



**FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
PROGRAMA ACADÉMICO DE PSICOLOGÍA**

TRABAJO DE SUFICIENCIA PROFESIONAL

**RELACIÓN ENTRE LAS DIMENSIONES DE PERSONALIDAD
CON EL ESTRÉS EN JOVENES UNIVERSITARIOS DE 20 A 30
AÑOS DE EDAD DE LAS ESPECIALIDADES DE ENFERMERIA,
TECNOLOGIA MÉDICA Y PSICOLOGÍA - IQUITOS. 2022.**

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

AUTORA: BACH. PSIC LADY RUTH OCHOA NUÑEZ

ASESOR: PSIC. JUAN ALFONSO MENDEZ DEL AGUILA, MGR

IQUITOS – PERU

2023

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



"Año de la unidad, la paz y el desarrollo".

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:

El Trabajo de Suficiencia Profesional titulado:

"RELACIÓN ENTRE LAS DIMENSIONES DE PERSONALIDAD CON EL ESTRÉS EN JOVENES UNIVERSITARIOS DE 20 A 30 AÑOS DE EDAD DE LAS ESPECIALIDADES DE ENFERMERIA, TECNOLOGIA MÉDICA Y PSICOLOGÍA - IQUITOS. 2022"

De los alumnos: **LADY RUTH OCHOA NÚÑEZ**, de la Facultad de Ciencias de la Salud, pasó satisfactoriamente la revisión por el Software Antiplagio, con un porcentaje de **16% de plagio**.

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

San Juan, 25 de Enero del 2023.











A handwritten signature in blue ink, appearing to read 'p. Ramal', is written over a horizontal line.

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

Document Information

Analyzed document	UCP_cienciasdelasalud_2022_TSP_Lady_Ochoa_VI.pdf (D155788398)
Submitted	1/13/2023 7:43:00 PM
Submitted by	Comisión Antiplagio
Submitter email	revision.antiplagio@ucp.edu.pe
Similarity	16%
Analysis address	revision.antiplagio.ucp@analysis.arkund.com

Sources included in the report

SA	Universidad Científica del Perú / UCP_Psicología_2021_Tesis_JuliaArgumedo_StefanyRodriguez_V1.pdf Document UCP_Psicología_2021_Tesis_JuliaArgumedo_StefanyRodriguez_V1.pdf (D116575094) Submitted by: revision.antiplagio@ucp.edu.pe Receiver: revision.antiplagio.ucp@analysis.arkund.com		9
SA	Universidad Científica del Perú / UCP_cienciasdelasalud_2022_TSP_JurielyAlva_V1.pdf Document UCP_cienciasdelasalud_2022_TSP_JurielyAlva_V1.pdf (D154978128) Submitted by: revision.antiplagio@ucp.edu.pe Receiver: revision.antiplagio.ucp@analysis.arkund.com		9
SA	1A_Huamán_Olivas_Jorge_Francisco_Titulo_Profesional_2017.doc Document 1A_Huamán_Olivas_Jorge_Francisco_Titulo_Profesional_2017.doc (D31057232)		1
W	URL: http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1578-908X2016000100159 Fetched: 10/30/2021 11:07:38 AM		4
SA	Agosto Giseth Mendoza - Adriana Bello - U♦♦LTIMA REVISIÓN.docx Document Agosto Giseth Mendoza - Adriana Bello - U♦♦LTIMA REVISIÓN.docx (D147501216)		1
W	URL: http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0121-52562009000100012 Fetched: 1/13/2023 7:44:00 PM		1
SA	ANDREA CASAFRANCA_TESIS FINAL_2021 (1).docx Document ANDREA CASAFRANCA_TESIS FINAL_2021 (1).docx (D114923784)		2
SA	EF ESCOBAL Y MOROCCO.docx Document EF ESCOBAL Y MOROCCO.docx (D141655503)		1
W	URL: https://www.repository.cam.ac.uk/bitstream/handle/1810/275745/Sun-2018-PhD.pdf?sequence=1 Fetched: 12/18/2021 1:04:13 PM		1
W	URL: https://journals.openedition.org/revestudsoc/1042 Fetched: 1/13/2023 7:44:00 PM		1

DEDICATORIA

A Dios, a mi madre, a mi esposo y a mis hijos, por darme apoyo y entrega, porque en gran parte gracias a ellos, hoy puedo ver alcanzada mi meta, y por qué el orgullo que sienten por mí, fue lo que me hizo ir hasta el final.

LADY RUTH OCHOA NÚÑEZ

AGRADECIMIENTOS

En primer lugar, quiero darle gracias a Dios,
por ponerme en este hermoso camino,
dándome fuerzas a diario para perseverar y
disfrutar del proceso.

Al amor de mi vida a ANTHONY, por la
paciencia, el apoyo y el amor que multiplicó
en esta etapa.

Al Mgr. Psic. Juan Méndez y mis compañeros
de tesina, por el respeto, la escucha, el
compromiso y la asesoría semanal de tesis.

A mis amigos, por confiar en mí y darme
fuerzas en cada momento.

Y a todas las personas y hechos que se
cruzaron en mi camino y permitieron que esta
etapa fuera vivida con felicidad.

LADY RUTH OCHOA NÚÑEZ

1. Índice de contenido

Portada	i
Constancia de originalidad de trabajo de investigación	ii
Dedicatoria	iv
Agradecimiento	v
1. Índice de contenido	vi
Acta de sustentación	vii
Hoja de Aprobación	viii
Resumen	ix
Abstract	x
2. Introducción	11
3. Planteamiento del problema	24
4. Objetivos	25
4.1. Objetivo General	25
4.2. Objetivos específicos	25
5. Variables	25
6. Operacionalización de las variables	26
7. Hipótesis	26
8. Metodología	27
8.1. Tipo y diseño de investigación	27
8.2. Población y muestra	28
8.3. Técnicas e instrumentos	30
8.4. Recopilación de los datos	32
8.5. Procesamiento de los datos	32
8.6. Consideraciones éticas	33
9. Resultados	34
10. Discusión	47
11. Conclusiones	50
12. Recomendaciones	51
13. Referencias Bibliográficas	52
Anexos	58
Anexo Nro. 01: Matriz de consistencia	59
Anexo Nro. 02 Carta de presentación a la institución	60
Anexo Nro. 03 Carta de aceptación	61
Anexo Nro. 04 Instrumento de Estudios	62

ACTA DE SUSTENTACIÓN DE TRABAJO DE SUFICIENCIA PROFESIONAL

Con Resolución Decanal N° 315-2023-UCP-FCS, del 28 de Febrero del 2023, 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. Alfredo Deifilio Neyra Cisneros Miembro

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

En la ciudad de Iquitos, siendo las 03:30 p.m. horas, del día Lunes 27 de Marzo 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: **"RELACIÓN ENTRE LAS DIMENSIONES DE PERSONALIDAD CON EL ESTRÉS EN JÓVENES UNIVERSITARIOS DE 20 A 30 AÑOS DE EDAD DE LAS ESPECIALIDADES DE ENFERMERÍA, TECNOLOGÍA MÉDICA Y PSICOLOGÍA"**.

Presentado por la sustentante: **LADY RUTH OCHOA NÚÑEZ**

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

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

..... *Absueltas 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. Alfredo Deifilio Neyra Cisneros
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: RELACIÓN ENTRE LAS DIMENSIONES DE PERSONALIDAD CON EL ESTRÉS EN JÓVENES UNIVERSITARIOS DE 20 A 30 AÑOS DE EDAD DE LAS ESPECIALIDADES DE ENFERMERÍA, TECNOLOGÍA MÉDICA Y PSICOLOGÍA.



Psic. Elizabeth Guillen Galdós
Presidente



Psic. Alfredo Deifilio Neyra Cisneros
Miembro



Psic. Mgr. Juan Alfonso Méndez del Águila
Asesor

Resumen

La presente investigación cuyo objetivo principal fue determinar la relación entre las dimensiones de personalidad y su relación con el estrés en jóvenes universitarios de 20 a 30 años de edad de las especialidades de Enfermería, Tecnología Médica y Psicología en Iquitos. 2022. En la Hipótesis General se planteó que existía relación significativa entre las dimensiones (Extroversión – Introversión de Personalidad y el estrés en jóvenes universitarios de 20 a 30 años de edad de las especialidades de Enfermería, Tecnología Médica y Psicología. Iquitos. 2022. Como Hipótesis Específica 1 se planteó que existía relación positiva y significativa entre el tipo de personalidad extrovertido y su probabilidad de afrontar el estrés. Como Hipótesis Específica 2 se planteó que existía relación negativa y significativa entre el tipo de personalidad introvertido y sus probabilidades de afrontar el estrés. Se utilizó los instrumentos de Estrategias de Afrontamiento al Estrés de Carver y el Inventario B de Personalidad de Eysenck – Forma B. La muestra estuvo conformada por 60 de la especialidad de Enfermería (20), Tecnología Médica (20) y Psicología (20), en la ciudad de Iquitos, 2022. Fueron seleccionados por muestreo no probabilístico de tipo intencional. A la muestra se le aplicó los instrumentos indicados ya que contaban con la debida validación y confiabilidad. Entre las principales conclusiones se encontró una relación directa y significativa entre la extroversión y el estrés. También se encontró una relación inversa y significativa entre la introversión y el estrés. 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 de profesiones relacionadas con los servicios.

Palabras claves: Estrés, Dimensión de Extroversión - Introversión, Personalidad.

Abstract

The present investigation whose main objective was to determine the relationship between personality dimensions and their relationship with stress in young university students from 20 to 30 years of age from the specialties of Nursing, Medical Technology and Psychology in Iquitos. 2022. In the General Hypothesis it was proposed that there was a significant relationship between the dimensions (Extroversion - Introversion of Personality and stress in young university students from 20 to 30 years of age of the specialties of Nursing, Medical Technology and Psychology. Iquitos. 2022. As Specific Hypothesis 1 suggested that there was a positive and significant relationship between the extroverted personality type and their probability of coping with stress. As for Specific Hypothesis 2, it was suggested that there was a negative and significant relationship between the introverted personality type and their probability of coping with stress. The instruments of Carver's Stress Coping Strategies and the Eysenck Personality Inventory B - Form B were used. The sample consisted of 60 from the specialty of Nursing (20), Medical Technology (20) and Psychology (20). , in the city of Iquitos, 2022. They were selected by non-probabilistic sampling of an intentional type. ra the indicated instruments were applied since they had the proper validation and reliability. Among the main conclusions, a direct and significant relationship was found between extraversion and stress. An inverse and significant relationship was also found between introversion and stress. Motivational talks were recommended and, if possible, apply programs already developed in other countries to develop and promote stress coping strategies in personnel of professions related to services.

Keywords: Stress, Extroversion - Introversion Dimension, Personality.

2. Introducción

El Dr. Hans Selye (considerado el padre del estrés), lo definió en 1935, como la respuesta adaptativa del organismo ante las diversas circunstancias estresoras. Inicialmente lo denominó “Síndrome general de adaptación”, describiendo las tres conocidas etapas de adaptación al estrés:

- Alarma de reacción: cuando el cuerpo detecta el estresor.
- Fase de adaptación: el cuerpo reacciona ante el estresor.
- Fase de agotamiento: cuando por su duración o intensidad comienzan a agotarse las defensas del organismo.

