresantes específicos de las fuerzas armadas incluyen la exposición a eventos potencialmente traumáticos como experimentar amenazas a la seguridad personal, ser expuestos al sufrimiento humano o a la muerte, y perpetrar daño a otros. También se consideraron los factores estresantes que aparecen ante los despliegues militares, incluidas las condiciones de vida austeras, el aburrimiento y la separación familiar.

Los hallazgos resaltan la importancia de identificar y comprender los factores estresantes ocupacionales durante una misión militar en el mundo real. El estudio reporta que aún quedan varias tareas prioritarias:

- 1) Refinar la identificación de las medidas de los factores estresantes en todas las operaciones y entornos.
- 2) Continuar utilizando una combinación de datos de entrevistas y encuestas para identificar los factores de estrés específicos de la misión y su alcance.
- 3) Considerar los estresores ocupacionales asociados con servicio militar dentro de un marco multidimensional que incluye al ambiente militar específico.
- 4) Combinar conceptos de la investigación del estrés ocupacional civil con los desafíos únicos que enfrenta el personal militar.
- 5) Desarrollar un modelo militar integral del estrés y sus consecuencias.

Pflanz, S. (2002) llevó a cabo un estudio donde examinó la prevalencia y las fuentes de estrés ocupacional en personal militar y la relación entre el estrés y la salud emocional en personal de las fuerzas armadas norteamericanas.

Su muestra estuvo conformada por cuatrocientos setenta y dos sujetos en servicio activo y que formaban parte del personal militar estacionado en la Base de la Fuerza Aérea FE Warren. Se aplicó una encuesta de 65 ítems que incluía ítems relacionados con eventos de la vida, percepciones sobre el estrés militar y opiniones sobre la relación entre el estrés militar y la salud emocional. Se encontró que el personal militar era significativamente más propenso a informar que sufría estrés laboral que trabajadores civiles ($p <$

0,001). Una cuarta parte (26%) informó sufrir estrés laboral significativo, el

15% informó que el estrés les estaba causando una angustia emocional significativa, y el 8% informó haber experimentado estrés laboral lo suficientemente grave para alterar su salud emocional. Se encontró una mayor proporción de estresores laborales genéricos que los estresores específicamente militares. Se concluyó que más de una cuarta parte de la muestra del personal militar informó sufrir de estrés significativo y que un número significativo de estos individuos sufrieron angustia emocional grave. Estos resultados apoyan anteriores investigaciones que sugieren que el estrés militar puede ser un riesgo de salud ocupacional en el Ejército USA.

Anteriormente se consideraba que el estrés militar era atribuible únicamente a situaciones como despliegues en territorio hostil y desconocido, exposición al combate y la amenaza de lesiones o pérdidas corporales. El cambio periódico permanente de ubicación, el traslado de personal al extranjero y la falta de control de las

asignaciones de trabajo que provocan exceso de recarga laboral, son sólo algunos ejemplos de los aspectos de la vida militar que pueden afectar la salud mental de sus miembros. Varios estudios han encontrado que el estrés laboral es un factor significativo y fuente de angustia para el personal militar durante las asignaciones rutinarias en tiempo de paz y con mayor razón en tiempos de conflicto, Manning et al. (1981) identificaron problemas de salud mental relacionados con el trabajo militar como el principal contribuyente a sus problemas emocionales en tres clínicas de salud mental. Estos trabajadores se quejaron básicamente de problemas de insatisfacción laboral con las tareas asignadas, malas relaciones con los jefes y malas relaciones con los compañeros de trabajo.

McCarroll et al. (1993) informaron que el 23% de los militares internados en un centro militar de salud mental de EE.UU. por alteraciones emocionales clínica se les dio el único diagnóstico: estrés ocupacional. En un estudio de evaluación de la salud mental a bordo de un portaaviones, Bohnker et al. (1992) encontró que cerca del 26% de los diagnósticos realizados sobre problemas emocionales eran de estrés ocupacional. Un estudio más reciente (Schilling, B. 2005) examinó la prevalencia de casos reportados de estrés en pacientes militares encontró que el 60% de afectados sintió que sufrían un estrés laboral significativo, y más de la mitad (52%) informó que el estrés laboral les estaba causando angustia emocional importante. Lo más importante, es que casi la mitad (43%) de estos pacientes militares creían que el estrés laboral contribuyó significativamente al inicio de su enfermedad mental.

En nuestro país Huanay, M. (2019) estudió la resiliencia y los estilos de afrontamiento al estrés en soldados que prestan servicio militar voluntario en la Zona del VRAEM. Fue una investigación de tipo correlacional, con diseño no experimental de corte transversal. Se

utilizó una muestra de 137 soldados pertenecientes a 13 unidades del Ejército peruano. Se concluyó que los niveles de resiliencia correlacionan significativamente con los estilos de afrontamiento al estrés en soldados que prestan servicio militar voluntario en la zona VRAEM. No debemos olvidar que la situación de las zonas de emergencia en el VRAEM, es de frecuentes enfrentamientos de las fuerzas armadas con los grupos terroristas, dedicados al tráfico ilícito de drogas, transporte ilícito de armas, municiones y explosivos, y otras actividades ilícitas. A consecuencia de estos permanentes conflictos el personal militar se encuentra con altos muy niveles de estrés, ansiedad y diversas repercusiones psicológicas y psiquiátricas. (Ministerio de Defensa del Perú, 2016).

Esta situación, por lo demás, no es nueva. Desde hace tiempo, se conocen las consecuencias psicológicas en militares que han sido expuestos a constantes enfrentamientos y/o guerras tales como, la primera y segunda guerra mundial, guerra de Vietnam y la guerra del Golfo Pérsico. Se sabe que estos conflictos han generado la aparición de psicopatologías, después de estos acontecimientos. Estas alteraciones recibían nombres tales como: shock nervioso, síndrome post- combate, síndrome Tormenta del Desierto, Corazón de soldado, síndrome post traumático, cuyos diagnósticos en la actualidad son denominados como Trastorno de Estrés Post - Traumático, Trastornos Adaptativos, Depresión, entre otros, según Corzo, P. (2009).

Huanay, M. (2019) en su investigación plantea las siguientes recomendaciones:

- Los militares al reclutar a los soldados deben prevenir que no presenten algún trastorno psicológico como, depresión, dependencia a sustancias psicoactivas, etc.

Porque al pertenecer a un sistema militar, dispone del uso de armas, lo cual sería un riesgo como el de atentar contra la vida propia o de los demás;

- Los militares durante el proceso de selección de los futuros soldados, deben identificar el estilo o estrategias de afrontamiento ya que pronosticará sobre la efectividad con la que responderá ante una situación alarmante como un atentado, dando mejores resultados tanto en su preparación, como cuando vaya al campo de acción.
- Hay que desarrollar programas de habilidades blandas mediante actividades vivenciales que le ayuden a desarrollar su capacidad de afrontamiento al stress, liderazgo, comunicarse efectivamente y trabajar en equipo, ya que como institución militarizada, todos están orientados a alcanzar la misma visión.

Lévano L., (2018) estudió el afrontamiento al estrés en el personal militar de diferentes unidades hospitalarias del Hospital Militar Central del Perú “Crl. Luis Arias Schreiber”. Se trató de un estudio de tipo no experimental, con diseño descriptivo. Se planteó como objetivo general determinar los estilos de afrontamiento al estrés en el personal militar de tropa hospitalizado en diferentes unidades del Hospital Militar Central. Se realizó un muestreo no probabilístico de tipo accidentado, con un periodo referencial del 30 de Octubre al 01 de Diciembre del 2017. Para la aplicación del instrumento, la muestra quedo conformada por 61 participantes, varones con edades entre los 18 y 25 años. Se aplico el inventario de Afrontamiento al Estrés Brief COPE (COPE-28) de Carver, S. . Los resultados señalan que en la muestra, el estilo más usado por los participantes es el funcional, las estrategias más usadas son: Afrontamiento activo, Aceptación, Planificación y Reinterpretación

positiva; mientras que las menos usadas: Desahogo, Desconexión conductual y Uso de sustancias.

Lévano Muchotrigo, José Raúl (2003) estudió los estilos de afrontamiento al estrés en una muestra de personal militar. Los objetivos del estudio fueron:

- Identificar la relación entre el Patrón de Conducta tipo A y Tipo B con los estilos y las estrategias de afrontamiento al estrés,
- Detectar las diferencias de los estilos y las estrategias de afrontamiento al estrés en personas con patrón de conducta tipo A y tipo B, en una muestra constituida por 164 militares en actividad de la Fuerza Aérea del Perú, de sexo masculino, cuyas edades están comprendidas entre 30 y 60 años que laboran en la Base Aérea "Las Palmas" en las diferentes unidades existentes allí, oficiales y subalternos, con diferente estado civil.

El tipo de muestreo fue No Probabilístico y con criterio de espera con razón variable. Los instrumentos utilizados fueron: el Cuestionario de Conducta Tipo A – Tipo B de Eysenck y Fulker y el Cuestionario de Estilos de Afrontamiento (COPE) de Carver, S. . Entre los principales resultados se encontró que el patrón de conducta tipo A no se encuentra relacionado con las estrategias de afrontamiento al estrés y que el patrón de conducta tipo B se relaciona con las estrategias búsqueda de apoyo social por razones instrumentales y búsqueda de apoyo social por razones emocionales.

En resume, puede señalarse que afrontamiento al estrés se refiere a los esfuerzos cognitivos y conductuales para manejar demandas

externas y/o internas específicas que se evalúan como estresantes. Ante una situación percibida como riesgosa, la persona determina si la situación es controlable y evalúa sus habilidades para dar respuestas efectivas. En otras palabras, el afrontamiento consiste en utilizar los recursos propios para resolver problemas personales, situacionales o interpersonales y buscar controlar, dominar, minimizar el conflicto y el estrés derivado. Los mecanismos psicológicos de afrontamiento se denominan comúnmente estrategias de afrontamiento o habilidades de afrontamiento. El término afrontamiento también significa que esas estrategias pudieron reducir los niveles de estrés. Además, el afrontamiento generalmente se refiere al afrontamiento reactivo, es decir, la respuesta de afrontamiento sigue al factor estresante. Las estrategias de afrontamiento pueden ser funcionales o disfuncionales. Las estrategias de afrontamiento funcionales pueden reducir eficazmente los niveles de estrés, mientras que el afrontamiento desadaptativo (disfuncional) no es útil para reducir el estrés que percibe una persona. Las estrategias de afrontamiento están controladas en parte por la personalidad (rasgos habituales), en parte por la cultura y en parte por el contexto social, en particular la naturaleza del entorno estresante.

El afrontamiento al estrés ha sido estudiado desde mediados del siglo pasado y progresivamente se ha ido consolidando como un constructo psicológico base. Lazarus, R. y Folkman, S. (1986) consideraron como “afrontamiento al estrés” al conjunto de esfuerzos cognitivos, emocionales y conductuales en permanente modificación que las personas desarrollan para estar en condiciones de manejar aquellas demandas internas o externas que son consideradas como difíciles de resolver acudiendo a los recursos propios y automáticos de la persona.

Las estrategias de afrontamiento son consideradas como un proceso ya que tienen como base una relación permanentemente cambiante entre la persona y su medio ambiente. Sandin (1995) indica que el afrontamiento, implica esfuerzos conductuales, cognitivos y emocionales, con los que el individuo afronta al estrés, tratando de lograr el delicado equilibrio entre las demandas internas y externas que generan el estrés. Este autor, plantea que el estrés surge cuando no se puede lograr el adecuado equilibrio entre las demandas internas y externas. Señala que el afrontamiento se relaciona de forma estrecha con la evaluación cognitiva de la situación, las cuales son difíciles de separar.

Comentando sobre el afrontamiento y su implicancia en las emociones, Lazarus (1991) menciona que la tendencia a la acción (afrontamiento) incluye acciones como la agresión, evitación, la curiosidad, una determinada postura corporal, todas ellas como una respuesta concreta de afrontamiento. Además, señala, que todas las emociones incluyen la movilización de acciones para resolver situaciones del entorno que nos son emocionalmente importantes.

Lévano (2003) señala que el afrontamiento no es un tema que haya sido consensuado por los investigadores, sin embargo, lo entiende como con uno de los aspectos del proceso de estrés, que se evidencia cuando el sujeto se esfuerza por manejar los estresores, desarrollando respuestas generadas por la situación estresante. Menaghan (1983) considera que el proceso de afrontamiento posee tres componentes de orden superior:

- El primero serían los recursos físicos, personales y sociales que posee el sujeto, los cuales constituyen la línea de suministros de las estrategias.

- El segundo aspecto serían las estrategias, las cuales son las actuaciones directas para disminuir o eliminar el estrés.
- El tercer aspecto, serían los estilos de afrontamiento, es decir, las respuestas habituales frente a una crisis.

El término estrés proviene de la física, que utiliza el término “Strain” para aludir a un objeto deformado por fuerzas ambientales. La ingeniería lo utiliza para referirse a las fuerzas que tensionan una estructura determinada. Posteriormente, otras ciencias -la Biología y la Medicina- estudiaron este fenómeno, y fue el patólogo Hans Selye quien en 1936, definió al estrés como un fenómeno especificado, proveniente de eventos nocivos y con resultados perjudiciales para el organismo que podrían conducir a la enfermedad, como precisan Galán y Camacho (2012).