Las situaciones estresoras son circunstancias, situaciones imprevistas o contrariedades, condiciones personales, estructurales o coyunturales que afrontamos en la vida, y que percibimos consciente o inconscientemente como amenaza, dificultad, problema, etc. Es decir, que son experimentadas como algo negativo. El estrés es, pues, una reacción fisiológica del organismo ante una situación que se percibe como amenazante o con una demanda excesiva. El estrés es en principio un mecanismo de protección por el cual el organismo trata de responder de forma adecuada a dicha situación. Ante ciertas situaciones que percibimos como amenazantes o desafiantes, el estrés es una respuesta natural y automática de nuestro cuerpo. El que sea automática no significa que no se pueda modificar. En general, se trata de la adaptación del organismo a la dinámica de la vida cotidiana (los estresores). Como el estrés afecta a todas las personas, es importante tener en cuenta que los niños también lo sufren. Ellos afrontan una multitud de agentes estresores que cada uno vive a su propia manera (la familia con todos sus problemas de discusiones, gritos, exigencias, divorcios con todo lo que conlleva, la escuela con sus deberes y exámenes, aceptación o no por los compañeros...) y, lógicamente también somatizan como los adultos. Hombres y mujeres jóvenes de diferentes profesiones están expuestos frecuentemente a una amplia gama de situaciones estresantes como parte de su capacitación y formación, sobre todo cuando se trata de profesiones relacionadas con el servicio público.

López (2021) señala que numerosas investigaciones comprueban con frecuencia que la personalidad tiene mucho que ver con que una persona desarrolle o no un síndrome de estrés. Es decir, la personalidad que es lo que nos caracteriza de forma transversal, es una de las primeras en exhibir los efectos del stress en nuestro modo de ser.

Hay personalidades o modos de ser que están más predispuestos al síndrome del estrés o que se estresan con más facilidad. Una de esas personalidades se le llama "Personalidad Tipo A". Son esas personas que se estresan con facilidad, que explotan de nada y acumulan cargas en los días y en la vida y se estresan con facilidad.

López (2021) ¿Cuáles son las características de la personalidad tipo A?

- Los de Tipo A son personas que se estresan con facilidad.
- Los de Tipo A son personas que se estresan con facilidad.
- La personalidad Tipo A, son personas dinámicas, activas, muy competitivas, que quieren ganar siempre, muy competitivas. Viven en virtud del tiempo, tienen agendadas muchísimas cosas en forma continua, no tienen espacios libres, de ocio, son muy puntuales y hacen notar que son muy puntuales. Además, siempre están haciendo cosas, son personas que a lo mejor hablan deprisa, son esas personas que terminan la frase por uno.

También tienen tendencia a vivir aceleradamente, eso es lo que se llama personalidad Tipo A, en inglés "Type A Behaviour", es decir conducta Tipo A, más que personalidad Tipo A, y fueron descritas en 1957 por los profesores Roseman y Friedman en California, y se hicieron muchos estudios respecto a eso. Se sabe que cuando una persona es verdaderamente una personalidad Tipo A, tiene mayor tendencia a enfermedades, incluso las cardiovasculares. Cuando uno diagnostica con tests la personalidad Tipo A, la posibilidad de tener una enfermedad cardiovascular es 2,5 veces más que la personalidad opuesta, que es la llamada personalidad Tipo B.

Las amenazas de la sociedad moderna (competitividad, presión laboral, etc.) pueden relacionarse con factores como la competitividad laboral, el tráfico, el

ruido, las disputas maritales, la discusión, la educación de los hijos, etc.). Sandin (2002) indica que las manifestaciones actuales del estrés existen una elevada relevancia de los factores sociales. Generalmente la investigación sobre el estrés se ha centrado en sus efectos sobre la salud y en los factores biológicos y psicológicos implicados. Sin embargo, el estudio sobre la naturaleza y origen de los estresores (por ejemplo, interés por los aspectos sociales de los estresores) también es importante y ha suscitado algunas nuevas cuestiones relevantes durante los últimos años. Se discute separadamente la relevancia de tres formas principales de estresores sociales:

- Sucesos vitales (cambios agudos que requieren reajustes drásticos durante un corto periodo de tiempo; por ejemplo, “estrés reciente”),
- Estrés de rol (demandas persistentes que requieren reajustes durante periodos de tiempo prolongados; por ejemplo, “estrés crónico.
- Contrariedades cotidianas (mini-eventos que requieren pequeños reajustes diarios; por ejemplo, los sucesos menores o “estrés diario”). Una de las principales conclusiones del mencionado análisis es que estos tres tipos de estresores pueden contribuir de forma independiente en la predicción de las perturbaciones de la salud asociadas al estrés.

Tales categorías de estresores suelen actuar de forma interrelacionada y suelen influirse mutuamente (por ejemplo, los sucesos vitales pueden causar estresores crónicos, y viceversa). Finalmente, se discuten las implicaciones de los recursos personales y sociales (estrategias de afrontamiento, recursos de afrontamiento y apoyo social) en la adaptación a los efectos del estrés.

López (2021) Por su parte, la personalidad del Tipo B se caracteriza por ser tranquilas y pacientes, aunque aparentemente son menos productivas. La personalidad del Tipo B se caracteriza por ser tranquilas y pacientes, aunque aparentemente son menos productivas. La personalidad del Tipo B se caracteriza por ser tranquilas y pacientes, aunque aparentemente son menos productivas, se toman el tiempo de reflexión para una mayor calidad y toma de

decisión pausada; suelen presentar un alto grado de adaptabilidad y no muestran demasiada resistencia al cambio; tienden a la introversión; sus actos son calmados, hablan sin prisa y sus gestos reflejan tranquilidad. Muestran sensibilidad y empatía hacia los demás, pudiendo en ocasiones olvidar sus propias necesidades o derechos. Debido a estas características, los individuos de tipo B son descritos, a menudo, como apáticos y desinteresados por las personas del tipo A.

Los modelos planteados habitualmente señalan que hay al menos tres componentes principales en el desarrollo del estrés como precisa Aldwin (1993):

- 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,

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 (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 (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 (2000).

En realidad, hasta el presente, se han producido escasos estudios empíricos de las diferencias de género en la relación entre el estrés y el deterioro funcional en el trabajo. A medida que los temas de género y equidad en las fuerzas laborales 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 laboral sobre cómo estructurar la capacitación y las relaciones laborales de hombres y mujeres.

Los factores estresantes se analizan en una variedad de entornos en términos de su impacto en el personal de la organización. Se asumió el enfoque de Lazarus y Folkman (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. Los hallazgos resaltan la importancia de identificar y comprender los factores estresantes ocupacionales durante una misión 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 el servicio dentro de un marco multidimensional que incluye al ambiente específico.
- 4) Combinar conceptos de la investigación del estrés ocupacional con los desafíos únicos que enfrenta el personal en el momento del trabajo.
- 5) Desarrollar un modelo integral del estrés y sus consecuencias.

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.

Un enfoque de gran importancia sobre el estrés es el señalado por Lazarus y Folkman (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).

El estrés es, en general, un patrón de respuesta del organismo a las influencias, las exigencias o los esfuerzos. De forma general, las personas experimentan estrés cuando sienten que hay un desequilibrio entre lo que se les exige (demandas) y los recursos percibidos de que disponen para satisfacer estas exigencias. Es importante entender que cada persona reacciona de manera diferente ante unas mismas circunstancias.

Grau et al. (1993) Tipos de estrés: Existen diferentes tipologías de estrés dependiendo del efecto que produce en la persona:

- Eustrés: (puntaje BAJO) es el estrés positivo. Representa el estrés donde el individuo interactúa con el estresor manteniendo la mente abierta y creativa. En este estado de estrés el individuo, obtiene placer, alegría, bienestar y equilibrio, siendo sus experiencias agradables y satisfactorias. Este tipo de estrés lo mantiene vivo y productivo. La persona expresa sus talentos y su imaginación e iniciativa, únicas y originales, resuelven problemas sin mayor compromiso emocional.
- Distrés: (puntaje ALTO) es el estrés negativo. Este tipo de estrés produce una sobrecarga de trabajo no asimilable que, eventualmente, desencadena un desequilibrio fisiológico y psicológico que termina en una reducción en la productividad del individuo, facilitando la aparición de enfermedades psicosomáticas. Distrés es todo lo que resulte desagradable: mal ambiente laboral, fracaso, ruptura familiar, duelos de gran exigencia, sobre exigencias del medio, inadaptabilidad, autoagresión, carga emocional, etc.

- Escala De Diagnostico De Stress (E.D.S) así lo entiende el estudio de Carver cuyo instrumento utilizaremos.

Dimensiones de personalidad y estrés

En su estudio Garrido (2009) consideró que la Adicción al Trabajo es un fenómeno multidimensional e investigó su relación con la personalidad de quienes lo padecen. El objetivo de su estudio fue determinar la prevalencia de adicción al trabajo y determinar su relación con factores de personalidad. Esta investigación encontró elevados índices de trabajolismo (47,8%) en el personal investigador y halló correlación positiva y significativa con el neuroticismo ($r= 0,359$).

La adicción al trabajo plantea una importante disyuntiva científica cual es establecer una delimitación entre la dedicación sana y productiva al trabajo y la dedicación patológica. Es importante señalar que la adicción patológica al trabajo repercute -a larga- de manera negativa en el desempeño laboral, así como afecta la vida extralaboral del trabajador (separación psicológica entre la actividad laboral y el hogar). Por esto, Salanova et.al. (2005) considera muy importante llevar a cabo evaluaciones periódicas de riesgos psicosociales detectando no sólo los aspectos negativos tradicionales, sino también los positivos.

La asociación de determinadas adicciones laborales al neuroticismo podría ser un criterio para diferenciar la adicción patológica de la adicción positiva. Se debe tener presente la oportuna observación de Garrido (2009) quien señala que existen pocas investigaciones que intentan explicar todos los ámbitos de la personalidad del adicto al trabajo, por lo que aún queda mucho por indagar, y no sólo en el ámbito de los factores de personalidad, pues la adicción al trabajo es un constructo multidimensional, en donde los factores de personalidad explican una parte del síndrome (24,1%), dejando espacio para otros factores que pueden estar relacionados con el mismo, demostrando nuevamente que este síndrome es un fenómeno multidimensional.

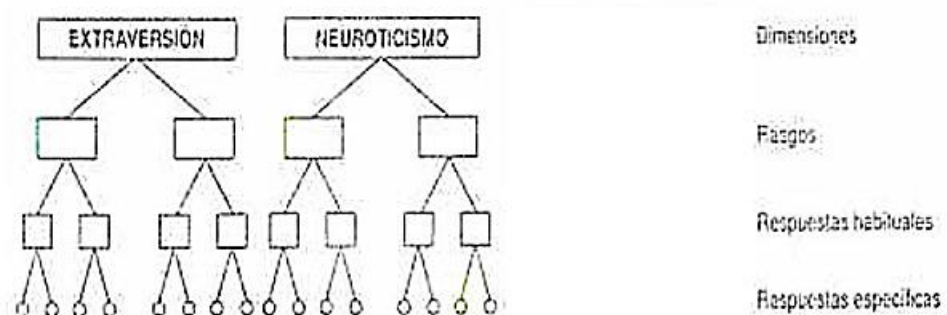
La personalidad según Eysenck

Eysenck (1970)¹ postula un modelo jerarquizado de la personalidad estructurado en diferentes niveles de generalidad:

- Primer nivel: Es el nivel más bajo y está conformado por respuestas específicas que se observan esporádicamente y que pueden o no ser características del individuo.
- Segundo nivel: Respuestas habituales que serían respuestas específicas de cierta frecuencia que se repiten cuando las circunstancias son similares.
- Tercer nivel: Conformada por los "rasgos de personalidad" que son construcciones teóricas basadas en las intercorrelaciones entre respuestas habituales similares que sí son observables. Serían factores de primer orden.
- Cuarto nivel: Conformado por los "Tipos de personalidad" que surgen de las intercorrelaciones entre los diferentes rasgos, y serían factores de segundo orden. Son considerados dimensiones continuas, a lo largo de las cuales se puede ubicar el individuo.

En el siguiente gráfico podemos apreciar el modelo de Eysenck:

Figura 1
Estructura de la personalidad según Eysenck



¹ Eysenck, H. J. (1970). The structure of human personality. Methuen.

Fuente: Eysenck (1970) La revista electrónica Psicología Online (2016) propone esta visión resumida de la estructura de personalidad según Eysenck:

a) Dimensión Introversión - Extraversión

Los individuos extravertidos son sociables, comunicativos, desinhibidos, activos, habladores y dominantes. Además buscan excitación y estimulación. Eysenck ha planteado dos teorías para explicar el comportamiento diferenciado de introvertidos y extravertidos:

- El modelo de excitación-inhibición: Utiliza procesos fisiológicos sin localizarlos específicamente. Propuso que las personas que están predispuestas a desarrollar pautas de comportamiento extravertido son las que tienen: potenciales excitatorios débiles e inhibición reactiva fuerte. Las personas que desarrollan patrones de conducta introvertido son las que poseen: potenciales excitatorios fuertes e inhibición reactiva débil. Por tanto, la inhibición fisiológica es inversamente proporcional a la inhibición conductual.
- La teoría de la activación cortical: Aparece porque la anterior propuesta no permitía hacer predicciones empíricamente contrastables. Según esta teoría las personas que tienen, en condiciones de reposo, un nivel de arousal crónicamente alto, se comportan de forma introvertida. Así, a mayor activación cortical, menor activación conductual y a la inversa. Propone el SARA (Sistema de activación reticular ascendente) como base neurológica responsable del nivel de activación. crónicamente bajo tienden a comportarse siguiendo el patrón extravertido. Los que tienen

En estudios sobre rendimiento, los introvertidos rinden mejor en situaciones con niveles de estimulación moderados, y los extravertidos con niveles altos. Lo cual indica que difieren en el nivel de estimulación para rendir mejor.

Dimensión: Introversión – Extroversión “E”: Está ligada a la mayor o menor facilidad para el condicionamiento de las personas, es un rasgo genotipo.

Algunas personas, las introvertidas requieren pocas exposiciones a una situación para establecer un condicionamiento firme, a otras requieren una exposición mayor, son las extrovertidas.

Tipo Extrovertido: Le gusta participar en fiestas, tiene muchos amigos, necesita tener gente hablándole, no le gusta leer o estudiar para si mismo, es despreocupado bromista y optimista, le gusta reír y ser divertido, prefiere más actuar que pensar, tiende a ser agresivo y pierde rápidamente el temple. Anhela situaciones y es mudable, está fijado al ambiente, actúa sobre estímulos del momento y es generalmente un individuo impulsivo. Es aficionado a los trabajos tiene respuestas “listas”.

Tipo Introvertido: Es introspectivo, tranquilo, se aísla, prefiere observar a las personas, es reservado y distante, excepto con sus amigos íntimos, tiende a planear por adelantado y desconfía de los impulsos del momento, no gusta de las excitaciones, es serio y gusta de un ordenado modo de vida, tiene un ajustado autocontrol, rara vez es agresivo, y no pierde fácilmente su temple, es confiado y previsible, algo pesimista y otorga gran valor a las normas éticas.

En la siguiente tabla apreciamos la estructura del Inventario de Personalidad de Eysenck estandarizado para la población de Lima Metropolitana:

Tabla 1 Estructura del EPI (Dimensiones, Puntuaciones, ítems y Valoraciones)

Dimensiones	Código	Ítems	ítems
Extroversión – Introvertido	E	24	1, 3, 5, 8, 10, 13, 15, 17, 20, 22, 25, 27, 29, 32, 34, 37, 39, 41, 44, 46, 49, 51, 53, 56.
Neuroticismo: Estabilidad – Inestabilidad	N	24	2, 4, 7, 9, 11, 14, 16, 19, 21, 23, 26, 28, 31, 33, 35, 38, 40, 43, 45, 47, 50, 52, 55, 57.
Sinceridad: Escala de mentiras (*)	L	9	6, 12, 18, 24, 30, 36, 42, 49, 54.
Total		57	

(*) Sinceridad (L). Fiable ≤ 4 . Un puntaje mayor de cuatro (4) en la escala, anula los resultados de la pruebas.

Como puede apreciarse en el EPI la puntuación en Introversión va de 01 a 13 mientras que la puntuación en Extroversión va de 14 a 24, Según la combinación de los puntajes obtenidos en las escalas de extroversión y neuroticismo se tendrá un diagnóstico tipológico según 4 cuadrantes correspondientes a los tipos temperamentales: Melancólico, Colérico,

Sanguíneo y Flemático, estos asociados a una lista de adjetivos que los califican y caracterizan. Esto se aprecia en la siguiente tabla:

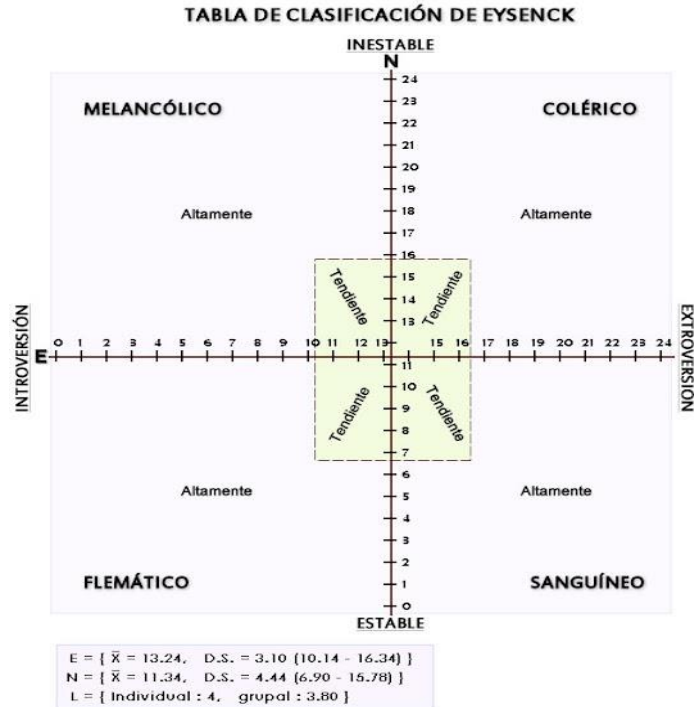
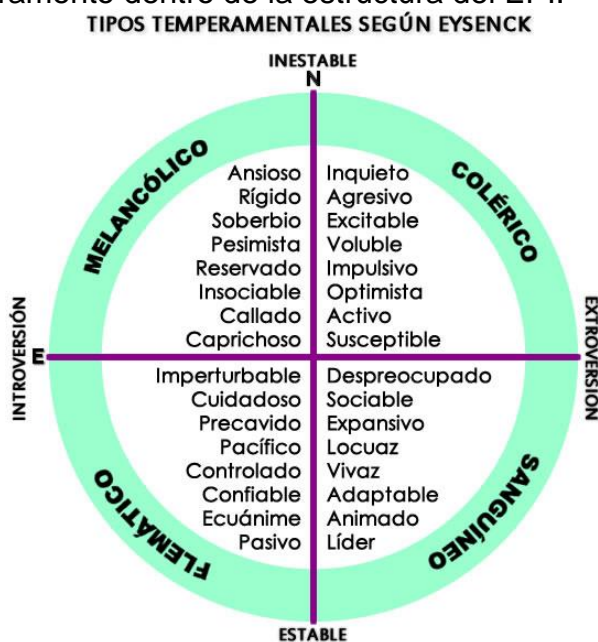


Tabla 3
Tipos de temperamento dentro de la estructura del EPI:



b) Dimensión Neuroticismo (Estabilidad-Inestabilidad Emocional).

Las personas con puntuaciones altas en esta dimensión tienen cambios de humor frecuentes, suelen estar preocupados, ansiosos, deprimidos y sentirse culpable. Reaccionan fuertemente ante los estímulos. Las bases neurológicas se encuentran en el sistema límbico o cerebro visceral, que

está relacionado con la activación de tipo neurovegetativa (sudoración, frecuencia cardíaca, tensión muscular, etc.). Para Eysenck, los sujetos más inestables presentan una mayor activación neurovegetativa. Este sistema y el SARA son sólo parcialmente independientes, debido a que a través de la activación visceral se puede producir arousal cortical.

Dimensión Neurotismo: "N" (Estabilidad - Inestabilidad). Está ligada a la excitabilidad del sistema nervioso autónomo, que moviliza trastornos cardiovasculares, taquicardias, incremento de presión sanguínea, vasoconstricciones, vaso-dilataciones, trastornos respiratorios, jadeos, secreciones gástricas, hiper motilidad intestinal, sudoración, etc. Una alta tasa de neurotismo (inestabilidad), indica una emotividad muy intensa y tono elevado, son persona generalmente tensas, ansiosas, inseguras, tímidas, con fuertes bloqueos de conducta, respuestas inadecuadas e interrupciones emocionales desordenadas, tienden a presentar trastornos psicósomáticos del tipo asma o úlceras pépticas, etc.

Escala de Mentiras (Veracidad) "L". Permite conocer el grado de sinceridad del sujeto en la situación de la prueba.

Los ítems de esta escala están distribuidos de manera estructural y sistemática, un puntaje mayor de cuatro (4) en la escala, anula los resultados de la prueba, pudiendo inferir la presencia de rasgos tendientes a ocultar o ocultarse la autoimagen real. El sujeto no es objetivo en la autoevaluación de sus rasgos y tampoco le gusta mantenerse tal cual es.

2.1. Definición de términos básicos

Actitud laboral: Son los sentimientos y supuestos que determinan en gran medida la percepción de los empleados respecto de su entorno, su compromiso con las acciones previstas y, en última instancia su comportamiento. Son los sentimientos positivos o negativos que las personas experimenten en el trabajo. La actitud laboral se mide habitualmente por medio de instrumentos en los cuales se valoran las respuestas de los sujetos a las preguntas que evalúan las áreas básicas

del trabajo como satisfacción, compromiso y motivación laboral (Davis, 1999).

Personalidad: Para Eysenck (1970) se define como: "una organización más o menos estable y duradera del carácter, temperamento e intelecto y físico de una persona, que determina su adaptación única al ambiente".

Dimensión Neuroticismo: "N" (Estabilidad - Inestabilidad): Un puntaje elevado en la Escala de Neuroticismo (inestabilidad emocional) en el EPI, es indicativo de una intensa emotividad. Estas personas son habitualmente ansiosas, tensas, tímidas e inseguras, con intensos bloqueos de conducta, respuestas socialmente inadecuadas y alteraciones de orden emocional y que suelen presentar con frecuencia trastornos de orden psicosomático. Es evaluada por el Inventario de Personalidad de Eysenck (EPI).