El organismo es un sistema dinámico que busca mantener su equilibrio en su estado interno y que constantemente está amenazado por estresores. También se usa el término “estrés” para denominar las reacciones de lucha

– huida, como respuestas automáticas del organismo frente a factores amenazantes externos o internos.

Para Mason (1968) toda situación conductual novedosa e impredecible, en la que el sujeto pueda prever consecuencias negativas o que no pueda controlar a cabalidad puede ser considerada como un evento como estresante. Se empezó otorgar gran importancia los factores psicológicos en contraste con los físicos en el estudio sobre el estrés, según Sandín (1995). Un enfoque de gran importancia sobre el estrés es el señalado por Lazarus, R. y Folkman, S. (1986) respecto al estrés. Estos autores indican que el estrés, es una interacción particular entre la persona y su entorno, evaluado éste por el sujeto como algo amenazante,

que supera los recursos habitualmente disponibles y que pone en peligro su bienestar.

También se concibe al estrés como, un proceso complejo, donde los elementos principales son, los sucesos estresores (condiciones ambientales, sucesos reales o imaginados), la valoración cognitiva, la respuesta de estrés (mecanismo fisiológico mediador) y las consecuencias del comportamiento según lo referido por Hombrados (1999).

Sánchez (2010) considera que el estrés es una respuesta psicofísica que prepara al organismo a emitir respuestas positivas (eutres) y negativas (distres) frente a una estimulación (interna o externa), en donde interviene una variable mediacional cognitiva del estresor (appraisal) y un tipo característico de afrontamiento de cada individuo (coping). Además, Sandin (2003) considera que el “estrés es un fenómeno complejo, que implica al menos tres elementos: estímulos, respuestas y los procesos psicológicos que median entre ambos.

Otros autores señalan que el estrés puede acarrear un estado de inestabilidad producido por una serie de demandas inusuales o excesivas difíciles de manejar que amenazan el bienestar o integridad de una persona, tal como señalan Casaretto y cols. (2003).

En cuanto a los tipos de afrontamiento Lazarus, R. y Folkman, S. (1986) lo describen en términos de funciones principales de afrontamiento:

- a) La que se ocupa del problema que causa la angustia (afrontamiento orientado al problema). El afrontamiento

orientado al problema tiene como función modificar la relación entre el ambiente y la persona, teniendo que actuar sobre el entorno o sobre sí mismo, por tanto, se busca manejar o alterar las fuentes de estrés que se considera son las responsables del sentirse amenazado, según (Ortiz, 2015). Hay una serie de actividades que se incluyen en este tipo de afrontamiento: la solución de problemas, toma de decisiones, búsqueda de información, manejo del propio tiempo, buscar consejos y armar un plan. Se recurre a estas estrategias cuando se considera que se puede hacer algo para modificar la situación.

- b) La que se orienta a la regulación emocional (afrontamiento orientado a la emoción). Este tipo de afrontamiento tiene como objetivo modificar el trato y la interpretación que se hace de lo que está sucediendo, con la finalidad de regular la respuesta emocional frente al estrés. Se orienta a disminuir o eliminar las reacciones emocionales debido a que la situación estresante es irreversible e inmodificable y por ello se busca reducir el malestar emocional. Diversos estudios demuestran que las personas utilizan ambas formas ante cualquier suceso estresante y cada uno con varias formas de afrontamiento, las formas de enfrentamiento hacia el problema incluyen esfuerzos directos, interpersonales a fin de alterar la situación y esfuerzos más blandos, racionales y deliberados. Esta forma de afrontamiento orientado a la emoción, incluye conductas tales como: distanciamiento, autocontrol, búsqueda de apoyo social, escape – evitación, la aceptación de responsabilidades y la reevaluación positiva. Cuando se considera una situación como controlable, se usan las estrategias de afrontamiento activo, y por otra parte, cuando

las situaciones son menos controlables, predominan estrategias alternativas.

- c) El afrontamiento de Evitación se refiere a evitar el problema no pensando en él, esperar que el problema se resuelva por sí mismo, atribuir el error a otra persona, distraerse con otras actividades para evitar pensar en el problema, etc., Las estrategias psicológicas específicas de este tipo de afrontamiento son la negación (no ha sucedido nada), evitación de actividades que les recuerde al problema, poner excusas, consumo de sustancias, utilizar el humor para intentar quitarle importancia a la situación. Es en la mayoría de los casos un estilo de afrontamiento desadaptativo pues impide poner en marcha estrategias (activas y/o pasivas) para hacer frente al problema.

2. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

La definición de afrontamiento más comúnmente reconocida, pero no necesariamente consensuada, es la planteada por Lazarus (1999), quien definió el afrontamiento como “los esfuerzos cognitivos y conductuales en constante cambio que realiza una persona para gestionar o manejar las demandas externas y/o internas específicas que se evalúan y perciben como una carga superior a los recursos de la persona”.

La importancia de esta definición radica en el hecho de que está orientada al proceso, concibiéndola como una transacción entre la persona y el entorno. Su atención se centra en lo que una persona está pensando o haciendo en realidad, en el significado o evaluación que la persona le da al encuentro, lo que -a su vez- proporciona un marco para comprender cómo se desarrolla el proceso. En otras palabras, el afrontamiento puede definirse como los esfuerzos cognitivos y conductuales para manejar el estrés psicológico.

La clasificación de las estrategias de afrontamiento es fundamental para comprender cómo se utilizan y aplican. Sin embargo, la utilidad de cualquier sistema de clasificación depende de las medidas utilizadas, así como de la interpretación y descripción de componentes. Sin embargo, se ha logrado establecer un marco útil para clasificar las estrategias de afrontamiento. Este marco explora la clasificación de las estrategias de afrontamiento en términos de tres temas: enfoque, modo y tiempo, según Dewe y Cooper (2012). Este enfoque deriva de la obra de Folkman y Lazarus (1984). Estos investigadores identificaron dos 'funciones de afrontamiento basadas en la teoría', que describieron como: centradas en el problema o centradas en la emoción. Al trabajar con este enfoque centrado en el problema y centrado en la emoción, tanto Lazarus (1999) como Folkman (1984) dejaron en claro que

ninguna de las estrategias debe verse como mejor o peor que la otra, y que la relación entre ellas depende del significado que se le dé a la demanda percibida como estrés.

El enfoque centrado en el problema y el centrado en la emoción se convirtió en el estándar de muchos investigadores. A medida que se desarrollaba esta discusión, se agregaron otras categorías que Folkman (2001) describió intentos para cubrir lagunas importantes en la formulación original. En consecuencia, además de las estrategias originales centradas en el problema y en la emoción, se agregaron otras estrategias de afrontamiento: centradas en el significado (buscar significado y dar sentido a una situación exigente); centradas en las relaciones sociales (colaborar, compartir, buscar consejo y trabajar juntos).

En el ámbito castrense, el estrés ha sido ampliamente estudiado, encontrando diferentes niveles, manifestaciones y consecuencias, e incluso se señala la elevada prevalencia del síndrome de Burnout, según reportan Osca, González- Camino, Bardera y Peiró (2003) así como de la presencia del estrés postraumático derivado de confrontaciones bélicas o terrorismo, de acuerdo a los estudios de Moreno y cols. (2006). Sin embargo, hay que considerar que las situaciones generadoras de estrés y el estrés mismo se acompañan generalmente de estrategias de afrontamiento que pueden atenuar significativamente las posibles secuelas de situaciones riesgosas para la vida, como reportan los estudios de Vera y cols. (2006). Los estilos de personalidad se han considerado factores muy relacionados con la utilización de determinadas estrategias de afrontamiento como lo señalan Peñacoba y Moreno (1998). Por estas razones, estudiar las estrategias de afrontamiento en personal militar se considera muy importante, puesto que el conocimiento de estas particularidades (estrategias de afrontamiento ante el estrés) en potenciales

combatientes se considera muy útil para aquellos profesionales -civiles y militares- que se encargan de la salud mental y física del elemento militar

Por estas razones, consideramos conveniente conocer y determinar las características y niveles de afrontamiento al estrés que presenta actualmente el personal de mantenimiento de la especialidad motores del Grupo Aéreo 42 en la ciudad de Iquitos el año 2022. Este grupo conformado por 71 miembros entre técnicos y subalternos al conformar una unidad militar potencialmente beligerante en situaciones de conflicto externo o interno, debe contar también con las capacidades y competencias derivadas del afrontamiento al estrés, para de esta manera desempeñarse adecuadamente ante un potencial conflicto.

Por esto, es que consideramos muy importante evaluar previamente las capacidades y competencias en resiliencia de este personal militar, al igual que se acostumbra en otras partes del mundo, para poder implementar posteriormente los programas de afrontamiento al estrés, los cuales cómo indica la experiencia internacional deben contar previamente con un diagnóstico detallado de la situación de los niveles de afrontamiento al estrés del personal a entrenar. Es decir, es necesario conocer anticipadamente los niveles de afrontamiento al estrés para poder diseñar programa de afrontamiento que sean efectivos y eficientes para este personal militar.

En el presente estudio, para evaluar los niveles de afrontamiento al estrés se utilizó el Inventario de Afrontamiento al Estrés Brief – COPE 28, que es una versión abreviada del Inventario de Afrontamiento al Estrés original de 52 items y ha sido elaborado y sometido a los controles psicométricos del caso por el mismo autor de la prueba original (Carver, S. , 1997), el cual ha sido adaptado y estandarizado

para el Perú, por diversos investigadores, entre ellos Lévano, J. (2018). Este nuevo instrumento evalúa las tres estrategias de afrontamiento:

- Estrategias de afrontamiento centrado en el problema
- Estrategias de afrontamiento centrado en la emoción
- Estrategias de afrontamiento centrado en la evitación del problema

Por consiguiente estos son los factores que evaluaremos y calificaremos de acuerdo a los criterios de Carver, S. y los adaptadores peruanos.

Problema General

¿Es posible determinar los niveles obtenidos en el Inventario de Afrontamiento al Estrés Versión Brief 28 por el personal militar de mantenimiento de la especialidad motores del Grupo Aéreo 42 ubicado en la ciudad de Iquitos?

Problemas Específicos

¿Es posible determinar los niveles obtenidos en el Inventario de Afrontamiento al Estrés (Estrategias centradas en el problema) por el personal militar de mantenimiento de la especialidad motores del Grupo Aéreo 42 ubicado en la ciudad de Iquitos?

¿Es posible determinar los niveles obtenidos en el Inventario de Afrontamiento al Estrés (Estrategias centradas en la emoción) por el personal militar de mantenimiento de la especialidad motores del Grupo Aéreo 42 ubicado en la ciudad de Iquitos?

¿Es posible determinar los niveles obtenidos en el Inventario de Afrontamiento al Estrés (Estrategias centradas en la evitación) por el personal militar de mantenimiento de la especialidad motores del Grupo Aéreo 42 ubicado en la ciudad de Iquitos?

3. OBJETIVOS

3.1 Objetivo General

Determinar los niveles obtenidos en el Inventario de Afrontamiento al Estrés Versión Brief 28 por el personal militar de mantenimiento de la especialidad motores del Grupo Aéreo 42 ubicado en la ciudad de Iquitos.

3.2 Objetivos específicos

- 1) Determinar los niveles obtenidos en el Inventario de Afrontamiento al Estrés (Estrategias centradas en el problema) por el personal militar de mantenimiento de la especialidad motores del Grupo Aéreo 42 ubicado en la ciudad de Iquitos.
- 2) Determinar los niveles obtenidos en el Inventario de Afrontamiento al Estrés (Estrategias centradas en la emoción) por el personal militar de mantenimiento de la especialidad motores del Grupo Aéreo 42 ubicado en la ciudad de Iquitos.
- 3) Determinar los niveles obtenidos en el Inventario de Afrontamiento al Estrés (Estrategias centradas en la evitación) por el personal militar de mantenimiento de la especialidad motores del Grupo Aéreo 42 ubicado en la ciudad de Iquitos.

5. VARIABLE

Como se trata de un estudio descriptivo consideramos la variable afrontamiento al estrés en sus tres dimensiones básicas, tal como las considera Lévano, J. (2018), basado en los enfoques de Lazarus, R. y Folkman, S. (1986):

- a) La que se ocupa del problema que causa la angustia (afrontamiento orientado al problema). El afrontamiento orientado al problema tiene como función modificar la relación entre el ambiente y la persona, teniendo que actuar sobre el entorno o sobre sí mismo, por tanto, se busca manejar o alterar las fuentes de estrés que se considera son las responsables del sentirse amenazado, según (Ortiz, 2015). Hay una serie de actividades que se incluyen en este tipo de afrontamiento: la solución de problemas, toma de decisiones, búsqueda de información, manejo del propio tiempo, buscar consejos y armar un plan. Se recurre a estas estrategias cuando se considera que se puede hacer algo para modificar la situación.

- b) La que se orienta a la regulación emocional (afrontamiento orientado a la emoción). Este tipo de afrontamiento tiene como objetivo modificar el trato y la interpretación que se hace de lo que está sucediendo, con la finalidad de regular la respuesta emocional frente al estrés. Se orienta a disminuir o eliminar las reacciones emocionales debido a que la situación estresante es irreversible e inmodificable y por ello se busca reducir el malestar emocional. Diversos estudios demuestran que las personas utilizan ambas formas ante cualquier suceso estresante y cada uno con varias formas de afrontamiento, las formas de

enfrentamiento hacia el problema incluyen esfuerzos directos, interpersonales a fin de alterar la situación y esfuerzos más blandos, racionales y deliberados. Esta forma de afrontamiento orientado a la emoción, incluye conductas tales como: distanciamiento, autocontrol, búsqueda de apoyo social, escape – evitación, la aceptación de responsabilidades y la reevaluación positiva. Cuando se considera una situación como controlable, se usan las estrategias de afrontamiento activo, y por otra parte, cuando las situaciones son menos controlables, predominan estrategias alternativas.

- c) El afrontamiento de Evitación se refiere a evitar el problema no pensando en él, esperar que el problema se resuelva por sí mismo, atribuir el error a otra persona, distraerse con otras actividades para evitar pensar en el problema, etc., Las estrategias psicológicas específicas de este tipo de afrontamiento son la negación (no ha sucedido nada), evitación de actividades que les recuerde al problema, poner excusas, consumo de sustancias, utilizar el humor para intentar quitarle importancia a la situación. Es en la mayoría de los casos un estilo de afrontamiento desadaptativo pues impide poner en marcha estrategias (activas y/o pasivas) para hacer frente al problema.

Según Levano (2018) el Brief COPE consta de las siguientes escalas para evaluar el afrontamiento al estrés:

- ✓ Afrontamiento activo: Cuando se inician acciones directas y se incrementan los esfuerzos para reducir o eliminar el estrés.

- ✓ Planificación: Pensar en cómo se va a afrontar el estresor. Plantear las estrategias de acción, los pasos a seguir y la dirección de los esfuerzos a realizar.
- ✓ Auto-distracción: Interesarse en otros proyectos, buscando distraerse con otras actividades, procurando retirar la atención del estresor.
- ✓ Apoyo Instrumental: Pedir ayuda, consejo e información de personas competentes a fin de saber lo que se debe hacer.
- ✓ Uso de apoyo emocional: Conseguir apoyo emocional de simpatía y comprensión.
- ✓ Desahogo: cuando se incrementa la conciencia del malestar emocional, se tiende a expresar o descargar esos sentimientos.
- ✓ Aceptación: Implica aceptar que el hecho sucedido o lo que está ocurriendo es real.
- ✓ Negación: Consiste en negar la realidad del suceso estresante.
- ✓ Religión: Cuando se tiende a volver a la religión ante un evento estresante, hay mayor acercamiento a participar de actividades religiosas.
- ✓ Desconexión: Cuando se reducen los esfuerzos para lidiar con el estresor, muchas veces implicando la renuncia a ocuparse de él.
- ✓ Reinterpretación Positiva: Consiste en mirar el lado positivo y favorable del problema, e intentar mejorar o crecer a partir de ello.
- ✓ Uso de Sustancias: cuando se toma alcohol u otras sustancias con la finalidad de sentirse mejor o bien para ayudar a soportar al estresor.
- ✓ Humor: implica hacer bromas o reírse de las situaciones estresantes, haciendo burla de ellas.
- ✓ Autoinculpación: consiste en culparse o criticarse por lo que ha sucedido.

5. OPERACIONALIZACIÓN DE VARIABLES

Tabla 1. Matriz de Operacionalización de Variables

VARIABLE	DEFINICIÓN CONCEPTUAL	DEFINICIÓN OPERACIONAL	DIMENSIONES	INDICADORES		ESCALA DE MEDICIÓN
Estrategias de afrontamiento al estrés	Son procesos cognitivos y conductuales que cambian constantemente, los cuales se desarrollan para manejar ciertas demandas específicas externas y a su vez internas, los cuales son evaluados como excedentes o desbordantes de los recursos de cada persona. (Lazarus, R. y Folkman, S., 1986)	Las estrategias de afrontamiento al estrés se operacionalizaron en tres dimensiones, catorce indicadores y veintiocho ítems.	D.1: Centrado en el problema	- Afrontamiento activo - Planificación	- Ítem (2, 6) - Ítem (26, 10)	Ordinal Politémica
			D.2: Centrado en la emoción	- Apoyo emocional - Apoyo instrumental - Reinterpretación positiva - Aceptación - Religión	- Ítem (1, 9) - Ítem (17, 28) - Ítem (14, 18) - Ítem (3, 21) - Ítem (16, 20)	Ordinal Politémica
			D.3: Centrado en la evitación del problema	- Desconexión conductual - Desahogo - Uso de sustancias - Humor - Autodistracción - Negación - Autoinculpación	- Ítem (11, 25) - Ítem (12, 23) - Ítem (15, 24) - Ítem (7, 19) - Ítem (4, 22) - Ítem (5, 13) - Ítem (8, 27)	Ordinal Politémica

6.HIPÓTESIS

7.1 Hipótesis General

Si se aplica el Inventario de Afrontamiento al Estrés Versión Brief

28 al personal militar de mantenimiento de la especialidad motores del Grupo Aéreo 42 ubicado en la ciudad de entonces será posible determinar los tipos de estrategias y sus respectivos niveles utilizadas por el indicado personal.

7.2 Hipótesis Específicas

- 1) Si se aplica el Inventario de Afrontamiento al Estrés entonces será posible determinar los niveles de las Estrategias Centradas en el Problema aplicadas por el personal militar de mantenimiento de la especialidad motores del Grupo Aéreo 42 ubicado en la ciudad de Iquitos.
- 2) Si se aplica el Inventario de Afrontamiento al Estrés entonces será posible determinar los niveles de las Estrategias Centradas en la Emoción aplicadas por el personal militar de mantenimiento de la especialidad motores del Grupo Aéreo 42 ubicado en la ciudad de Iquitos.
- 3) Si se aplica el Inventario de Afrontamiento al Estrés entonces será posible determinar los niveles de las Estrategias Centradas en la Evitación aplicadas por el personal militar de mantenimiento de la especialidad motores del Grupo Aéreo 42 ubicado en la ciudad de Iquitos.

7. METODOLOGÍA

7.1. Tipo y diseño de investigación

La presente investigación asumió, de acuerdo con la definición de Sánchez Carlessi (2005) un tipo de investigación “descriptiva” en la medida que se orientó al conocimiento de la realidad tal como se presentaban en una situación espacio temporal determinado. De acuerdo con Bunge (1999) la investigación descriptiva se orienta a responder preguntas de este tipo: ¿Cómo se presenta el fenómeno en un medio y momento determinado? ¿Cuál es el perfil psicológico de la persona estudiada? ¿Cómo se distribuyen los niveles de afrontamiento según el grado militar o la especialidad? ¿Qué características de desajuste de comportamiento se presentan en una población que carece de estilos de afrontamiento?

La investigación también fue de tipo “tecnológica” o “aplicada”. La Investigación Tecnológica responde a problemas técnicos, está orientado a demostrar la validez de ciertas técnicas bajo las cuales se aplican principios científicos que demuestran su eficacia en la modificación otra formación de un hecho o fenómeno. La Investigación Tecnológica aprovecha del conocimiento teórico científico producto de la investigación básica o sustantiva y organiza reglas y técnicas cuya aplicación posibilita el cambio de la realidad. Piscoya (1982) señala que las reglas tecnológicas, a diferencia de las proposiciones o enunciados producidos por la investigación científica, se caracterizan porque no tiene sentido decir que son verdaderas o falsas, sino más bien si son eficientes si permiten el logro de su objetivo propuesto o de ineficientes en caso contrario. En el caso de la presente investigación se pretende establecerla viabilidad del Inventario de Afrontamiento de Estrés para

determinar los tipos y niveles de estrategias de afrontamiento en la muestra considerada con el propósito de establecer su disponibilidad para un futuro programa de afrontamiento para personal

El diseño asumido fue el diseño “no experimental” ya que no se manipuló ninguna variable.

7.2. Población y muestra

a) Población

La población de la presente investigación estuvo conformada por la totalidad del personal de técnicos y suboficiales de todas las especialidades que laboran en el Grupo Aéreo 42 de la ciudad de Iquitos. La conformación de esta población puede apreciarse en el siguiente cuadro:

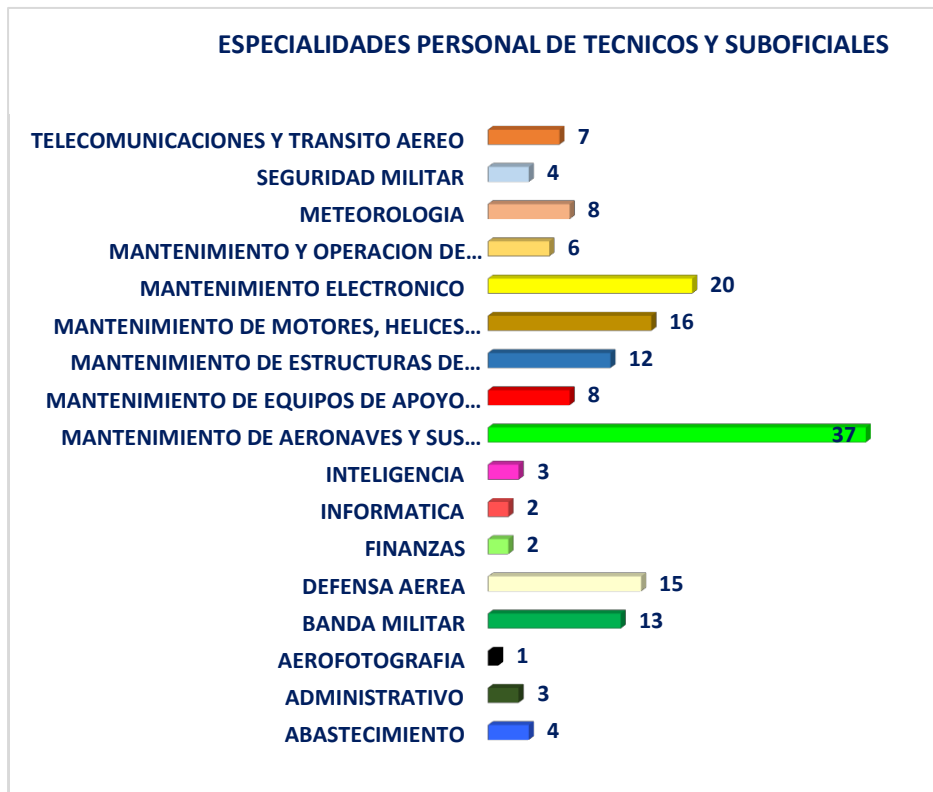
Cuadro 1 Distribución de la población

POBLACION DE PERSONAL DE TECNICOS Y SUBOFICIALES	
TODAS LAS ESPECIALIDADES ESPECIALIDAD	
ABASTECIMIENTO	4
ADMINISTRATIVO	3
AEROFOTOGRAFIA	1
BANDA MILITAR	13
DEFENSA AEREA	15
FINANZAS	2
INFORMATICA	2
INTELIGENCIA	3
MANTENIMIENTO DE AERONAVES Y SUS SISTEMAS	37
MANTENIMIENTO DE EQUIPOS DE APOYO TERRESTRE, VEHICULOS CONTRA INCENDIO	8
MANTENIMIENTO DE ESTRUCTURAS DE AERONAVES	12
MANTENIMIENTO DE MOTORES, HELICES Y UNIDADES DE POTENCIA AUXILIAR	16
MANTENIMIENTO ELECTRONICO	20
MANTENIMIENTO Y OPERACION DE ARMAMENTO Y EQUIPOS AUXILIARES	6
METEOROLOGIA	8
SEGURIDAD MILITAR	4
TELECOMUNICACIONES Y TRANSITO AEREO	7
TOTAL	161

Fuente. Grupo Aéreo 42. FAP. Iquitos

Esta distribución puede apreciarse en el siguiente gráfico:

Figura 1 Distribución de la Población del Estudio



Fuente: Grupo Aéreo 42. FAP. Iquitos

Es decir, la población del estudio estuvo conformada por un total de 161 personas, de sexo femenino y masculino y de diversas especialidades.

b) Muestra

Por razones de acceso, disponibilidad y autorización oficial la muestra se tomó como muestra al grupo de técnicos y subalternos de mantenimiento pertenecientes al Grupo Aéreo 42 de la ciudad de Iquitos, conformado por 71 personas.

c) Muestreo

Se aplicó un muestreo “no paramétrico” de tipo criterial u opinático en el que el tipo y tamaño de la muestra es decidido según los criterios personales del investigador, tal como señala

Sánchez (2005). Por estas circunstancias, se decidió que la muestra estuviera conformada por el grupo señalado.

En la siguiente tabla apreciamos la distribución de la muestra que es igual a la distribución de la población:

Tabla 2
Distribución de la muestra población de personal de técnicos y subalternos de mantenimiento

GRADO	F1
TIP	2
Tec1	8
Tec2	2
Tec3	6
SO1	10
SO2	25
SO3	18
TOTAL	1

Fuente: Grupo Aéreo 42. FAP. Iquitos

d. Criterios de inclusión y exclusión

El criterio de inclusión fue ser personal militar activo, en el Grupo Aéreo 42 de la ciudad de Iquitos. El criterio de exclusión fue el no ser personal militar activo, en el Grupo Aéreo 42 de la ciudad de Iquitos.

7.3. Técnicas e instrumentos

La técnica que se empleó en la presente investigación fue la “observación por encuesta”. Según García Ferrando (1993) la encuesta es una técnica que utiliza un conjunto de procedimientos estandarizados de investigación mediante los cuales se recoge y analiza una serie de datos de una muestra de casos representativa de una población o universo más amplio, del

que se pretende explorar, describir, predecir y/o explicar una serie de características. Por su parte, Sierra Bravo (1994) señala que la observación por encuesta, consiste en la obtención de datos de interés sociológico mediante la interrogación a los miembros de la sociedad, es el procedimiento sociológico de investigación más importante y el más empleado.