Dimensión: Introversión – Extroversión "E": Se vincula con el mayor o menor predisposición para el condicionamiento de los sujetos. Los sujetos introvertidos requieren pocas exposiciones a una determinada circunstancia para asumir un condicionamiento fuerte. Los extrovertidos, por su parte, requieren una exposición mayor. El extrovertido se orienta a la exposición social, prefiere actuar que cavilar y es generalmente una persona impulsiva. Por su parte, el introvertido es reservado, tranquilo y distante. Presenta un fuerte autocontrol, no suele ser agresivo y da gran valor a la ética. Es evaluada por el Inventario de Personalidad de Eysenck (EPI).

Desempeño Laboral: Chiavenato (2000) lo define como el comportamiento del trabajador en la búsqueda de los objetivos fijados, éste constituye la estrategia individual para lograr los objetivos.

3. Planteamiento del problema

El estudio de Gonzales (2017) Tipos de Personalidad y Afrontamiento del Estrés en Estudiantes Universitarios de Psicología. Universidad Católica de Santa María. Constituye un antecedente de nuestro estudio. Se pretende demostrar que las personas de tipo de personalidad introvertidas tienen mayores probabilidades de fallar en la adquisición de afrontar el estrés y por contraposición las personas de tipo de personalidad extrovertidas tienen mayores probabilidades de afrontar el estrés. En este estudio se pretende demostrar que las personas de tipo de personalidad introvertidas tienen mayores probabilidades de fallar en la adquisición de afrontar el estrés y por contraposición las personas de tipo de personalidad extrovertidas tienen mayores probabilidades de afrontar el estrés. A lo largo de este estudio se relacionan los tipos de personalidad extrovertido y el manejo del estrés, este tipo de personalidad permite un mejor manejo del estrés.

La investigación fue de tipo descriptivo – correlacional, se contó con la participación de 92 estudiantes, cuyas edades oscilaban entre los 16 a 18 años y estuvo conformado por 78 mujeres y 60 hombres. Para este estudio se utilizó los test Cuestionario de personalidad de Eysenck EPQ – R (Eysenck, 1991). Cuestionario de afrontamiento del estrés CAE (Sandin, 1999).

Los resultados arrojaron asociaciones importantes y significativas entre los estilos de afrontamiento y los rasgos de personalidad.

Problema General

¿Existe relación entre la dimensión extroversión – introversión y las posibilidades de afrontar el estrés?

Problema Específico 1

¿Existe relación positiva y significativa entre el tipo de personalidad extrovertido y sus probabilidades de afrontar el estrés?

Problemas Específico 2

¿Existe relación negativa y significativa entre el tipo de personalidad introvertido y sus probabilidades de afrontar el estrés?

4. Objetivos

4.1 Objetivo General

Determinar la relación entre extroversión – introversión y las posibilidades de afrontar el estrés.

4.2 Objetivos Específicos

Objetivo Específico 1

Determinar si existe relación positiva y significativa entre el tipo de personalidad extrovertido y sus probabilidades de afrontar el estrés.

Objetivo Específico 2

Determinar si existe relación negativa y significativa entre el tipo de personalidad introvertido y sus probabilidades de afrontar el estrés.

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 (2018), basado en los enfoques de Lazarus y Folkman (1986):

- a) La que se ocupa del problema que causa la angustia (afrontamiento orientado al problema).
- b) La que se orienta a la regulación emocional (afrontamiento orientado a la emoción).
- c) El afrontamiento de Evitación se refiere a evitar el problema no pensando en él, esperar que el problema se resuelva por sí mismo.

6. Operacionalización de variables

Tabla 1. Matriz de Operacionalización de Variables

Variable	Definición Conceptual	Definición Operacional	Dimensiones	Indicadores / Escala De Medición
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 y Folkman, 1986)	Las estrategias de afrontamiento al estrés.	Centrado en el problema Centrado en la emoción Centrado en la evitación del problema	Ordinal Politémica
Dimensión Introversión - Extroversión	Los sujetos introvertidos requieren pocas exposiciones a una determinada circunstancia para asumir un condicionamiento fuerte. Los extrovertidos, por su parte, requieren una exposición mayor. El extrovertido se orienta a la exposición social, prefiere actuar que cavilar y es generalmente una persona impulsiva. Por su parte, el introvertido es reservado, tranquilo y distante. Presenta un fuerte autocontrol, no suele ser agresivo y da gran valor a la ética.	Tal como es evaluada por el Inventario de Personalidad de Eysenck (EPI).	Introversión Extroversión	Ordinal Politémica

7. Hipótesis

7.1 Hipótesis General

Existe relación significativa entre las dimensiones de personalidad Introversión – Extroversión evaluadas por el Cuestionario B de Eysenck y el estrés evaluado por el test der Carver en jóvenes universitarios de 20 a 30 años de edad de las especialidades de Enfermería, Tecnología Médica y Psicología. Iquitos. 2022.

7.2 Hipótesis Específicas

H1: Existe relación positiva y significativa entre el tipo de personalidad extrovertido y sus probabilidades de afrontar el estrés.

H2: Existe relación negativa y significativa entre el tipo de personalidad introvertido y sus probabilidades de afrontar el estrés.

8. Metodología

8.1. Tipo y diseño de investigación

La presente investigación asumió, de acuerdo con la definición de Sánchez (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 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 orientada a demostrar la validez de ciertas técnicas bajo las cuales se aplican principios científicos que demuestran su eficacia en la modificación u 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 (1987) 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 establecer la 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 al estrés.

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

8.2. Población y muestra

a. Población

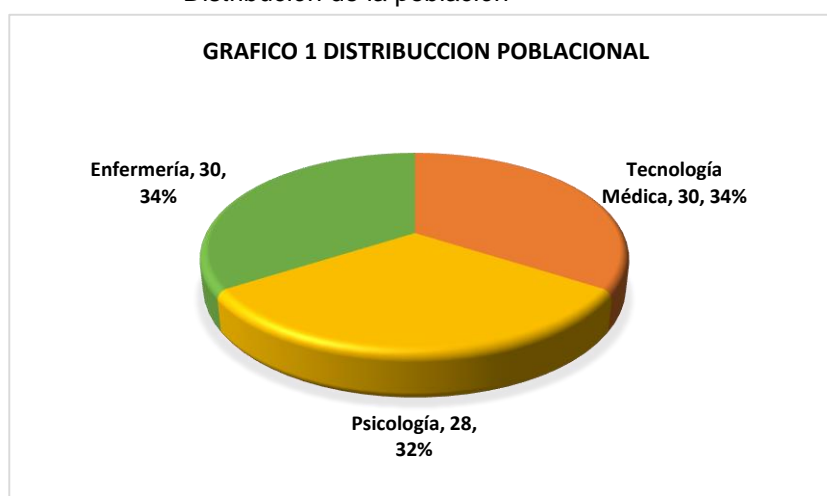
La población de la presente investigación estuvo conformada por 98 jóvenes universitarios de 20 a 30 años de edad de las especialidades de Enfermería, Tecnología Médica y Psicología en la ciudad de Iquitos. 2022.

Cuadro 1
Distribución de la población

ESPECIALIDAD	FRECUENCIA	%
Tecnología Médica	30	34%
Psicología	38	38%
Enfermería	30	34%
Total	98	100%

Fuente. Data FCS-UCP/2022 Iquitos

Grafico 1
Distribución de la población



Fuente: Cuadro1

Es decir, la población del estudio estuvo conformada por un total de 98 personas de diversas especialidades.

b. Muestra y muestreo

Por razones de acceso, disponibilidad y autorización oficial la muestra se utilizó como técnica de muestreo “el muestreo no probabilístico de tipo criterial”. La muestra así obtenida puede apreciarse en la siguiente tabla, y estuvo por 60 personas.

Se aplicó un muestreo “no probabilístico 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 60 personas.

En la siguiente tabla apreciamos la distribución de la muestra:

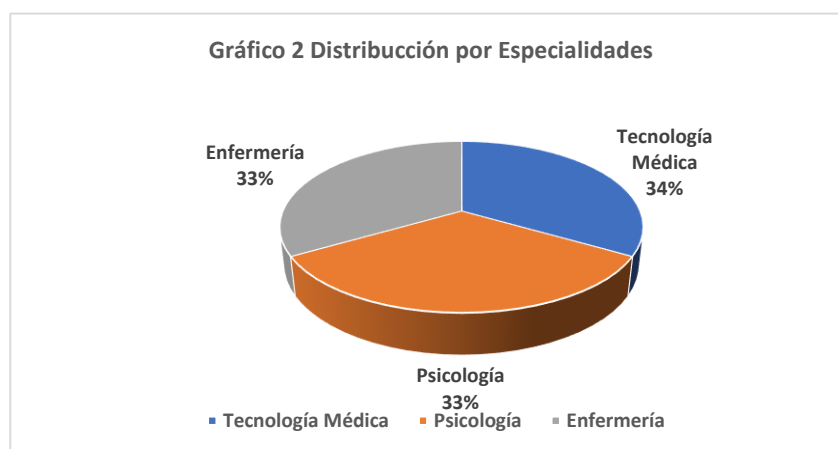
Cuadro 2
Distribución de la muestra

ESPECIALIDAD	FRECUENCIA	%
Tecnología Médica	20	33,33%
Psicología	20	33,33%
Enfermería	20	33,33%
Total	60	100%

Fuente. Data FCS-UCP/2022 Iquitos

Esta distribución de la muestra puede apreciarse en el siguiente gráfico:

Figura 2
Distribución de la Muestra



Fuente: Cuadro 2

c. Criterios de inclusión y exclusión

Los criterios de inclusión fueron: nacionalidad peruana, entre 20 a 30 años de edad, ambos sexos y ser alumno activo de cualquier ciclo de estudio de las tres especialidades de una universidad privada de la ciudad de Iquitos.

El criterio de exclusión fue no ser alumno activo, de las tres especialidades de una universidad privada de la ciudad de Iquitos.

8.3. Técnicas e instrumentos

La técnica que se empleó en la presente investigación fue la “observación por encuesta”. Según García (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 (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.

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

Ficha técnica: Inventario de afrontamiento al estrés

Nombre del instrumento: Inventario de Afrontamiento al estrés Brief Cope-10

Autor(a): Carver Ch. (1997), Adaptado 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: 10 a 11 minutos

- Escala valorativa:
- Nunca lo hago (0 puntos)
 - Hago esto un poco (1 punto)
 - Hago bastante esto (2 puntos)
 - Siempre lo hago (3 puntos)

b) Ficha técnica:

Autor : H.J. Eysenck

Adaptación : José Anicama (1972). Lima. Perú.

Objetivo : El Inventario Eysenck de Personalidad (EPI) mide dos de las más importantes dimensiones de la personalidad: Introversión- Extroversión (E) y Neurotismo (estabilidad- inestabilidad) (N). La forma B consiste en 57 ítems, a los cuales debe responderse SI o NO.

Aplicación: Psicología clínica y educacional.