Para medir la variable “Afrontamiento al Estrés”, se empleó el cuestionario de estimación del afrontamiento en su forma abreviada (COPE-28; Carver, S., 1997)¹, el cual tiene por finalidad evaluar las diferentes formas de respuesta frente a situaciones de estrés.

El instrumento original completado por los autores en el año 1994, quedo conformado por 15 estrategias de afrontamiento, dividido en tres estilos generales respetando los planteamientos teóricos del autor. Posteriormente, en 1997, Carver, S. reduce el inventario a 28 items y lo recomienda utilizar en investigaciones relacionadas a la salud. En esta reestructuración, se omitieron dos escalas del COPE original (Supresión de actividades distractoras y Refrenar el afrontamiento) ya que no se confirmó su validez en trabajos anteriores. Otras tres escalas fueron reenfocadas (enfocar y liberar emociones paso a llamarse desahogo; reinterpretación positiva y crecimiento paso a denominarse solo Reinterpretación positiva; la escala distanciamiento mental se convirtió en la escala Autodistracción). Finalmente se adiciono al COPE la escala de Autoinculpación por considerarlo un indicador de un pobre ajuste de respuesta frente al estrés encontrado en otros estudios. Asimismo, Carver, S. para esta versión del instrumento, afirma que estas estrategias se agrupan en dos estilos más generales de afrontamiento: el estilo funcional y el estilo disfuncional o problemático.

Este inventario multidimensional, puede ser respondido en su forma disposicional, así como en su forma situacional, en la primera se responde según una característica habitual y en la segunda según una situación particular dada de ante mano. Los ítems son planteados en términos de acciones y las respuestas en una escala ordinal donde 0 = “nunca hago esto”, 1 = “lo hago un poco”, 2 = “lo hago bastante” y 3 = “siempre hago esto”. Los puntajes altos indican un uso más frecuente de ese estilo de afrontamiento. Los coeficientes de confiabilidad de las diferentes escalas originales indican consistencia interna adecuada (Alfa entre 0.50 y 0.90), asimismo la característica de la aplicación de este inventario lo hace adaptable a los propósitos de un estudio (Carver, S. , 1997).

Para la corrección del inventario se identifican los ítems según cada dimensión (orientado hacia el problema, orientado hacia la emoción y otros estilos de afrontamiento), luego se realiza la sumatoria de cada ítem con su respectiva puntuación y una sumatoria final de todos los ítems ya clasificados definiendo así el estilo de afrontamiento del sujeto, como indica Rosales, A. y Fuenmayor, J. (2014)

El instrumento fue traducido al español por Moran y Manga, seguidamente Morán, C., Landero, R. y Gonzales, M. (2010) analizaron sus propiedades psicométricas en una muestra de estudiantes españoles, se obtuvo la validez del Brief COPE. Vargas et al. (2010) utilizaron el Brief COPE para un estudio con una población oncológica, usaron la versión “situacional” del instrumento. Organizaron las 14 estrategias de afrontamiento de la siguiente manera: Afrontamiento Activo (Afrontamiento Activo, Planificación, Apoyo social instrumental, Apoyo emocional, Aceptación, Humor y Reinterpretación positiva) y Afrontamiento Pasivo (Desconexión, Autodistracción, negación, desahogo, uso

de sustancias, Religión, y Autoinculpción). El análisis psicométrico determino que el brief COPE posee un Alpha de Cronbach total de .698, también determinaron la confiabilidad para dos dimensiones generales denominadas, Afrontamiento Activo (.663) y Afrontamiento Pasivo (.523), cada una con siete escalas.

Asimismo, tras el análisis se concluye que el instrumento no presenta cambios en su estructura teórica. Sin embargo, una estructura mayor a de dos factores en su estructura, podría explicar mayor cantidad de la varianza. Este instrumento también fue aplicado a una muestra de adolescentes y tras el análisis de concluyo su confiabilidad y validez (Mate, Andreu y Peña, 2016), el Alpha de Cronbach general fue de .78. La validez de constructo, arrojó una estructura de 8 factores que explican el 54.19% de la varianza. También se obtuvo validez concurrente, entre las estrategias del Brief COPE y dos cuestionarios de Agresión, obteniendo correlaciones significativas para algunas escalas que van desde .31 hasta .45.

En Perú el Brief COPE en su forma situacional, se ha utilizado en población de pacientes con tuberculosis (Belito et al. 2014), sin embargo, no indican con claridad sus propiedades psicométricas, solo la división de las 14 escalas de afrontamiento en tres componentes generales (orientados hacia el problema, orientado hacia la emoción y otro orientado hacia la emoción menos funcional).

Ficha técnica del instrumento: Inventario de afrontamiento al estrés Brief – “COPE 28”

Nombre del instrumento : Inventario de Afrontamiento al estrés

Brief Cope-28

Autor : Carver, S. Ch.
(1997),

Adaptado y Validado al Perú por : Levano, J.
(2018).

Objetivo del instrumento : Evaluar el uso de estrategias de afrontamiento al estrés.

Procedencia : Estados Unidos

Administración : Individual o colectivo /Físico o computarizado

Duración : 15 a 20 minutos

Dimensiones:- Estrategias de afrontamiento centrado en el problema
- Estrategias de afrontamiento centrado en la emoción
- Estrategias de afrontamiento centrado en la evitación del problema

Escala valorativa: Nunca lo hago (0 puntos)

- Hago esto un poco (1 punto)
- Hago bastante esto (2 puntos)
- Siempre lo hago (3 puntos)

Dimensiones	Indicadores	Ítems
Centrado en el problema	Afrontamiento activo	2 - 6
	Planificación	26 – 10
Centrado en la emoción	Apoyo emocional	1 - 9
	Apoyo instrumental	17 – 28
	Reinterpretación Positiva	14 – 18
	Aceptación	3 – 21
	Religión	16 – 20
Centrado en la evitación del problema	Desconexión conductual	11 – 25
	Desahogo	12 – 23
	Uso de sustancias	15 – 24
	Humor	7 - 19
	Auto distracción	4 – 22
	Negación	5 - 13
	Auto culpación	8 – 27

Validez y confiabilidad

El proceso de validación se llevó a cabo por Lévano, J. (2018) y también por Condori (2020). Esta última señala que la validación fue mediante la técnica de juicio de expertos, cada uno de los ítems del instrumento fueron analizados por profesionales con amplia experiencia en la Psicología y/o desarrollo de investigaciones, estos profesionales fueron: 01 Doctor en educación, 01 profesional Psicólogo con grado de Magister en Psicología, 02 profesionales Psicólogas clínicas. El instrumento generó un índice de acuerdo general de 0.96, que indica que el contenido del confiabilidad.

7.4. Recopilación de los datos

Se llevaron a cabo los siguientes procedimientos para la recopilación de los datos:

- 1) Se coordinó con los responsables del Grupo Aéreo 42 para el acceso y la aplicación de los instrumentos.
- 2) Se aplicaron los instrumentos.
- 3) Se calificaron los cuestionarios aplicados.
- 4) Las puntuaciones obtenidas fueron trasladadas al Programa Estadístico SPSS V. 24 para los análisis estadísticos del caso.
- 5) Se llevarán a cabo los procedimientos estadísticos del caso y se comprobaron las hipótesis planteadas.
- 6) Se efectuarán los análisis de resultados y se plantearán las respectivas conclusiones y se formularán las recomendaciones pertinentes.

7.5. Procesamiento de los datos

Como el nivel de la investigación es el descriptivo para una sola muestra y lo que se trata de comprobar es si las respuestas al Inventario de Afrontamiento al Estrés respecto de cada uno de las dimensiones son predominantes o no, se aplicará el procedimiento no-paramétrico conocido como la Bondad de Ajuste Chi Cuadrado para una sola muestra.

La regla de decisión es la siguiente:

Si el valor Chi Cuadrado es menor que la Significación Asintótica Bilateral aceptada es menor a $p: 0.05$, entonces existirán diferencias significativas entre los niveles de cada uno de los factores. Si el valor Chi Cuadrado es mayor que la Significación Asintótica Bilateral aceptada ($p: 0.05$) entonces no existirán

diferencias significativas entre los niveles de cada uno de los factores. Es decir: Si Chi Cuadrado encontrada (sog. Bilateria Asintótica) es < 0.05 se rechaza la H_0 (Hipótesis Nula) que señala que no hay diferencias significativas entre los grupos y se acepta la Hipótesis Alterna que señala que hay diferencias significativas entre los grupos.

Los datos fueron procesados con el programa estadístico SPSS Versión 24.

7.6. Consideraciones éticas

- Se realizó la investigación teniendo en cuenta los procedimientos establecidos en la Universidad y se solicitaron las autorizaciones pertinentes, para la toma de muestra, sin falseamiento de datos.
- La investigación buscó mejorar el conocimiento acerca de los temas seleccionados.
- El trabajo de investigación guardó la originalidad y autenticidad buscando un aporte por parte del tesista hacia la comunidad científica.
- Se respetaron los resultados obtenidos, sin modificar las conclusiones, simplificar, exagerar u ocultar los resultados.
- No se utilizaron datos falsos ni se elaboraron informes intencionados.
- No se cometió plagio, se respetó la propiedad intelectual de los autores y se citará de manera correcta cuando se utilicen partes de textos o citas de otros autores.

8. RESULTADOS

8.1. Estadística Descriptiva

a) Distribución de la muestra según género

El total de la muestra (71 personas) se distribuyó según su sexo de acuerdo al siguiente gráfico:

Figura 2 Distribución de la muestra según género



Fuente: Elaboración propia

Se aprecia un marcado predominio del grupo masculino sobre el grupo femenino.

b) Distribución de la muestra según grupo etario

Figura 3 Distribución de la muestra según grupo etario

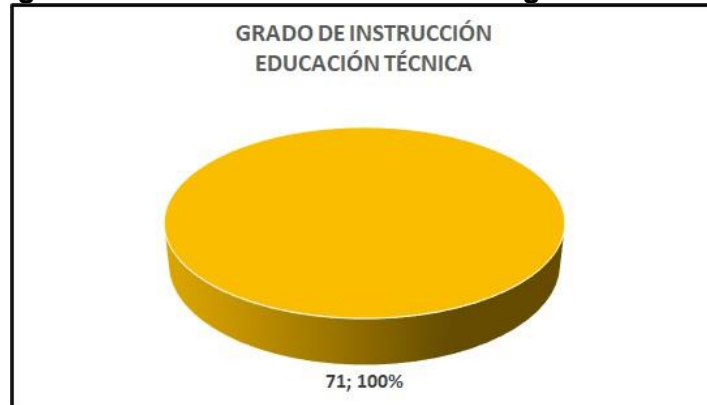


Fuente: Elaboración propia

Se aprecia un marcado predominio del grupo etario de 18 - 30 años sobre el resto de los grupos.

d) Distribución de la muestra según nivel de instrucción

Figura 4 Distribución de la muestra según nivel de instrucción



Fuente: Elaboración propia

Se aprecia que el total de la muestra tiene un grado de instrucción a nivel de Educación Técnica.

e) Distribución de la muestra según estado civil

Figura 5 Distribución de la muestra según estado civil



Fuente: Elaboración propia

Se aprecia un marcado predominio del grupo de solteros sobre el resto de los grupos.

F) Distribución de la muestra según especialidad

Figura 6 Distribución de la muestra según especialidad



Fuente: Elaboración propia

El grupo mayoritario es el de Mantenimiento de Aeronaves y sus sistemas.

g) Estadísticos descriptivos

En la siguiente tabla observamos una serie de estadísticas descriptivas de la muestra de estudio. Esto se aprecia en la siguiente tabla:

Tabla 3 Estadísticos descriptivos de la muestra

		Estadísticos				
		CONFIANZA Y SENTIRSE BIEN	PERSEVERANCIA	ECUANIMIDAD	ACEPTACION DE UNO MISMO	ESCALA TOTAL
N	Válido	62	62	62	62	62
	Perdidos	0	0	0	0	0
	Media	34,3387	21,27	23,97	17,02	62,2581
	Mediana	33,5000	22,50	26,00	18,00	65,5000
	Moda	15,00	28	28	23	69,00 ^a
	Desv. Desviación	15,81029	5,901	6,143	5,091	15,31091
	Varianza	249,965	34,825	37,737	25,918	234,424
	Rango	49,00	20	21	22	56,00
	Mínimo	13,00	11	12	7	31,00
	Máximo	62,00	31	33	29	87,00
	Suma	2129,00	1319	1486	1055	3860,00

a. Existen múltiples modos. Se muestra el valor más pequeño.

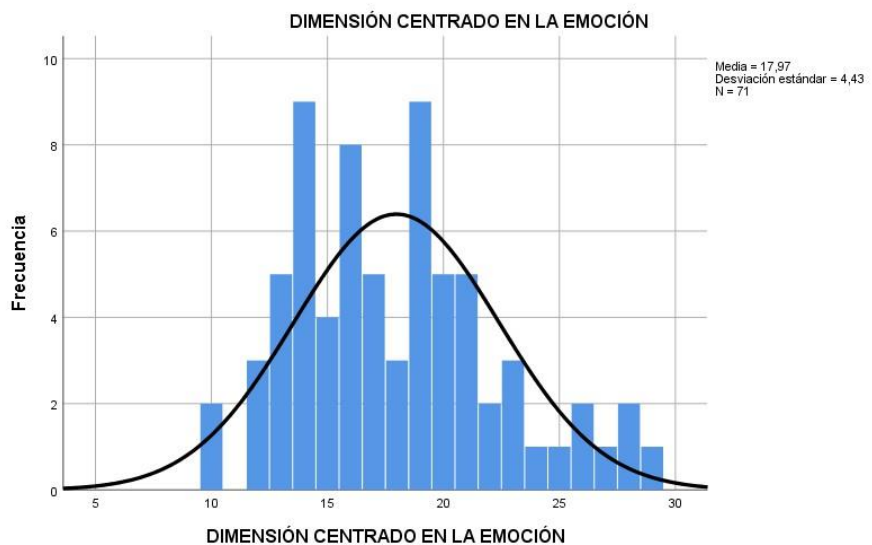
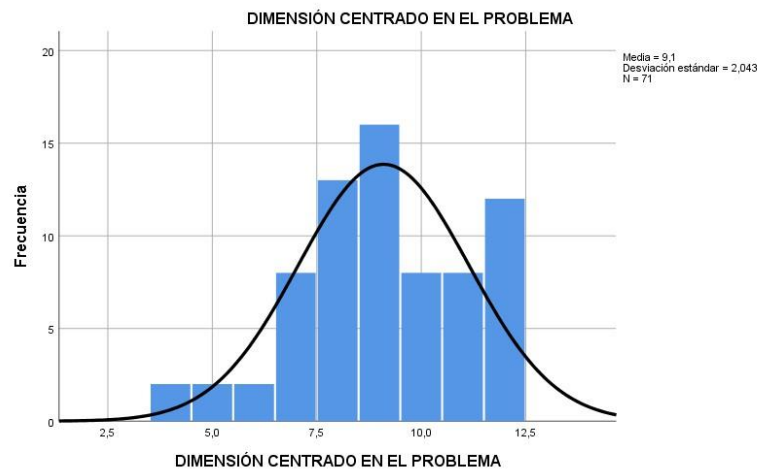
Fuente: Elaboración propia

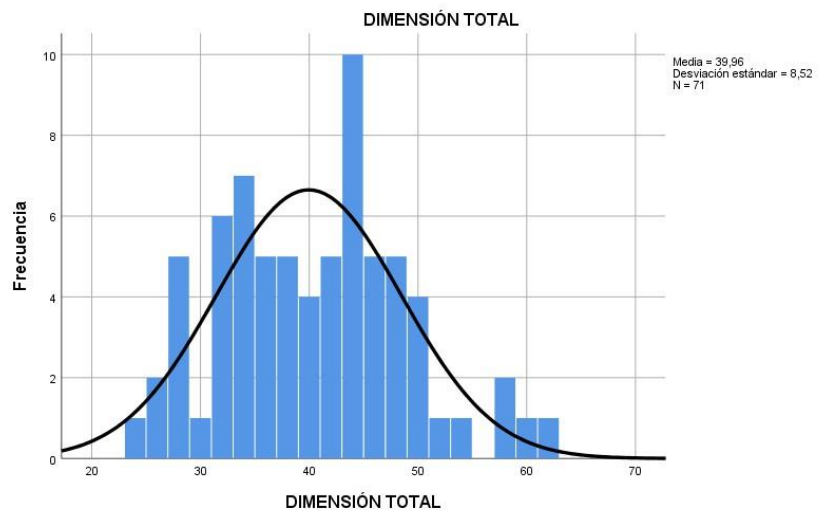
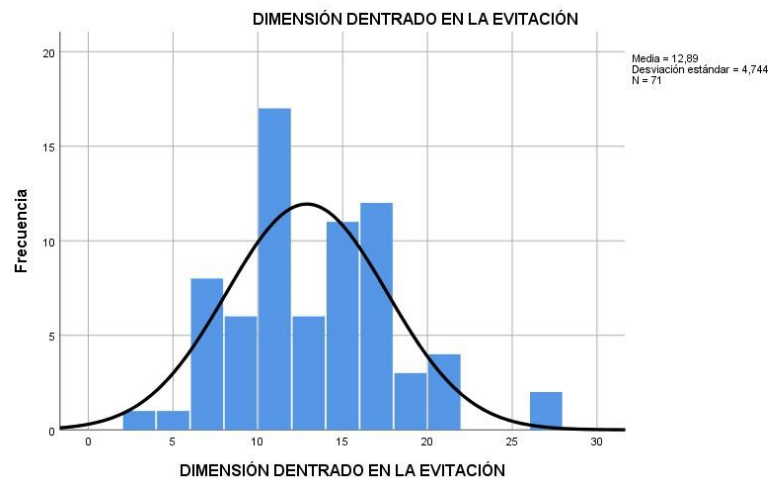
En la Tabla anterior apreciamos las medidas de tendencia central: media, mediana y moda.

- ✓ La media aritmética es la suma de todos los datos dividida entre el número total de datos. Es el promedio del puntaje obtenido por la muestra.
- ✓ La mediana es el valor que ocupa el lugar central entre todos los valores del conjunto de datos, cuando estos están ordenados en forma creciente o decreciente.
- ✓ La moda de un conjunto de datos es el dato que más veces se repite, es decir, aquel que tiene mayor frecuencia absoluta. En caso de existir dos valores de la variable que tengan la mayor frecuencia absoluta, habría dos modas. Si no se repite ningún valor, no existe moda.
- ✓ La desviación estándar es un promedio de las desviaciones individuales de cada observación con respecto a la media de una distribución. Mientras mayor es la desviación estándar, mayor es la dispersión de la población.
- ✓ La varianza es una medida de dispersión que representa la variabilidad de una serie de datos respecto a su media. Formalmente se calcula como la suma de los residuos al cuadrado divididos entre el total de observaciones. También se puede calcular como la desviación típica al cuadrado.
- ✓ El puntaje mínimo es la menor puntuación obtenida por la muestra en cada una de las variables. El puntaje máximo es la mayor puntuación obtenida por la muestra en cada una de las variables.
- ✓ El rango da la idea de proximidad de los datos a la media. Se calcula restando el dato menor al dato mayor. Este dato permite obtener una idea de la dispersión de los datos, cuanto mayor es el rango, más dispersos están los datos de un conjunto.

h) Prueba de Normalidad de Kolmogorov Smirnov

Con el propósito de determinar qué tipos de procedimientos aplicar (Procedimientos Paramétrica o Procedimientos No Paramétricos) se utilizó la Prueba de Kolmogorov – Smirnov. Con este propósito, en primer lugar, solicitamos los histogramas de las respectivas variables del estudio:





A continuación, apreciamos en la siguiente tabla la asimetría y curtosis de cada uno de los gráficos:

Tabla 3
Estadísticos Asimetrías y Curtosis

		Estadísticos			
		DIMENSIÓN CENTRADO EN EL PROBLEMA	DIMENSIÓN CENTRADO EN LA EMOCIÓN	DIMENSIÓN DENTRADO EN LA EVITACIÓN	DIMENSIÓN TOTAL
N	Válido	71	71	71	71
	Perdidos	1	1	1	1
Asimetría		,344	,574	,495	,330
Error estándar de asimetría		,285	,285	,285	,285
Curtosis		-,246	-,131	,461	-,235
Error estándar de curtosis		,563	,563	,563	,563

Fuente: Elaboración propia

Los datos recabados de asimetría y curtosis indican la probabilidad de que las distribuciones obtenidas no tengan una distribución normal.

Para comprobar la normalidad de la distribución de cada una de las variables consideradas planteamos la respectiva hipótesis alterna seguida de la hipótesis nula.

H1: La distribución de la variable en estudio difiere de la distribución normal.

H0: La distribución de la variable en estudio NO difiere de la distribución normal. El nivel de significancia asumido es el Alfa = 0.05.

Para determinar la normalidad de la distribución de las puntuaciones consideradas se utilizó la Prueba de Kolmogorov – Smirnov, ya que la muestra del estudio supera las 50 personas. Ver la siguiente tabla:

Tabla 4

Prueba de Kolmogorov – Smirnov para una sola muestra

		Prueba de Kolmogorov-Smirnov para una muestra			
		DIMENSIÓN CENTRADO EN EL PROBLEMA	DIMENSIÓN CENTRADO EN LA EMOCIÓN	DIMENSIÓN CENTRADO EN LA EVITACIÓN	DIMENSIÓN TOTAL
N		71	71	71	71
Parámetros normales ^{a,b}	Media	9,10	17,97	12,89	39,96
	Desv. Desviación	2,043	4,430	4,744	8,520
Máximas diferencias extremas	Absoluto	,125	,108	,119	,086
	Positivo	,125	,108	,119	,086
	Negativo	-,106	-,061	-,066	-,062
Estadístico de prueba		,125	,108	,119	,086
Sig. asintótica(bilateral)		,008 ^c	,038 ^c	,014 ^c	,200 ^{c,d}

a. La distribución de prueba es normal.

b. Se calcula a partir de datos.

c. Corrección de significación de Lilliefors.

d. Esto es un límite inferior de la significación verdadera.

Fuente: Elaboración propia

El valor encontrado de P (Significación Asintótica Lateral) es en todos los casos menores que 0.05.

Como el valor p encontrado para todas las variables (el valor de significancia) es menor que 0.05. se acepta la Hipótesis Alterna que indicaba que la distribución de las variables en estudio difiere de una distribución normal. Es decir, la distribución de los puntajes no es una distribución normal y debe aplicarse la estadística no paramétrica. Se rechaza la Hipótesis Nula que planteaba que la distribución de la variable NO difiere de la distribución normal. En consecuencia deben aplicarse procedimientos no paramétricos como el Chi Cuadrado que se utiliza cuando las variables son numéricas y no tienen una distribución normal.

8.2. Estadística Inferencial

a) Comprobación Hipótesis Específica 1

Esta hipótesis planteaba que si se aplica el Inventario de Afrontamiento al Estrés entonces será posible determinar los niveles de las Estrategias Centradas en el Problema en el personal militar de mantenimiento de la especialidad motores del Grupo Aéreo 42 ubicado en la ciudad de Iquitos.

La distribución de frecuencias de los sujetos de la muestra en cuanto a sus niveles de afrontamiento al estrés puede apreciarse en el siguiente gráfico:

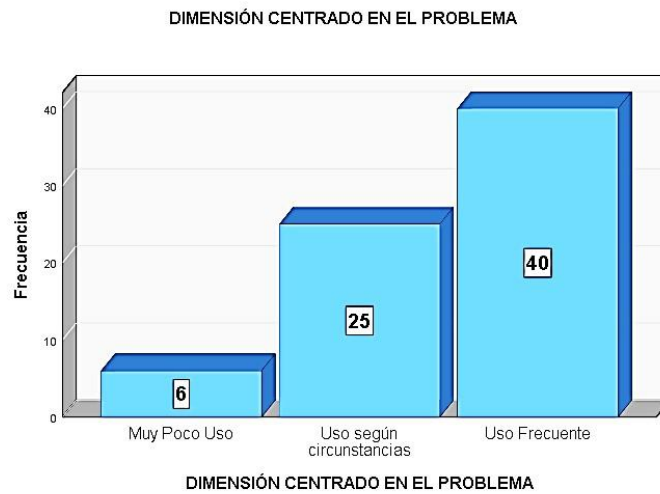
Tabla 5
Niveles de “Estrategias Centradas en el Problema” de la muestra

		DIMENSIÓN CENTRADO EN EL PROBLEMA			
		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	Muy Poco Uso	6	8,3	8,5	8,5
	Uso según circunstancias	25	34,7	35,2	43,7
	Uso Frecuente	40	55,6	56,3	100,0
	Total	71	98,6	100,0	
Perdidos	Sistema	1	1,4		
Total		72	100,0		

Fuente: Elaboración propia

Estos resultados se pueden apreciar en el siguiente gráfico:

Figura 7
Niveles de “Estrategias Centradas en el Problema” de la muestra



Fuente: Elaboración propia

Se aplicó la prueba de Bondad de Ajuste Chi Cuadrado para una sola muestra con los siguientes resultados:

Tabla 6
Distribución de niveles de resiliencia en “Estrategias centradas en el problema”

	opinion		
	N observado	N esperada	Residuo
Muy poco uso	6	23,7	-17,7
Uso según circunstancias	25	23,7	1,3
Uso Frecuente	40	23,7	16,3
Total	71		

Fuente: Elaboración propia

La prueba Chi Cuadrado arrojó los siguientes resultados:

Tabla 7
Chi Cuadrado de los niveles de “Estrategias centradas en el problema”

Estadísticos de prueba	
	opinion
Chi-cuadrado	24,535 ^a
gl	2
Sig. asintótica	,000

a. 0 casillas (0,0%)
han esperado
frecuencias
menores que 5.
La frecuencia
mínima de casilla
esperada es 23,7.

La Significación Asintótica Bilateral encontrada es de 0.000 menor que $p: 0.05$. Es decir, se comprobó la existencia de diferencias significativas entre los tres grupos. Esto significa que el 56% de la muestra presentaba un uso frecuente de “Estrategias Centradas en el Problema”. Se consideró comprobada la Hipótesis Específica 1.

b) Comprobación Hipótesis Específica 2

Esta hipótesis planteaba que si se aplica el Inventario de Afrontamiento al Estrés entonces será posible determinar los niveles de las “Estrategias Centradas en la Emoción” en el personal militar de mantenimiento de la especialidad motores del Grupo Aéreo 42 ubicado en la ciudad de Iquitos.