Interceptamos las dos rectas obtenidas en el punto promedio de ambas tendremos el siguiente plano que nos permitirá un diagnóstico tipológico (ver cuadrantes detrás de la hoja de respuestas)

Dimensiones de Personalidad de sociabilidad: Según Eysenck (1987) las características son las siguientes:

Características del extrovertido	Características del introvertido
<ul style="list-style-type: none"> - Por el método pavloviano, el condicionamiento es más pobre que en los introvertidos. - Se basa en las propiedades del sistema nervioso central. - Mayor memoria inmediata para los dígitos. - Retienen la respiración más tiempo. - Más fáciles de inhibir que los otros. - Los afectan poco los estimulantes. - Reaccionan mucho a pequeñas dosis de drogas depresivas. - Juzgan de menor duración los intervalos temporales que los introvertidos. - Fuman más que los introvertidos y prefieren los cigarrillos. - Parecen buscar estímulos. - Enfrentados a situaciones nuevas, tienden a enfocar los detalles. - Relativamente compulsivos. - Dispuestos a aceptar mayores riesgos y a hacer apuestas mayores. - Se relacionan con los tipos colérico y sanguíneo de Hipócrates 	<ul style="list-style-type: none"> - Con el método pavloviano, el condicionamiento es mejor que en los extravertidos. - Basado en las propiedades del sistema nervioso central. - Constitucionalmente predispuestos a desarrollar potenciales de gran excitabilidad y débil inhibición. - Son más sensibles a ciertas medicinas. - Más difíciles de inhibir. - Los afectan más los estimulantes. - Reaccionan poco a dosis pequeñas de drogas depresivas. - Estima mayores los intervalos temporales. - Fuman menos. - Parecen evitar estímulos. - Piden más información al enfrentarse a una situación nueva. - Relativamente cautelosos. - Menos inclinados a jugar. - Se relacionan con los tipos melancólico y flemático de Hipócrates.

Hemos obtenido cuatro cuadrantes correspondientes a 4 tipos temperamentales.

- MELANCÓLICO (Introvertido - Inestable).

- COLERICO (Extrovertido - Inestable).
- SANGUINEO: (Extrovertido - Estable).
- FLEMATICO (Introvertido - estable)

8.4. Recopilación de los datos

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

1. Se coordinó con los responsables de los tres programas académicos de una universidad privada de la ciudad de Iquitos.
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.

8.5. Procesamiento de los datos

Como el nivel de la investigación es el correlacional implica la comprobación del nivel de la asociación de dos o más variables.

Primero se deberá comprobar la bondad del ajuste de las puntuaciones de la 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.

8.6. 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.

9. Resultados

9.1. Estadística Descriptiva

a) Análisis Descriptivo

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

Cuadro N° 03

Estadísticos descriptivos de la muestra (baremación*)

		Estadísticos			
		Dimensión Introversión	Dimensión Extroversión	Estres Introversión	Estres Extroversión
N	Válido	60	60	60	60
	Perdidos	0	0	0	0
Media		8,6667	18,4333	5,8000	7,1333
Mediana		8,5000	18,5000	5,5000	7,0000
Moda		12,00	22,00	3,00 ^a	7,00
Desv. Desviación		2,86810	3,91159	2,59596	2,04580
Varianza		8,226	15,301	6,739	4,185
Rango		9,00	12,00	8,00	7,00
Mínimo		4,00	12,00	2,00	3,00
Máximo		13,00	24,00	10,00	10,00
Suma		520,00	1106,00	348,00	428,00

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

Fuente: Base de Data

P.d.: baremo; es escala de puntuaciones obtenidas con un instrumento de medida que permite su interpretación, mediante la atribución a cada una de ellas de un determinado valor

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.

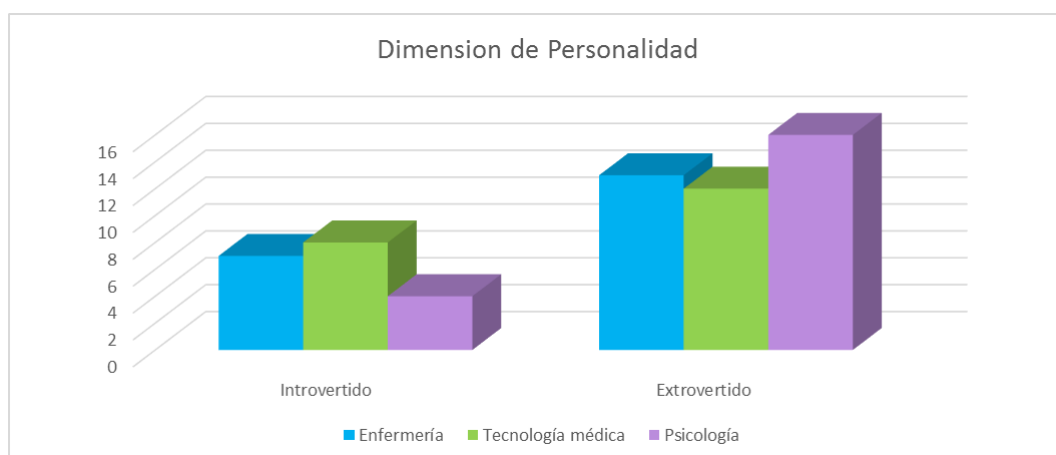
b) Frecuencia y Porcentaje

Cuadro N° 04: Dimensiones de personalidad Introversión - Extroversión (Escala "E") en jóvenes universitarios de 20 a 30 años de edad de las especialidades de Ciencias de la Salud.

Especialidades	Introverso	Extroverso	Frecuencia Total	Porcentaje
Enfermería	7	13	20	33.33%
Tecnología médica	8	12	20	33.33%
Psicología	4	16	20	33.33%
Frecuencia Total	19	41	60	100,0%
Porcentaje Total	31.67%	68.33%	100,0%	

Fuente: Base de Data

FIGURA N° 03: Dimensiones de personalidad Introversión - Extroversión



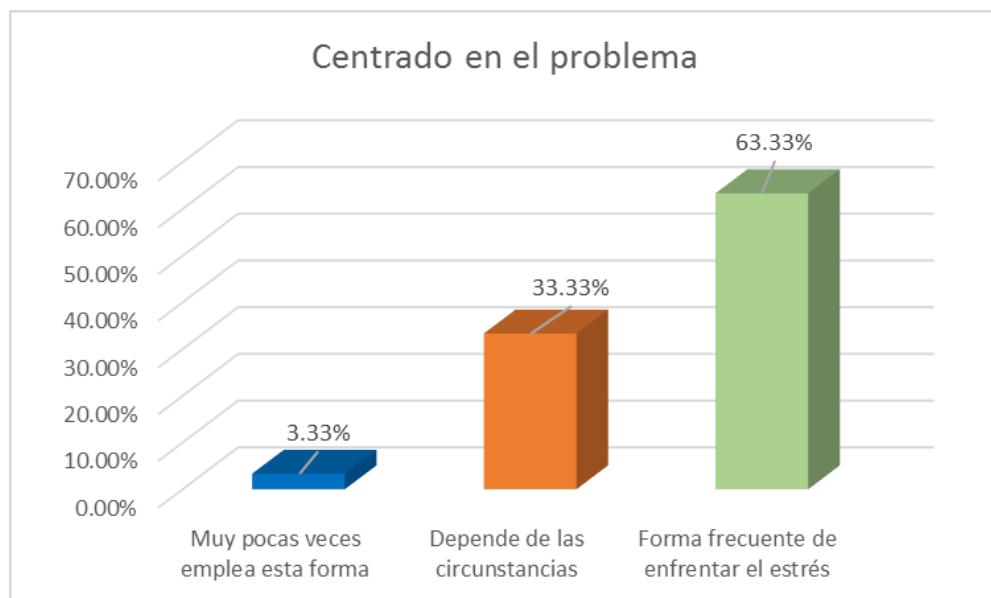
Fuente: Cuadro N°04

Cuadro N° 05: Niveles de las estrategias de afrontamiento al estrés centrado en el problema en jóvenes universitarios de 20 a 30 años de edad de las especialidades de Ciencias de la Salud.

Rangos	Frecuencia	Porcentaje
Muy pocas veces emplea esta forma	2	3.33%
Depende de las circunstancias	20	33.33%
Forma frecuente de enfrentar el estrés	38	63.33%
TOTAL	60	100,0%

Fuente: Base de Data

FIGURA N° 04: Centrado en el problema



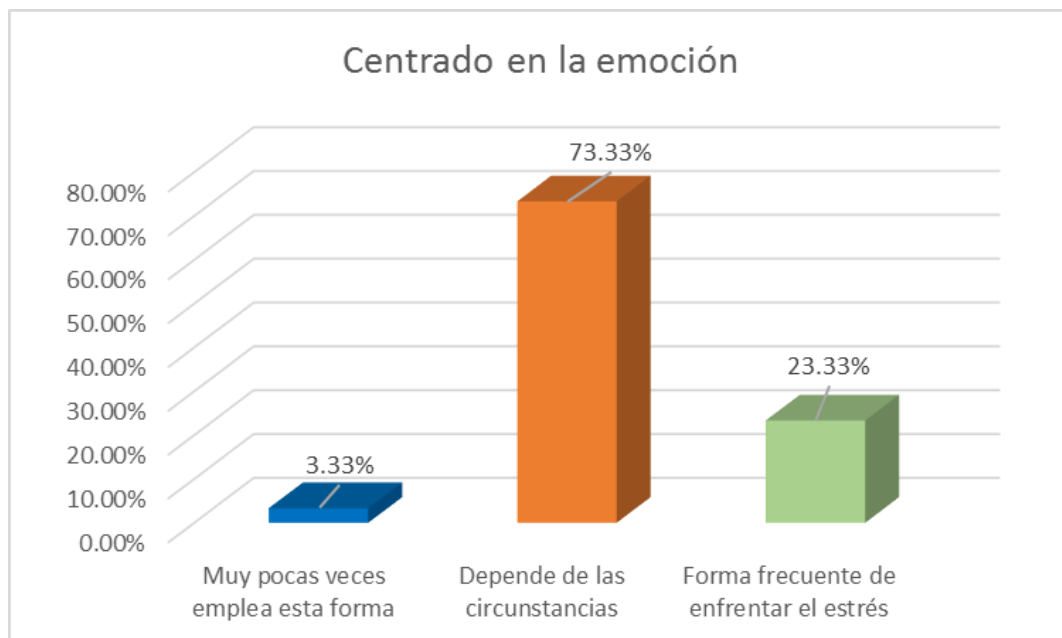
Fuente: Cuadro N°05

Cuadro N° 06: Niveles de las estrategias de afrontamiento al estrés centrado en la emoción en jóvenes universitarios de 20 a 30 años de edad de las especialidades de Ciencias de la Salud.

Rangos	Frecuencia	Porcentaje
Muy pocas veces emplea esta forma	2	3.33%
Depende de las circunstancias	44	73.33%
Forma frecuente de enfrentar el estrés	14	23.33%
TOTAL	60	100,0%

Fuente: Base de Data

FIGURA N° 05: Centrado en la emoción



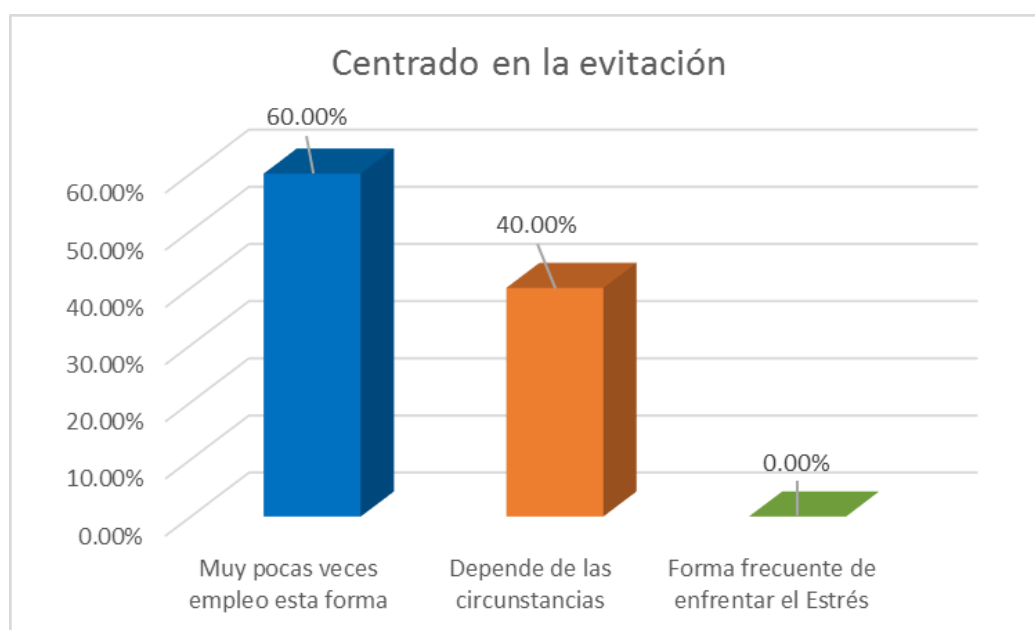
Fuente: Cuadro N°06

Cuadro N° 07: Niveles de las estrategias de afrontamiento al estrés centrado en la evitación del problema en jóvenes universitarios de 20 a 30 años de edad de las especialidades de Ciencias de la Salud.

Rangos	Frecuencia	Porcentaje
Muy pocas veces emplea esta forma	36	60.00%
Depende de las circunstancias	24	40.00%
Forma frecuente de enfrentar el estrés	0	0.00%
TOTAL	60	100,0%

Fuente: Base de Data

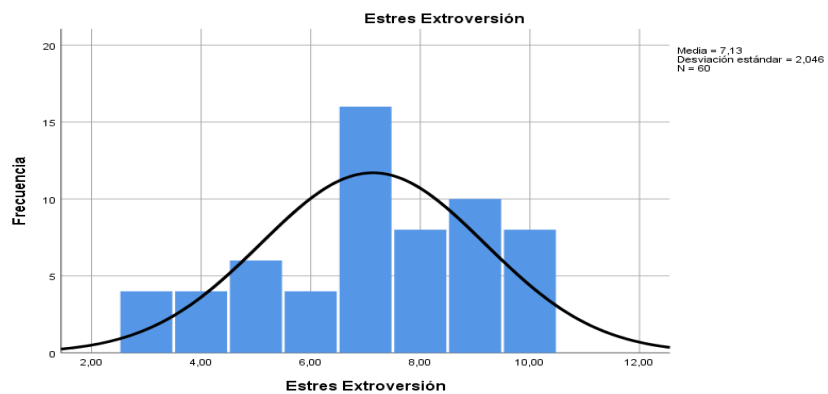
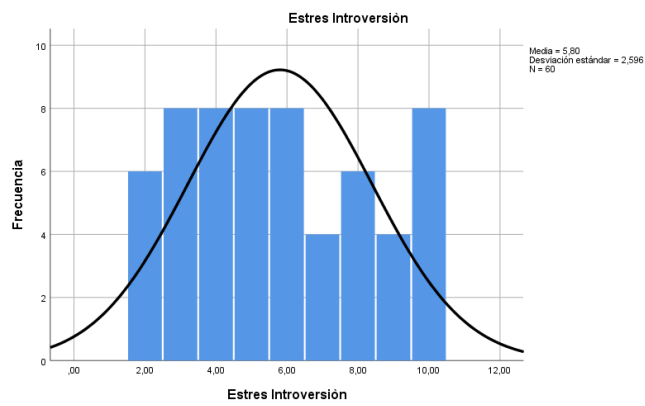
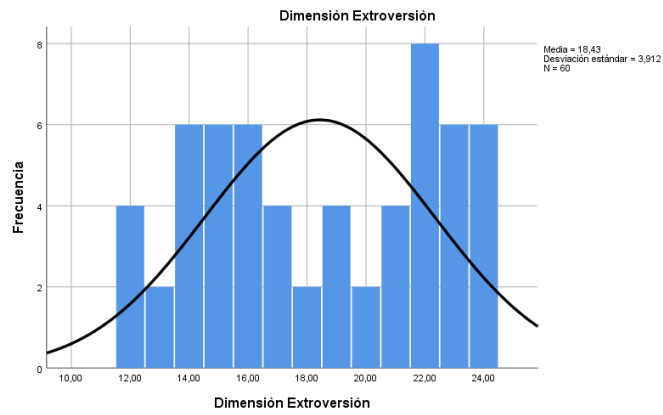
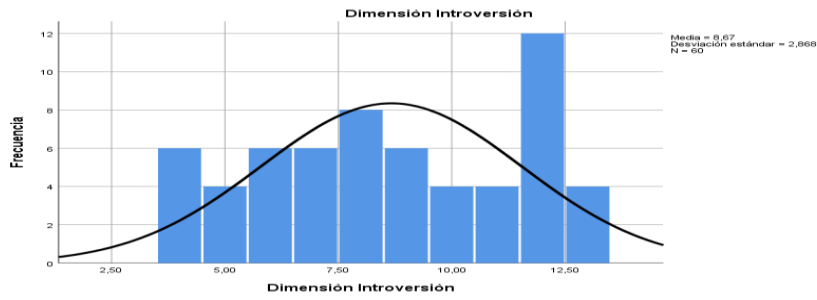
FIGURA N° 06: Centrado en la evitación



Fuente: Cuadro N°06

c) 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:

Cuadro N° 08
Estadísticos Asimetrías y Curtosis

		Estadísticos			
		Dimensión	Dimensión	Estres	Estres
		Introversión	Extroversión	Introversión	Extroversión
N	Válido	60	60	60	60
	Perdidos	0	0	0	0
Asimetría		-,090	-,060	,240	-,432
Error estándar de asimetría		,309	,309	,309	,309
Curtosis		-1,233	-1,409	-1,139	-,641
Error estándar de curtosis		,608	,608	,608	,608

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:

Cuadro N° 09

Prueba de Kolmogorov – Smirnov para una sola muestra

		Prueba de Kolmogorov-Smirnov para una muestra			
		Dimensión Introversión	Dimensión Extroversión	Estres Introversión	Estres Extroversión
N		60	60	60	60
Parámetros normales ^{a,b}	Media	8,6667	18,4333	5,8000	7,1333
	Desv. Desviación	2,86810	3,91159	2,59596	2,04580
Máximas diferencias extremas	Absoluto	,144	,152	,123	,174
	Positivo	,092	,133	,123	,093
	Negativo	-,144	-,152	-,102	-,174
Estadístico de prueba		,144	,152	,123	,174
Sig. asintótica(bilateral)		,003 ^c	,001 ^c	,025 ^c	,000 ^c

a. La distribución de prueba es normal.

b. Se calcula a partir de datos.

c. Corrección de significación de Lilliefors.

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 paramétricos como la Correlación Producto Momento de Pearson que se utiliza cuando las variables son numéricas y tienen una distribución normal.

9.2. Estadística Inferencial

a) Comprobación Hipótesis Específica 1

Esta hipótesis planteaba que existe relación positiva y significativa entre el tipo de personalidad extrovertido y el estrés.

El SPSS arrojó la siguiente información básica:

Cuadro N°10
Estadística Descriptivo Básica

	Media	Desv. Desviación	N
Dimensión Extroversión	18,4333	3,91159	60
Estres Extroversión	7,1333	2,04580	60

Fuente: Elaboración propia

A continuación se solicitó la correlación entre las dos variables:

Correlaciones			
		Dimensión Extroversión	Estres Extroversión
Dimensión Extroversión	Correlación de Pearson	1	,713**
	Sig. (bilateral)		,000
	N	60	60
Estres Extroversión	Correlación de Pearson	,713**	1
	Sig. (bilateral)	,000	
	N	60	60

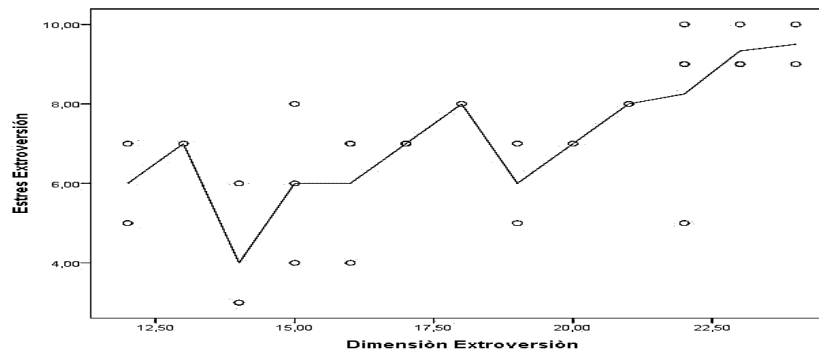
** La correlación es significativa en el nivel 0,01 (bilateral).

Fuente: Elaboración propia

Se encontró una correlación positiva y significativa entre la Dimensión Extroversión y el estrés (0.71).

Esto significa que al incrementarse la extroversión de la persona se incrementa su manejo del estrés. Esto se puede apreciar en el siguiente gráfico:

Figura 7
Dimensión Extroversión y manejo del estrés



Fuente: Elaboración propia

b) Comprobación Hipótesis Específica 2

Esta hipótesis planteaba que existe relación negativa y significativa entre el tipo de personalidad introvertido y sus probabilidades de afrontar el estrés.

El SPSS arrojó la siguiente información básica:

Cuadro N°11

Estadística Descriptivo Básica

Estadísticos descriptivos			
	Media	Desv. Desviación	N
Dimensión Introversión	8,6667	2,86810	60
Estres Introversión	5,8000	2,59596	60

Fuente: Elaboración propia

A continuación se solicitó la correlación entre las dos variables:

Correlaciones			
		Dimensión Introversión	Estres Introversión
Dimensión Introversión	Correlación de Pearson	1	-,915**
	Sig. (bilateral)		,000
	N	60	60
Estres Introversión	Correlación de Pearson	-,915**	1
	Sig. (bilateral)	,000	
	N	60	60

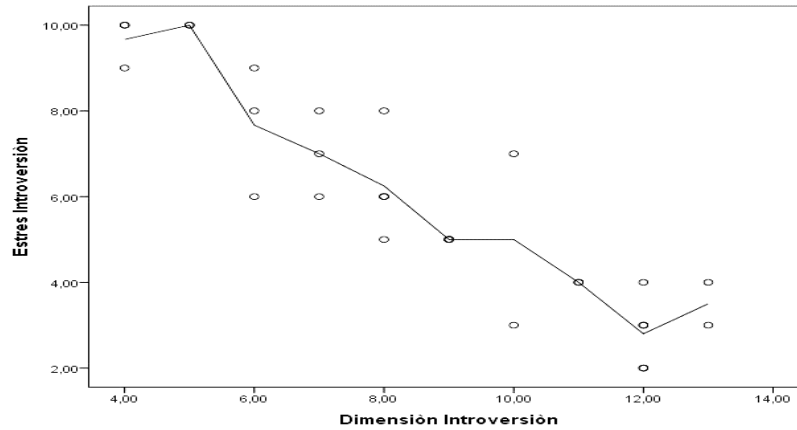
** . La correlación es significativa en el nivel 0,01 (bilateral).