La distribución de frecuencias de los sujetos de la muestra en cuanto a sus niveles de estrategias centradas en la emoción puede apreciarse en la siguiente tabla:

Tabla 8 Niveles de “Estrategias Centradas en la Emoción” de la muestra

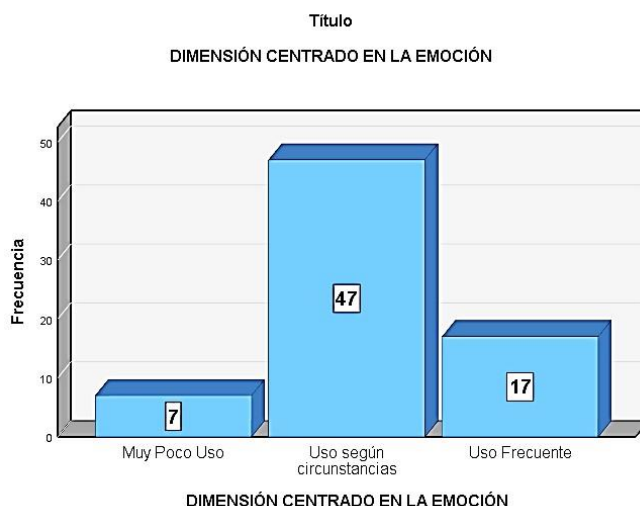
		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	Muy Poco Uso	7	9,7	9,9	9,9
	Uso según circunstancias	47	65,3	66,2	76,1
	Uso Frecuente	17	23,6	23,9	100,0
	Total	71	98,6	100,0	
Perdidos	Sistema	1	1,4		
Total		72	100,0		

Fuente: Elaboración propia

Estos resultados se pueden apreciar en el siguiente gráfico:

Figura 8

Niveles de “Estrategias Centradas en la Emoción” de la muestra



Fuente: Elaboración propia

Se aplicó la prueba de Bondad de Ajuste Chi Cuadrado para una sola muestra con los siguientes resultados:

Tabla 9
Distribución de las “Estrategias centradas en la emoción”

	opinion		
	N observado	N esperada	Residuo
Muy poco uso	7	23,7	-16,7
Uso según circunstancias	47	23,7	23,3
Uso Frecuente	17	23,7	-6,7
Total	71		

Fuente: Elaboración propia

La prueba Chi Cuadrado arrojó los siguientes resultados:

Tabla 10
Chi Cuadrado de “Estrategias centradas en la emoción”

Estadísticos de prueba	
	opinion
Chi-cuadrado	36,620 ^a
gl	2
Sig. asintótica	,000

a. 0 casillas (0,0%) han esperado frecuencias menores que 5. La frecuencia mínima de casilla esperada es 23,7.

La Significación Asintótica Bilateral encontrada es de 0.000 menor que $p: 0.05$. Es decir, se comprobó la existencia de diferencias significativas entre los tres grupos. Esto significa que el 23% de la muestra presentaba un uso frecuente de las “Estrategias centradas en la emoción”. Se consideró comprobada la Hipótesis Específica 2.

c) Comprobación Hipótesis Específica 3

Esta hipótesis planteaba que si se aplica el Inventario de Afrontamiento al Estrés entonces será posible determinar los niveles de las “Estrategias Centradas en la Evitación” aplicadas por el personal militar de mantenimiento de la especialidad motores del Grupo Aéreo 42 ubicado en la ciudad de Iquitos. La distribución de frecuencias de los sujetos de la muestra en cuanto a sus niveles de “Estrategias Centradas en la Evitación” puede apreciarse en la siguiente tabla:

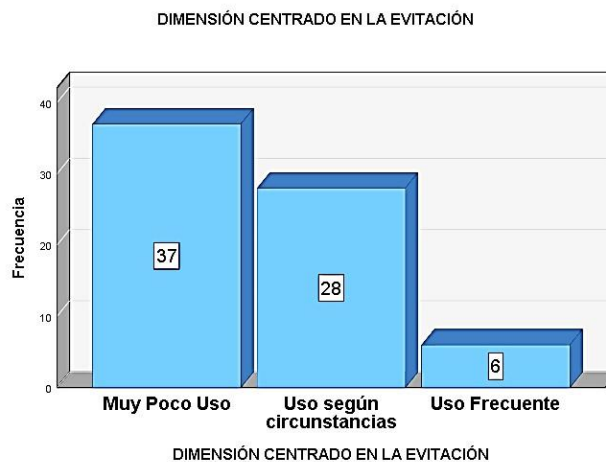
Tabla 11
Niveles de “Estrategias Centradas en la Evitación” de la muestra

DIMENSIÓN CENTRADO EN LA EVITACIÓN					
		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	Muy Poco Uso	37	51,4	52,1	52,1
	Uso según circunstancias	28	38,9	39,4	91,5
	Uso Frecuente	6	8,3	8,5	100,0
	Total	71	98,6	100,0	
Perdidos	Sistema	1	1,4		
Total		72	100,0		

Fuente: Elaboración propia

Estos resultados se pueden apreciar en el siguiente gráfico:

Figura 9
Niveles de “Estrategias Centradas en la Evitación” de la muestra



Fuente: Elaboración propia

Se aplicó la prueba de Bondad de Ajuste Chi Cuadrado para una sola muestra con los siguientes resultados:

Tabla 12

Distribución de las “Estrategias Centradas en la Evitación” de la muestra

	opinion		
	N observado	N esperada	Residuo
Muy poco uso	37	23,7	13,3
Uso según circunstancias	28	23,7	4,3
Uso Frecuente	6	23,7	-17,7
Total	71		

Fuente: Elaboración propia

La prueba Chi Cuadrado arrojó los siguientes resultados:

Tabla 13

Chi Cuadrado de los niveles de resiliencia en el factor “Ecuanimidad”

Estadísticos de prueba	
	opinion
Chi-cuadrado	21,493 ^a
gl	2
Sig. asintótica	,000

a. 0 casillas (0,0%) han esperado frecuencias menores que 5. La frecuencia mínima de casilla esperada es 23,7.

La Significación Asintótica Bilateral encontrada es de 0.000 menor que $p: 0.05$. Es decir, se comprobó la existencia de diferencias significativas entre los tres grupos. Esto significa que el 8% de la muestra presentaba niveles de uso frecuente de las “Estrategias centradas en la evitación”. Se consideró comprobada la Hipótesis Específica 3.

9. DISCUSIÓN

El estrés es un fenómeno multivariable que resulta de la relación entre la persona y los eventos de su medio, los mismos que son evaluados como desmesurados o amenazantes para sus recursos y que ponen en riesgo su bienestar. Los modos de afrontamiento al estrés serían las diferentes respuestas conductuales, cognitivas y emocionales empleadas para manejar y tolerar al mismo, permitiendo reducir la tensión y restablecer el equilibrio, según Carver, S. , S. (1989).²

Los resultados de la presente investigación son similares a la realizada por (2018)³, quien encontró en trabajadores de su investigación que el estilo más utilizado fue el afrontamiento centrado en el problema. En resumen el estudio señaló que el afrontamiento al estrés más utilizado fue el afrontamiento centrado en el problema el cual se asociaba con el bienestar psicológico. Esto se vincula significativamente con las aproximaciones teóricas de Lazarus, R. y Folkman, S. (1986), los que indican que, ante algunas circunstancias específicas, las personas con cierto nivel intelectual y grado de instrucción afrontan las dificultades de manera racional, tanto externas como internas. Esto implica concebir que el afrontamiento de una persona ante las dificultades que experimenta se ubica dentro de un proceso de modificación permanente, además de interactuar activamente con las circunstancias específicas de cada medio ambiente.

Existen dos clases de modos de afrontamiento: los que se dirigen al problema para resolverlo y, los que se dirigen a la emoción a fin de atenuar la angustia experimentada; pudiendo ambos modos coexistir de una forma no necesariamente. Algunos investigadores encuentran que las estrategias dirigidas al problema serían más saludables que las dirigidas a la emoción (3, 4, 5); otros, en cambio encontraron que la eficacia de los modos de afrontamiento dependerá de la intensidad del

estrés, siendo las estrategias enfocadas en el problema más efectivas si el estrés no es muy intenso, en caso contrario las enfocadas en la emoción serían las más adaptativas.

Estos resultados, por otra parte, no coinciden con los de otros estudios, como por ejemplo, con el llevado a cabo por Mella et al. (2020)⁴, quien encontró en su investigación que las estrategias de afrontamiento al estrés más utilizadas son las estrategias de centradas en las emociones, es decir, que en nuestro medio las estrategias más empleadas por personas con cierto nivel intelectual y de formación educativa en nuestro medio son las estrategias centradas en la emoción y en la evitación del problema. Gantiva, C. (2009)⁵, menciona a manera de explicación que cuando se trata de personas con nivel intelectual y con formación educativa pero con alta ansiedad esta situación activa los recursos emocionales postergando los abordajes racionales. Este enfoque coincide con lo señalado por Kohlmann, C. (1993)⁶, el cual reporta que cuando la ansiedad afecta a las personas racionales éstas suelen actuar más emocional que racionalmente.

El estudio de Sánchez, M. (2020)⁷ señala que durante los conflictos bélicos, la presencia de la muerte provoca entre los soldados una serie de emociones incontroladas como el miedo, el temor y la angustia. Por esta razón se considera que los conflictos militares trastocan las percepciones de los sentidos y las emociones de gran cantidad de militares.

Situaciones como los bombardeos generan un profundo temor, tanto entre militares como entre la población civil. Otro momento de angustia, es el que viven los aviadores cuando sus aparatos son atacados o sufren averías en pleno vuelo.

En estas circunstancias es muy difícil -si no se dispone del entrenamiento adecuado- mantener la ecuanimidad y no dejarse llevar por las emociones que perturban el comportamiento racional.

La causa más frecuente de estrés crónico dentro del teatro de operaciones militares está relacionado con las condiciones de vida y de trabajo; largos días de servicio, operaciones en clima desértico, períodos extensos con ropas protectoras para productos químicos, falta de sueño, hacinamiento, pérdida de contacto con el hogar y la familia, presencia de enfermedades o problemas hogareños anteriores. Por estas razones el personal militar requiere frecuentemente un apoyo psicológico para encontrarse en condiciones adecuadas para afrontar situaciones altamente estresantes y reaccionar de la manera más positiva y constructiva posible ante estos riesgos. Un entrenamiento adecuado permite manejar los efectos del estrés con el fin de aumentar la obediencia y la cooperación. Las experiencias de la guerra del Golfo en cuanto a la aplicación de medidas simples, rápidas de corta duración próximas al frente de batalla son efectivas en el abordaje del estrés y de posibles estresores, así como el adecuado manejo y apoyo social post conflicto al personal militar.

Considerando el tipo de trabajo y la presencia de estresores muy peculiares en el medio militar, es necesario crear estrategias de detección, intervención, por ser una población de riesgo sometida a estresores altamente nocivos. De igual modo debe prepararse a médicos y psicólogos, en técnicas de abordaje y prevención.

El estrés es la sobrecarga de la persona que se ve sometida a presiones externas. El concepto incluye:

- a) El estímulo: situación capaz de inducir cambios psicofísicos
- b) El estrés como respuesta: ansiedad, insomnio, palpitaciones...
- c) Encuentro de un individuo con una situación que altera su homeostasis.

Son típicos en el estrés:

- La sensación de amenaza, anticipación de que va a suceder algo
- La naturaleza simbólica (menos que física) de muchos de los factores estresantes para el individuo.

La evaluación primaria del estrés es un fenómeno cognitivo a través del cual atribuimos un significado a la situación que nos rodea (una situación benigna, neutra o negativa estresante). Una situación se evalúa como estresante cuando conlleva la posibilidad de un daño.

En una evaluación secundaria, se considera lo que se puede hacer para resolver la situación estresante. En una reevaluación, se vuelve a evaluar la situación en función de la información que se añade en el proceso.

En la evaluación influyen:

Factores personales:

- Los compromisos o lo que determina qué es importante para nosotros en la vida.
- Ante un cáncer, puede haber compromiso con la vida (y uno aguanta lo que sea con tal de curarse) o con la calidad de vida (y uno no se somete a tratamientos agresivos, prefiere vivir mejor en menos tiempo). El compromiso puede ser un factor de vulnerabilidad.
- Las creencias son configuraciones cognitivas que nos hacen ver la realidad de una manera u otra, como una lente. Esto influye en la manera de hacer las cosas (ej., autoestima, creencia en las propias capacidades). Las creencias son socialmente moldeadas, pero mayoritariamente dependen de los módulos cerebrales individuales (áreas interpretativas).

•Factores situacionales:

- ✓ La edad del individuo influye en la percepción de las cosas, en las responsabilidades que cada uno está capacitado para afrontar, etc.
- ✓ Características temporales de la situación potencialmente estresante: su inminencia, su duración, la incertidumbre (que siempre es una fuente de ansiedad)
- ✓ Ambigüedad: cuando más definido está el carácter positivo o negativo de la situación, menos margen de actuación hay sobre ella.
- ✓ Novedad: el estar más o menos curtido en ese tipo de situaciones
- ✓ Irreversibilidad: supone aún más estrés.