Fuente: Elaboración propia

Se encontró una correlación negativa y significativa entre la Dimensión Introversión y el estrés (-0.91).

Esto significa que al incrementarse la introversión de la persona disminuye significativamente el manejo del estrés. Esto se puede apreciar en el siguiente gráfico:

Figura 7
Dimensión Introversión y manejo del estrés



Fuente: Elaboración propia

c) Comprobación Hipótesis General

La Hipótesis General planteaba que existe relación significativa entre las dimensiones de personalidad evaluadas por el Cuestionario B de Eysenck y el estrés evaluado por el test de Carver en jóvenes universitarios de 20 a 30 años de edad de las especialidades de Enfermería, Tecnología Médica y Psicología. Iquitos. 2022. El SPSS arrojó la siguiente información básica:

Cuadro N°12

Estadística Descriptiva Básica

	Media	Desv. Desviación	N
Dimensión Introversión	8,6667	2,86810	60
Dimensión Extroversión	18,4333	3,91159	60
Estres Introversión	5,8000	2,59596	60
Estres Extroversión	7,1333	2,04580	60

Fuente: Elaboración propia

Cuadro N°13

Correlación Dimensión Introversi3n – Extroversi3n y estr3s en la muestra general

Correlaciones

		Dimensi3n Introversi3n	Dimensi3n Extroversi3n	Estres Introversi3n	Estres Extroversi3n
Dimensi3n Introversi3n	Correlaci3n de Pearson	1	,877**	-,915**	,770**
	Sig. (bilateral)		,000	,000	,000
	N	60	60	60	60
Dimensi3n Extroversi3n	Correlaci3n de Pearson	,877**	1	-,893**	,713**
	Sig. (bilateral)	,000		,000	,000
	N	60	60	60	60
Estres Introversi3n	Correlaci3n de Pearson	-,915**	-,893**	1	-,786**
	Sig. (bilateral)	,000	,000		,000
	N	60	60	60	60
Estres Extroversi3n	Correlaci3n de Pearson	,770**	,713**	-,786**	1
	Sig. (bilateral)	,000	,000	,000	
	N	60	60	60	60

** La correlaci3n es significativa en el nivel 0,01 (bilateral).

Fuente: Elaboraci3n propia

Se encontr3 que la Dimensi3n Introversi3n – Extroversi3n correlaciona significativamente con el estr3s. En el caso de la extroversi3n correlaciona positivamente con el estr3s (0.71), mientras que la introversi3n correlaciona negativamente con el estr3s (-0.91). Se consider3 comprobada la Hip3tesis General.

10. Discusión

El estrés, como señala Carver (1989), es un fenómeno multivariable que resulta de la relación conflictiva entre la persona y los eventos de su medio. Estos eventos al ser evaluados como desmesurados o amenazantes para su capacidad de respuesta, ponen en riesgo su estabilidad emocional. En este contexto, las formas que asume la personalidad del sujeto para responder a la situación estresante son las diferentes respuestas conductuales, cognitivas y emocionales empleadas para asumir, manejar y tolerar al estrés, permitiendo reducir la tensión emocional y restablecer el equilibrio psíquico.

Los resultados de la presente investigación son similares a la realizada por Melgarejo (2018) quien en su investigación encontró que una de las formas más efectivas de relacionarse con el estrés es el afrontamiento centrado en el problema. Este sistema de relacionarse con el estrés es el más utilizado y el más efectivo. Este sistema de afrontamiento centrado en el problema tiene como función la resolución de problemas, mediante el manejo de las demandas internas o ambientales que suponen una amenaza y descompensan la relación entre la persona y su entorno. Utiliza la modificación de las circunstancias problemáticas, o mediante la aportación de nuevos recursos que contrarresten el efecto aversivo de las condiciones ambientales, todo lo cual repercute positivamente en el bienestar psicológico. Esto se vincula significativamente con las aproximaciones teóricas de Lazarus y Folkman (1986), los que indican que, ante algunas circunstancias amenazantes para su estabilidad emocional, las personas con cierto nivel intelectual y grado de instrucción afrontan las dificultades de manera racional, tanto externas como internas. Esto implica concebir que la reacción de una persona ante las dificultades que experimenta consiste en asumir un proceso de modificación y adecuación emocional permanente, además de interactuar activamente con las circunstancias específicas de cada medio ambiente.

Existen, para las personas, dos clases de modos de relacionarse con el estrés:

- 1) Los que abordan directamente el problema para resolverlo (Estrategia centrada en el problema).

- 2) Los que se recurren a la emoción a fin de atenuar la angustia experimentada.
(Estrategia centrada en las emociones)

Ambos modos pueden coexistir de una forma no necesariamente conflictiva. Algunos investigadores encuentran que las estrategias dirigidas al problema serían más saludables que las dirigidas a la emoción; otros, en cambio consideran que la eficacia de los modos de afrontamiento dependerá de la intensidad del estrés generado por el problema, 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 efectivas.

El estudio de Gonzales Giraldo (2017) sobre personalidad y estrés en estudiantes de Psicología, constituye un antecedente importante. Demuestra que las personas con tipo de personalidad introvertidas tienen mayores probabilidades de fracasar al relacionarse con el estrés. Inversamente, las personas con tipo de personalidad extrovertidas tienen mayores probabilidades de relacionarse positivamente con el estrés.

En este estudio se pretendió demostrar que las personas de tipo de personalidad introvertidas tienen mayores probabilidades de fallar en su relación con el estrés y, por contraposición, que las personas con tipo de personalidad extrovertidas tienen mejores probabilidades de afrontar el estrés. A lo largo de este estudio se relacionan los tipos de personalidad introvertida y el manejo del estrés. Mientras que el tipo de personalidad introvertido y el manejo del estrés. Esta investigación utilizó como instrumento el Inventario de Personalidad de Eysenck EPQ – R (Eysenck, 1991) y el Cuestionario de afrontamiento del estrés CAE de Sandin (1999).

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), 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 (2009), 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 (1993), el cual reporta que cuando la ansiedad afecta a las personas racionales éstas suelen actuar más emocional que racionalmente.

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.

11. Conclusiones

a) Comprobación Hipótesis Específica 1

Esta hipótesis planteaba que existe relación positiva y significativa entre el tipo de personalidad extrovertido y el estrés. Se encontró una correlación positiva y significativa entre la Dimensión Extroversión y el estrés (0.71). Esto significa que al incrementarse la extroversión de la persona se incrementa su manejo del estrés.

b) Comprobación Hipótesis Específica 2

Esta hipótesis planteaba que existe relación negativa y significativa entre el tipo de personalidad introvertido y sus probabilidades de afrontar el estrés. Se encontró una correlación negativa y significativa entre la Dimensión Introversión y el estrés (-0.91). Esto significa que al incrementarse la introversión de la persona disminuye significativamente su manejo del estrés.

c) Comprobación Hipótesis General

La Hipótesis General planteaba que existe relación significativa entre las dimensiones de personalidad Introversión – Extroversión evaluadas por el Cuestionario B de Eysenck y el estrés evaluado por el test de Carver en jóvenes universitarios de 20 a 30 años de edad de las especialidades de Enfermería, Tecnología Médica y Psicología. Iquitos. 2022. Se encontró que la Dimensión Introversión – Extroversión correlaciona significativamente con el estrés. En el caso de la extroversión correlaciona positivamente con el estrés (0.71), mientras que la introversión correlaciona negativamente con el estrés (-0.91). Se consideró comprobada la Hipótesis General.

12. Recomendaciones

1. Efectuar un previo diagnóstico del tipo de personalidad predominante en los integrantes de los grupos de estudio que puedan conformarse al interior del centro académico.
2. Efectuar un previo diagnóstico del tipo de estrés predominante en los integrantes de los grupos de estudio que puedan conformarse al interior del centro académico.
3. Desarrollar charlas, talleres, fórums y conversatorios sobre la importancia y ventajas de reducir o manejar el estrés según sea el caso y sus positivas repercusiones en los planos del rendimiento académico, desempeño laboral y equilibrio en general.
4. Difundir las ventajas y potenciales riesgos de la aplicación de las “Estrategias Centradas en el Problema”, “Estrategias Centradas en la Emoción” y de las “Estrategias Centradas en la Evitación”.
5. Realizar evaluaciones permanentes de los niveles de estrés, tanto de docentes como de alumnos así como de los rasgos de personalidad, a fin de aplicar los criterios pertinentes para el logro de una mejor adaptación emocional y social de los involucrados.

13. Referencias Bibliográficas

- Aldwin Carolyn M. (1993) Coping With Traumatic Stress. PTSD Research Quarterly.;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.
- 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.
- Bohner B, McEwen G, Blanco J, Feeks E. (1992): Psychiatric diagnoses aboard an aircraft carrier. Aviat Space Environ Med; 63: 1015-8
- Bowers Clint A, Weaver Jeanne L, Morgan Ben B. (1996), 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;. pp. 163–92.
- Carver, 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, 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. (2000) Never the Twain Shall Meet? Closing the Gap Between Coping Research and Clinical Intervention Research. American Psychologist.;55:655–64.

- Dewe, P. y Cooper, C. (2012), 'Bienestar y trabajo: hacia una agenda equilibrada', Houndmills, Basingstoke, Palgrave-Macmillan.
- Folkman, S. & Lazarus, R. (1984), 'Stress, appraisal and coping', Nueva York, Springer.
- Folkman, S. (2001), '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, , 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.
- 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.
<https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=4923985>
- García Ferrando M. (1993) La encuesta. En: Garcia M, Ibáñez J, Alvira F. El análisis de la realidad social. Métodos y técnicas de Investigación. Madrid: Alianza Universidad Textos,; p. 141-70.,
- Gijsbers van Wijk CM, Kolk AM, van den Bosch WJ (1995), 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.;40:597–611.
- Gonzales Giraldo, G. H. (2017). Tipos de Personalidad y Afrontamiento del Estrés en Estudiantes Universitarios de Psicología.
- Grau MJ, Martin C, Portero D. (1993) Estrés, ansiedad, personalidad resultados de las investigaciones cubanas efectuadas sobre la base del enfoque personal. Rev Interamericana de Psicología.;27(1):37-57.
- Hombrados, María Isabel (1999) Estrés y salud, Valencia: Promolibro, pp. 9-38.