Afrontamiento del estrés

El ejemplo clásico de afrontamiento: ante un estrés de pareja, el divorcio. A veces, el afrontamiento es imposible ("¡no puedo dejar mi trabajo ahora!"), con lo que la situación exige una reevaluación. Por tanto, el afrontamiento del estrés no es una actuación puntual, sino un proceso algo más largo y elaborado:

- ✓ Estrategias emocionales: tratar de quitarse la ansiedad (ej., antes de un examen tomar un ansiolítico o una cerveza)
- ✓ Enfrentarse, centrarse en el problema: en el ejemplo del examen, estudiarse
- ✓ todos los temas de nuevo para mitigar la ansiedad ("intelectualización").

Lo malo es que a veces esta técnica aumenta la ansiedad (uno se encuentra nuevas preguntas para las que no tiene respuesta).

- ✓ Facilitan el afrontamiento del estrés: una buena salud, tener desahogo económico (-todo ayuda-) y un buen apoyo social,

además de poseer creencias positivas, habilidades para la resolución de problemas y habilidades sociales.

- Dificultan el afrontamiento: limitaciones monetarias (añaden más preocupaciones), falta de apoyo social, etc.

Actualmente, la intervención de equipos de salud mental en los polígonos de entrenamiento, en las maniobras y también en la vida de la unidad militar. Se debe rescatar el papel del psicólogo en este medio, como asesor para todo lo concerniente a la salud mental de la tropa. Lo importante es el mejoramiento de la atención a la persona “soldado”, así como la prevención del estrés militar.

10. CONCLUSIONES

a) Comprobación Hipótesis Específica 1

Se comprobó la Hipótesis Específica 1 la cual planteaba que si se aplica el Inventario de Afrontamiento al Estrés entonces será posible determinar los niveles de las Estrategias Centradas en el Problema utilizadas por el personal militar de mantenimiento de la especialidad motores del Grupo Aéreo 42 ubicado en la ciudad de Iquitos. La Prueba de Chi Cuadrado (Significación Asintótica Bilateral) encontrada es de 0.000 menor que $p: 0.05$. Es decir, se comprobó la existencia de diferencias significativas entre los tres grupos. Esto significa que el 56% de la muestra presentaba un uso frecuente de “Estrategias Centradas en el Problema”. Se consideró comprobada la Hipótesis Específica 1.

b) Comprobación Hipótesis Específica 2

Se comprobó la Hipótesis Específica 2 la cual planteaba que si se aplica el Inventario de Afrontamiento al Estrés entonces será posible determinar los niveles de las “Estrategias Centradas en la Emoción” utilizadas por el personal militar de mantenimiento de la especialidad motores del Grupo Aéreo 42 ubicado en la ciudad de Iquitos. La Prueba de Chi Cuadrado (Significación Asintótica Bilateral) encontrada es de 0.000 menor que $p: 0.05$. Es decir, se comprobó la existencia de diferencias significativas entre los tres grupos. Esto significa que el 23% de la muestra presentaba un uso frecuente de las “Estrategias centradas en la emoción”. Se consideró comprobada la Hipótesis Específica 2.

c) Comprobación Hipótesis Específica 3

Se comprobó la Hipótesis Específica 3 la cual planteaba que si se aplica el Inventario de Afrontamiento al Estrés

entonces será posible determinar los niveles de las Estrategias Centradas en la Evitación utilizadas por el personal militar de mantenimiento de la especialidad motores del Grupo Aéreo 42 ubicado en la ciudad de Iquitos. La Prueba de Chi Cuadrado (Significación Asintótica Bilateral) encontrada es de 0.000 menor que $p: 0.05$.

Es decir, se comprobó la existencia de diferencias significativas entre los tres grupos. Esto significa que el 8% de la muestra presentaba niveles de uso frecuente de las “Estrategias centradas en la evitación”. Se consideró comprobada la Hipótesis Específica 3.

11. RECOMENDACIONES

- 1) Promover charlas y conversatorios sobre los beneficios y ventajas de las estrategias de afrontamiento al estrés militar en el personal del Grupo Aéreo 42 asentado en la ciudad de Iquitos.
- 2) Plantear la aplicación de un programa sobre desarrollo y consolidación de las estrategias de afrontamiento al estrés militar en el personal militar del Grupo Aéreo 42 asentado en la ciudad de Iquitos.
- 3) El programa sobre desarrollo y consolidación de las estrategias de afrontamiento al estrés militar destinado al personal militar del Grupo Aéreo 42 debe centrarse prioritariamente en las siguientes estrategias “Estrategias Centradas en la Emoción” y “Estrategias Centradas en la Evitación”..
- 4) Evaluar y plantear la posibilidad de la aplicación de un programa integral sobre desarrollo y consolidación de las estrategias de afrontamiento al estrés militar destinado al personal militar del Grupo Aéreo 42 asentado en la ciudad de Iquitos, previa evaluación de sus actuales niveles de afrontamiento al estrés militar.

12. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Aldwin Carolyn M. Coping With Traumatic Stress. PTSD Research Quarterly. 1993;4:1–6. Folkman Susan, Lazarus Richard S. If It Changes It Must Be a Process: Study of Emotion and Coping During Three Stages of a College Examination. Journal of Personality and Social Psychology.
- Amy B. Adler. (2003) U.S. Army Medical Research Unit-Europe. Walter Reed Army Institute of Research. Heidelberg, Germany. Military Occupational Stressors in Garrison, Training, and Deployed Environments. Modeling Military Stressors: The WRAIR Occupational Stress Research Program. Toronto 21 March 2003.
- Belito, H.; Fernandez, V.; Sánchez, S. & Farro, G. (2014). Estrategias de afrontamiento utilizadas por los pacientes con tuberculosis de un centro de salud. Revista Enfermería Herediana, 7(2), 69-78.
- Bohnker B, McEwen G, Blanco J, Feeks E: Psychiatric diagnoses aboard an aircraft carrier. Aviat Space Environ Med 1992; 63: 1015-8
- Bowers Clint A, Weaver Jeanne L, Morgan Ben B., Jr . Moderating the Performance Effects of Stressors. In: Driskell James E, Salas Eduardo E., editors. Stress and Human Performance, a series in applied psychology. Mahwah, NJ: Lawrence Erlbaum Associates, Inc; 1996. pp. 163–92.
- Carver, S. , C. S. (1997). You want to measure coping but your protocol's too long: Consider the Brief COPE. International Journal of Behavioral Medicine, 4(1), 92-100.
- Carver, S. , Ch. (1997). You want to measure coping but your protocol's too long: Considerer the brief COPE. International Journal of behavioral Medicine, 4(1), 92-100.
- Cassaretto, M.; Chau, C.; Oblitas, H. & Valdez, N. (2003). Estrés y afrontamiento en estudiantes de psicología. Revista de Psicología de la PUCP, 21(2), 363-392.
- Corzo, P. A. (2009). Trastorno por estrés postraumático en psiquiatría militar. Revista MED, 17(49), 81–86. En http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0121-52562009000100012.

- Coyne JC, Racioppo MW. Never the Twain Shall Meet? Closing the Gap Between Coping Research and Clinical Intervention Research. *American Psychologist*. 2000;55:655–64.
- Dewe, P. y Cooper, C., 'Bienestar y trabajo: hacia una agenda equilibrada', Houndmills, Basingstoke, Palgrave-Macmillan, 2012.
- Figley, C. R., y Nash, W. P. (2011). *Combat stress injury: Theory, research, and management*. New York, NY: Routledge.
- Folkman, S. & Lazarus, R., 'Stress, appraisal and coping', Nueva York, Springer, 1984.
- Folkman, S., 'Estrés, salud y afrontamiento: Síntesis, comentarios y direcciones futuras', en S. Folkman (Ed.), *The Oxford Handbook of Stress, Health and Coping*, Oxford, Oxford University Press, 2001, págs. 453-462.
- Galán, S. & Camacho, E. (2012). *Estrés y Salud: Investigación básica y aplicada*. México. DF: Manual Moderno.
- Gantiva, C., Luna, A., Davila, A., Salgado, M. (2009). Estrategias de afrontamiento en personas con ansiedad. *Revista de psicología, avances de la disciplina*, 4 (1), 2-10.
- Gijsbers van Wijk CM, Kolk AM, van den Bosch WJ, van den Hoogen HJ. Male and Female Health Problems in General Practice: The Differential Impact of Social Position and Social Roles. *Social Science and Medicine*. 1995;40:597–611.
- Hombrados, María Isabel (1999) *Estrés y salud*, Valencia: Promolibro, pp. 9- 38.
- Huanay Yauli, Mariaelena Madeleine (2019) *Resiliencia y estilos de afrontamiento al estrés en soldados que prestan servicio militar voluntario en Zona VRAEM del Ejército Peruano*. Universidad Continental. Facultad de Kearney, George E. et al. (2003) *Military Stress And Performance. The Australian defence force experience*. <https://www.mup.com.au/books/military-stress-and-performance- paperback-softback>
- Kessler RC, McGonagle KA, Zhao S, Nelson CB, Hughes M, Eshleman S, Wittchen HU, Kendler KS. Lifetime and 12-Month Prevalence of DSM-III-R Psychiatric Disorders in the United States: Results From the National Comorbidity Survey. *Archives of General Psychiatry*. 1994;51:8–19.

- Kohlmann, C. (1993). Modos de afrontamiento rígido y flexible. *Estilo de afrontamiento ansiedad, estrés y afrontamiento*, (6), 107-123.
<https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=4923985>
- Lazarus, R. & Folkman, S. (1986) *Estrés y procesos cognitivos*. Barcelona: Martínez Roca.
- Lazarus, R. S. (1991). *Emotion and adaptation*. New York: Oxford University Press.
- Lazarus, RS, (1999) *Estrés y emoción: una nueva síntesis*. Londres, Free Association Books, 1999.
- Lévano Loza, Jesús Iván (2018) *Afrontamiento al estrés en el personal militar de diferentes unidades hospitalarias del Hospital Militar Central del Perú "Crl. Luis Arias Schreiber"*. Universidad Nacional Federico Villarreal. Vicerrectorado de Investigación. Facultad de Psicología. Lima – Perú.
- Lévano Loza, Jesús Iván (2018) *Afrontamiento al estrés en el personal militar de diferentes unidades hospitalarias del Hospital Militar Central del Perú "Crl. Luis Arias Schreiber"*. Universidad Nacional Federico Villarreal. Vicerrectorado de Investigación. Facultad de Psicología. Lima – Perú.
- Lévano Muchotrigo, José Raúl (2003) *El patrón de conducta Tipo A y Tipo B y los estilos de afrontamiento al estrés en una muestra de personal militar*. Universidad Nacional Mayor de San Marcos. Facultad de Psicología. Escuela de Post Grado. Lima – Perú.
- Manning FJ, Kukura FC, DeRouin EM, McCarroll JE, Zych KA, Edwards F: *Outpatient mental health facilities in the U.S. Army, Europe: patient characteristics, complaints and dispositions at three sites*. *Milit Med* 1981; 38: 7-13.
- Mason JW. A review of psychoendocrine research on the pituitary–adrenal cortical system. *Psychosomatic Medicine*. 1968;30:576–607
- Mate, A., Andreu, J. & Peña, M. (2016). Propiedades Psicométricas de la versión española de "Inventario breve de Afrontamiento" (COPE-28) en una muestra de adolescentes. *Behavioral Psychology / Psicología Conductual*, 24(2), 305-318

- McCarrol JE, Orman DT, Lundy AC: Clients, problems and diagnoses in a military community mental health clinic: a 20-month study. *Milit Med* 1993; 158: 701-5.
- Melgarejo, C. (2017). Afrontamiento al estrés y bienestar psicológico en trabajadores de la subgerencia de salud y programas sociales de la municipalidad de Puente Piedra 2017. Universidad Cesar Vallejo. Facultad de Psicología. Lima.
- Mella, J., López, Y., Sáez, Y., Del Valle, M. (2020). Estrategias de afrontamiento en apoderados durante el confinamiento por la Covid- 19. *Revista CienciAmérica*, 9(2), 1-12.
- Menaghan, E. G. (1983). Individual coping efforts and family studies: Conceptual and methodological issues. *Marriage & Family Review*, 6(1-2), 113–135. https://doi.org/10.1300/J002v06n01_06
- Ministerio de defensa del Perú. (2016). Defensa: Las fuerzas armadas de todos los peruanos. Ministerio de Defensa Del Perú.
- Morán, C., Landero, R. & Gonzales, M. (2010). COPE-28: un análisis psicométrico de la versión en español del Brief COPE. *Universitas Psychologica*, 9(2), 543-552. http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1657-92672009000200020
- Moreno, R. A., Ventura, R. E., Ortega, I., Correa, M. y Díaz, M. (2006). A propósito de un caso con estrés postraumático en el medio militar. *Revista Cubana de Medicina Militar*, 35(2), 1-5
- Ortiz, M. (2015). Dimensiones de la personalidad y estilos de afrontamiento al estrés en madres sociales de Lima Metropolitana. Universidad Nacional Federico Villarreal. Facultad de Psicología. Lima.
- Oscá, A., González-Camino, G., Bardera, P. y Peiró, J. M. (2003). Estrés de rol y su influencia sobre el bienestar psíquico y físico en soldados profesionales. *Psicothema*, 15(1), 54-57.
- Peñacoba, C. y Moreno, B. (1998). El concepto de personalidad resistente: consideraciones teóricas y repercusiones prácticas. *Boletín de Psicología*, 58, 61-96
- Pflanz, Steven (2002) Work Stress in the Military: Prevalence, Causes, and Relationship to Emotional Health. *Military Medicine*, 167, 11:877, 2002.

- Rosales, A. & Fuenmayor, J. (2014). Estilos de afrontamiento en adolescentes con cáncer. Universidad Rafael Urdaneta). Venezuela. Obtenido de <http://200.35.84.131/portal/bases/marc/texto/3201-14-07510.pdf>
- Roth Susan, Cohen Lawrence J. Approach, Avoidance, and Coping With Stress. *American Psychologist*. 1986;41:813–19.
- Sánchez Menchero, Mauricio (2020) Las consecuencias de la guerra en las emociones y la salud mental. Una historia de la psicopatología y medicalización en los frentes bélicos de Occidente (1914-1975). *Revista de Estudios Sociales*. p. 90-101. <https://journals.openedition.org/revestudsoc/1042>
- Sánchez, S. (2010). Ambiente familiar y estilos de afrontamiento al estrés en pacientes oncológicos internos en el hospital Nacional Luis N. Saenz. Universidad Nacional Federico Villarreal. Facultad de Psicología.
- Sandin, B. (1995). El Estrés. En Belloch, Sandin y Ramos (Eds.), *Manual de Psicopatología: Vol. 2.* (pp. 3-49). Madrid: Mc Graw-Hill.
- Sandin, B. (2003). El Estrés: un análisis basado en el papel de los factores sociales. *International Journal of clinical and Health Psychology*, 3(1) 141-157.
- Schilling S, Brackbill RM: Occupational health and safety risks and potential health consequences perceived by U.S. workers, 2005. *Public Health Rep* 2005; 102: 36-46.
- Somerfield MR, McCrae RR. Stress and Coping Research: Methodological Challenges, Theoretical Advances, and Clinical Applications. *American Psychologist*. 2000;55:620–625. Tennen H, Affleck G, Armeli S, Carney MA. A Daily Process Approach to Coping: Linking Theory, Research, and Practice. *American Psychologist*. 2000;55:626–36.
- Tennen, H., Affleck, G., Armeli, S., & Carney, M. A. (2000). A daily process approach to coping: Linking theory, research, and practice. *American Psychologist*, 55(6), 626–636. <https://doi.org/10.1037/0003-066X.55.6.626>
- United Nations. Women and Health: Mainstreaming the Gender Perspective into the Health Sector. Report of the Expert Group Meeting; 28 September-2 October 1998.

- Vargas, S., Herrera, G., Rodríguez, L. & Sepúlveda, J. (2010). Confiabilidades del cuestionario Brief COPE inventory en versión en español para evaluar estrategias de afrontamiento en pacientes con cáncer de seno. *Investigación en Enfermería: Imagen y desarrollo*, 12(1), 7-24.
- Vera, B., Carbelo, B. y Vecina, M. L. (2006). La experiencia traumática desde la psicología positiva: resiliencia y crecimiento postraumático. *Papeles del Psicólogo*, 27(1), 40-49.

13. ANEXOS

ANEXO 01 MATRIZ DE CONSISTENCIA RESILIENCIA EN EL PERSONAL CIVIL QUE LABORA EN EL GRUPO AÉREO 42 – IQUITOS. 2022.

PROBLEM	OBJETIVO	HIPOTESI	VARIABLES	METODOLOGIA
<p>Problema General</p> <p>¿Es posible determinar los niveles obtenidos en el Inventario de Afrontamiento al Estrés Versión Brief 28 por el personal militar de mantenimiento de la especialidad motores del Grupo Aéreo 42 ubicado en la ciudad de Iquitos?</p> <p>Problemas Específicos</p> <p>¿Es posible determinar los niveles obtenidos en el Inventario de Afrontamiento al Estrés (Estrategias centradas en el problema) por el personal militar de mantenimiento de la especialidad motores del Grupo Aéreo 42 ubicado en la ciudad de Iquitos?</p> <p>¿Es posible determinar los niveles obtenidos en el Inventario de Afrontamiento al Estrés (Estrategias centradas en la emoción) por el personal militar de mantenimiento de la especialidad motores del Grupo Aéreo 42 ubicado en la ciudad de Iquitos?</p> <p>¿Es posible determinar los niveles obtenidos en el Inventario de Afrontamiento al Estrés (Estrategias centradas en la evitación) por el personal militar de mantenimiento de</p>	<p>Objetivo General</p> <p>Determinar los niveles obtenidos en el Inventario de Afrontamiento al Estrés Versión Brief 28 por el personal militar de mantenimiento de la especialidad motores del Grupo Aéreo 42 ubicado en la ciudad de Iquitos.</p> <p>Objetivos específicos</p> <p>Determinar los niveles obtenidos en el Inventario de Afrontamiento al Estrés (Estrategias centradas en el problema) por el personal militar de mantenimiento de la especialidad motores del Grupo Aéreo 42 ubicado en la ciudad de Iquitos.</p> <p>Determinar los niveles obtenidos en el Inventario de Afrontamiento al Estrés (Estrategias centradas en la emoción) por el personal militar de mantenimiento de la especialidad motores del Grupo Aéreo 42 ubicado en la ciudad de Iquitos.</p> <p>Determinar los niveles obtenidos en el Inventario de Afrontamiento al Estrés (Estrategias centradas en la evitación) por el personal militar de mantenimiento de la especialidad motores del Grupo Aéreo 42 ubicado en la ciudad de Iquitos.</p>	<p>Hipótesis General</p> <p>Si se aplica el Inventario de Afrontamiento al Estrés Versión Brief 28 al personal militar de mantenimiento de la especialidad motores del Grupo Aéreo 42 ubicado en la ciudad de entonces será posible determinar los tipos de estrategias y sus respectivos niveles utilizadas por el indicado personal.</p> <p>Hipótesis Específicas</p> <p>Si se aplica el Inventario de Afrontamiento al Estrés entonces será posible determinar los niveles de las Estrategias Centradas en el Problema aplicadas por el personal militar de mantenimiento de la especialidad motores del Grupo Aéreo 42 ubicado en la ciudad de Iquitos.</p> <p>Si se aplica el Inventario de Afrontamiento al Estrés entonces será posible determinar los niveles de las Estrategias Centradas en la Emoción aplicadas por el personal militar de mantenimiento de la especialidad motores del Grupo Aéreo 42 ubicado en la ciudad de Iquitos.</p> <p>Si se aplica el Inventario de Afrontamiento al Estrés entonces será posible determinar los niveles de las Estrategias Centradas en la Evitación aplicadas por el personal militar de mantenimiento de la especialidad motores del Grupo Aéreo 42 ubicado en la ciudad de Iquitos.</p>	<p>Afrontamiento del Estrés</p> <p>Dimensiones</p> <ul style="list-style-type: none"> · Cebtrado en el problema · Centrado en la Emoción · Centrado en la evitación 	<p>Investigación de tipo descriptivo. Investigación de nivel tecnológico. Diseño "no experimental" Muestra no paramétrica de tipo criterial. Estadística Univariada. Razón Chi Cuadrado. Prueba de Bondad de Ajuste. Procesador estadístico SPSS Vers. 25. La escala de Afrontamiento al Estrés, Adaptada a la población peruana. Se halla estandarizada, baremada y tiene validez y confiabilidad demostrada por varios métodos.</p>

Anexo Nro. 02 Carta de presentación a la institución



"Año del Fortalecimiento de la Soberanía"

**SEÑOR
CAP FAP. JANSEN ZAMORA AGUILAR**
Jefe de la Sección del Estado Mayor A-1 del Grupo Aéreo N° 42 – Iquitos.
Presente:

**Asunto: Solicita autorización y consentimiento para aplicación
del estudio de investigación**

De mi consideración:

A través de la presente le saludo cordialmente y paso a expresarle en mi calidad de Coordinador de la Carrera de Psicología de la Universidad Científica del Perú, ubicada en la Av. Abelardo Quiñones 2.5 Km, sede principal en la ciudad de Iquitos, que teniendo conocimiento de su prestigiosa institución en la ciudad de Iquitos, presento a la Bachiller del Programa Académico de Psicología JENIFER SHAQUIRA CORDOVA CLUE, con DNI N° 74614950, código de matrícula N° 2152500183, las cuales se encuentran en la etapa de aplicación de los instrumentos de su investigación de Tesis, titulada AFRONTAMIENTO AL ESTRÉS EN EL PERSONAL DE MANTENIMIENTO DE LA ESPECIALIDAD MOTORES DEL GRUPO AEREO 42 EN LA CIUDAD DE IQUITOS 2022. Por lo que Solicito a su digno despacho conceder el permiso a la ex Internas, quién ha realizado sus prácticas pre profesional de psicología.

Agradeciéndole anticipadamente por su aporte en esta acción de apoyo a la investigación deseándole éxitos en su Digno cargo quedo de usted.

Atentamente,

Iquitos 05 de abril del 2022

*Universidad Científica del Perú
Facultad de Ciencias de la Salud*


*Psic. Juan Mendieta Del Aguila Mgr
Docente Asesor*


70235
Presente

ANEXO N° 4

CARTA DE ACEPTACION DE LA INSTITUCION DE ESTUDIOS DE INVESTIGACION



"DECENIO DE LA IGUALDAD DE OPORTUNIDADES PARA MUJERES Y HOMBRES"
"AÑO DEL FORTALECIMIENTO DE LA SOBERANIA NACIONAL"
"AÑO DEL BICENTENARIO DEL CONGRESO DE LA REPUBLICA DEL PERU"

MINISTERIO DE DEFENSA
Fuerza Aérea del Perú

Iquitos, 31 MAY 2022

Srta.
Jenifer Shaquira Cordova Cuje
Ciudad.-

De mi especial consideración;

Es grato a usted en relación a la carta emitida solicitado la autorización de estudios de psicología, en respuesta es grato de contar con profesionales psicólogos interesados por las personas que acuden a laborar a este Grupo Aéreo N°42, la misma que concede su ejecución y el consentimiento en nuestra comunidad con el propósito para recopilar información para el estudio de investigación psicológica al personal militar y civil que labora en este Grupo Aéreo, para optar el título en Psicología de la Científica del Perú Srta. Bachiller de psicología **Jenifer Shaquira Cordova Cuje** de la Universidad. Estamos seguro que esto redundara en beneficio de nuestra institución en el personal militar y civil.

Atentamente

Dios guarde a Ud.
El Capitán EAPZ
JANSEN MARTIN ZAMORA AGUILAR
O-9770508-A+

Anexo 04: Instrumento de recolección de datos BRIEF COPE 28

Inventario de afrontamiento al estrés – Brief “COPE 28”

Edad: _____ Sexo: _____ Fecha: _____

Es de interés conocer la forma cómo responden las personas cuando se enfrentan a diferentes tipos de problemas, dificultades o situaciones estresantes en sus vidas. Hay muchas maneras de manejar esas situaciones. Este cuestionario te pide indicar qué es lo que tú generalmente haces o sientes cuando experimentas este tipo de situaciones. Naturalmente, en diferentes situaciones reaccionas en forma diferente, pero piensa qué es lo que habitualmente haces tú.

A continuación, encontrarás una serie de afirmaciones sobre cómo actuar o sentir en esas situaciones. Señala en cada una de ellas si coinciden o no con tu propia forma de actuar o sentir, marcando con “X” donde corresponda según la frecuencia que realiza cada ítem de estrategia de afrontamiento.

Nº	Estrategias de afrontamiento	Nunca lo hago	Hago esto un poco	Hago bastante esto	Siempre lo hago
1.-	Intento conseguir que alguien me ayude o aconseje sobre qué hacer	0	1	2	3
2.-	Concentro mis esfuerzos en hacer algo sobre la situación en la que estoy	0	1	2	3
3.-	Acepto la realidad de lo que ha sucedido	0	1	2	3
4.-	Recurso al trabajo o a otras actividades para apartar las cosas de mi mente	0	1	2	3
5.-	Me digo a mí mismo “esto no es real”	0	1	2	3
6.-	Intento proponer una estrategia sobre qué hacer	0	1	2	3
7.-	Hago bromas sobre el problema	0	1	2	3
8.-	Me critico a mí mismo	0	1	2	3
9.-	Consigo apoyo emocional de otros	0	1	2	3
10.-	Tomo medidas para intentar que la situación mejore	0	1	2	3
11.-	Renuncio a intentar ocuparme de los problemas	0	1	2	3
12.-	Digo cosas para dar rienda suelta a mis sentimientos desagradables	0	1	2	3

13.-	Me niego a creer que haya sucedido	0	1	2	3
14.-	Intento ver con otros ojos los problemas, para hacer que parezca más positivo	0	1	2	3
15.-	Utilizo alcohol u otras drogas para sentirme mejor	0	1	2	3
16.-	Intento hallar consuelo en mi religión o creencias espirituales	0	1	2	3
17.-	Consigo el consuelo y la comprensión de alguien	0	1	2	3
18.-	Busco algo bueno en lo que está sucediendo	0	1	2	3
19.-	Me río de la situación	0	1	2	3
20.-	Rezo o medito	0	1	2	3
21.-	Aprendo a vivir con los problemas	0	1	2	3
22.-	Hago algo para pensar menos en los problemas, tal como ir al cine o ver la televisión	0	1	2	3
23.-	Expreso mis sentimientos negativos	0	1	2	3
24.-	Consumo alcohol u otras drogas que me ayudan a superarlo	0	1	2	3
25.-	Renuncio al intento de hacer frente al problema	0	1	2	3
26.-	Pienso detenidamente sobre los pasos a seguir	0	1	2	3
27.-	Me echo la culpa de lo que ha sucedido	0	1	2	3
28.-	Consigo que otras personas me ayuden o aconsejen	0	1	2	3