- 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. (1994) 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*.;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>
- 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 RS y 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 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.
- Lopez Rosetti, D. (2021). ¿Cuál es la relación entre la personalidad y el estrés? Infobae. <https://www.infobae.com/america/tendencias-america/2021/08/16/cual-es-la-relacion-entre-la-personalidad-y-el-estres/>
- Mason JW. (1968) A review of psychoendocrine research on the pituitary–adrenal cortical system. *Psychosomatic Medicine*.;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 (1993): Clients, problems and diagnoses in a military community mental health clinic: a 20-month study. *Milit Med*; 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.
- Mella, J., López, Y., Sáez, Y., Del Valle, M. (2020). Estrategias de afrontamiento en apoderados durante el confinamiento por la Covid19. *Revista CienciAmérica*, 9(2), 1-12. <http://cienciamerica.uti.edu.ec/openjournal/index.php/uti/article/view/324>
- 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.
- 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.
- Oasca, 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
- 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. (1986) Approach, Avoidance, and Coping With Stress. *American Psychologist*.;41:813–19.
- Sánchez Carlessi, H. (2005) Metodología y diseños en la investigación científica. Lima. HSC
- 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
- Sierra Bravo R. (1994) *Técnicas de Investigación social*. Madrid: Paraninfo.
- Somerfield MR, McCrae RR. (2000) Stress and Coping Research: Methodological Challenges, Theoretical Advances, and Clinical Applications. *American Psychologist*.;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.

14. Anexos

ANEXO 01

MATRIZ DE CONSISTENCIA

DIMENSIONES DE PERSONALIDAD INTROVERSIÓN – EXTROVERSIÓN Y SU RELACIÓN CON EL ESTRÉS EN JOVENES UNIVERSITARIOS DE LAS ESPECIALIDADES DE ENFERMERIA, TECNOLOGIA MÉDICA Y PSICOLOGÍA. IQUITOS. 2022

PROBLEMA	OBJETIVOS	HIPÓTESIS	VARIABLES	METODOLOGIA
<p>Problema General</p> <p>¿Existe relación entre extroversión – introversión y las posibilidades de afrontar el estrés?</p>	<p>Objetivo General</p> <p>Determinar la relación entre extroversión – introversión y las posibilidades de afrontar el estrés.</p> <p>Objetivo Específico 1</p>	<p>Hipótesis General</p> <p>Existe relación significativa entre las dimensiones de personalidad evaluadas por el Cuestionario B de Eysenck y el estrés evaluado por el test de Carver en jóvenes universitarios de 20 a 30 años de edad de las especialidades de Enfermería, Tecnología Médica y Psicología. Iquitos. 2022.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Variable 1. Dimensión Extroversión – Introversión. • Variable 2. Posibilidades de afrontar el estrés. 	<p>Investigación de tipo descriptivo. Investigación de nivel tecnológico. Diseño “no experimental”</p> <p>Muestra no paramétrica de tipo criterial. Estadística tipo Correlacional. 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>
<p>Problema Específico 1</p> <p>¿Existe relación positiva y significativa entre el tipo de personalidad extrovertido y sus probabilidades de afrontar el estrés?</p>	<p>Determinar si existe relación positiva y significativa entre el tipo de personalidad extrovertido y sus probabilidades de afrontar el estrés.</p> <p>Objetivo Específico 2</p>	<p>Hipótesis Específica 1</p> <p>Existe relación positiva y significativa entre el tipo de personalidad extrovertido y sus probabilidades de afrontar el estrés.</p>		
<p>Problemas Específico 2</p> <p>¿Existe relación negativa y significativa entre el tipo de personalidad introvertido y sus probabilidades de afrontar el estrés?</p>	<p>Determinar si existe relación negativa y significativa entre el tipo de personalidad introvertido y sus probabilidades de afrontar el estrés.</p>	<p>Hipótesis Específica 2</p> <p>Existe relación negativa y significativa entre el tipo de personalidad introvertido y sus probabilidades de afrontar el estrés.</p>		

ANEXO 02

CARTA DE PRESENTACION A LA INSTITUCIÓN PARA LA APLICACIÓN DEL ESTUDIO DE INVESTIGACIÓN



Lunes 20 de abril del 2022.

SEÑOR
DR.
Ricardo Chávez Chacaltana
Decano de la Facultad de Ciencias de la Salud
PRESENTE-

Presente.-

Asunto: Solicita autorización para aplicación y recolección de datos investigación

De mi mayor consideración:

Luego de recibir mis saludos y muestras de respecto, presento a Lady Ochoa de la Universidad Científica del Perú; quien desea aplicar el instrumento de su investigación titulada **DIMENSIONES DE PERSONALIDAD INTROVERSIÓN – EXTROVERSIÓN Y SU RELACIÓN CON EL ESTRÉS EN JOVENES UNIVERSITARIOS DE LAS ESPECIALIDADES DE ENFERMERÍA, TECNOLOGÍA MÉDICA Y PSICOLOGÍA. IQUITOS. 2022**, para ello solicito por su intermedio el permiso para realizar la aplicación de una encuesta a los moradores de dicho asentamiento humano que usted dirige., para poder así optar el título de Licenciado 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.



DOCENTE RESPONSABLE
Psic. JUAN ALFONSO MENDEZ DEL AGUILA, Mgr.

ANEXO 03

Carta de aceptación y consentimiento de la institución para trabajo de investigación



"Año del Fortalecimiento de la Soberanía Nacional"

San Juan Bautista, 03 de mayo de 2022

OFICIO N° 0105-2022 – FCS-UCP

Sr.
Psic. Juan Méndez Del Aguila Mgr.
Asesor Docente
Presente.

ASUNTO: *Acceder a la ejecución de estudio de investigación del Informe de trabajo de Programa de Suficiencia Profesional.*

Por la presente comunico a usted en relación a su solicitud de su estudio de investigación en Psicología titulado **DIMENSIONES DE PERSONALIDAD INTROVERSIÓN – EXTROVERSIÓN Y SU RELACIÓN CON EL ESTRÉS EN JOVENES UNIVERSITARIOS DE LAS ESPECIALIDADES DE ENFERMERIA, TECNOLOGIA MÉDICA Y PSICOLOGÍA. IQUITOS. 2022.** De la Bach en Psicología Lady Ruth Ocho Nuñez. Por lo que se autoriza de brindarle las facilidades para la ejecución y recolección de datos, para el desarrollo y aplicación de su tesis, la misma que redundara en beneficio de los jóvenes estudiante de esa casa superior de estudio.

Atentamente,


UNIVERSIDAD CIENTÍFICA DEL PERÚ
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
Mg. Ricardo V. Torres Chacabarro
RCC/MS

Anexo 04: Instrumento de recolección de datos

Ficha técnica del instrumento: Afrontamiento al estrés

Nombre del instrumento: Inventario de Afrontamiento al estrés Brief Cope-28

Autor(a) : Carver Ch. (1997), Adaptado 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 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

Validez y confiabilidad

El proceso de validación se llevó a cabo por Lévano (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.

A continuación, se menciona una serie de conductas y sentimientos que exteriorizan las personas. Señale **CON QUÉ FRECUENCIA SE PRESENTAN EN USTED**. Trate de ser lo más sincero posible:

N°	INDICADORES	NIVELES				
		CASI NUNCA	RARA VEZ	A VECES	CON FRECUENCIA	SIEMPRE
1.	ME SIENTO A PUNTO DE EXPLOTAR	1	2	3	4	5
2.	ME SIENTO MELANCOLICO	1	2	3	4	5
3.	SOY FELIZ	1	2	3	4	5
4.	MI CONCENTRACION DECAE	1	2	3	4	5
5.	ME SIENTO CANSADO	1	2	3	4	5
6.	SUFRO DE DOLORS DE CABEZA	1	2	3	4	5
7.	TENGO DIFICULTADES PARA DORMIR	1	2	3	4	5
8.	ME MUESTRO IRRITABLE	1	2	3	4	5
9.	SUFRO DE DIFICULTADES ESTOMACALES	1	2	3	4	5
10.	TOMO LAS COSAS MUY A PECHO	1	2	3	4	5
Totales (Sumar las columnas)						

El instrumento utilizado para la presente investigación es el Cuestionario COPE, elaborado por Carver, Scheiry Weintraub en 1989, este cuestionario permite evaluar las formas o estilos de afrontamiento que utiliza la gente ante eventos estresantes. El análisis psicométrico se realizó por medio de la correlación ítem-test corregida, implica que el ítem se compara con la prueba sin incluirse. La consistencia interna se estableció utilizando el coeficiente de confiabilidad Alfa de Cronbach.

INSTRUMENTOS DE INVESTIGACIÓN

1) INVENTARIO DE PERSONALIDAD EYSENCK FORMA B CUESTIONARIO

INSTRUCCIONES

Aquí tienes algunas preguntas sobre el modo como usted se comporta, siente y actúa. Después de cada pregunta, conteste en la hoja de respuestas con un "SI" o con una "NO" según sea su caso.

Trate de decir "SI" o "NO" representa su modo usual de actuar o sentir, entonces, ponga un aspa o cruz en el círculo debajo de la columna "SI" o "NO" de su hoja de respuestas. Trabaje rápidamente y no emplee mucho tiempo en cada pregunta; queremos su primera reacción, en un proceso de pensamiento prolongado.

El cuestionario total no debe de tomar más que unos pocos minutos. Asegúrese de omitir alguna pregunta.

Ahora comience. Trabaje rápidamente y recuerde de contestar todas las preguntas. No hay contestaciones "correctas" ni "incorrectas" y esto no es un test de inteligencia o habilidad, sino simplemente una medida de la forma como usted se comporta.

CUESTIONARIO	SI	NO
1. ¿Le gusta abundancia de excitación y bullicio a su alrededor?		
2. ¿Tiene a menudo un sentimiento de intranquilidad, como si quisiera algo, pero sin saber que?		
3. ¿Tiene casi siempre una contestación lista a la mano cuando se le habla?		
4. ¿Se siente algunas veces feliz, algunas veces triste, sin una razón real?		
5. ¿Permanece usualmente retraído (a) en fiestas y reuniones?		
6. Cuando era niño(a) ¿hacia siempre inmediatamente lo que le decían, sin refunfuñar?		
7. ¿Se enfada o molesta a menudo?		
8. Cuando lo(a) meten a una pelea ¿prefiere sacar los trapitos al aire de una vez por todas, en vez de quedar callado(a) esperando que las cosas se calmen solas?		
9. ¿Es usted triste, melancólico (a)?		
10. ¿Le gusta mezclarse con la gente?		
11. ¿A perdido a menudo el sueño por sus preocupaciones?		
12. ¿Se pone a veces malhumorado (a)?		
13. ¿Se catalogaría a si mismo(a) como despreocupado (a) o confiado a su buena suerte?		
14. ¿Se decide a menudo demasiado tarde?		
15. ¿Le gusta trabajar solo (a)?		
16. ¿Se ha sentido a menudo apático (a) y cansado(a) sin razón?		
17. ¿Es por lo contrario animado(a) y jovial?		
18. ¿Se ríe a menudo de chistes groseros?		
19. ¿Se siente a menudo hastiado(a), hartó, fastidiado?		
20. ¿Se siente incomodo(a) con vestidos que no son del diario?		
21. ¿Se distrae (vaga su mente) a menudo cuando trata de prestar atención a algo?		
22. ¿Puede expresar en palabras fácilmente lo que piensa?		
23. ¿Se abstrae (se pierde en sus pensamientos) a menudo?		
24. ¿Esta completamente libre de prejuicios de cualquier tipo?		
25. ¿Le gusta las bromas?		
26. ¿Piensa a menudo en su pasado?		
27. ¿Le gusta mucho la buena comida?		
28. Cuando se fastidia ¿necesita algún(a) amigo(a) para hablar sobre ello?		
29. ¿Le molesta vender cosas o pedir dinero a la gente para alguna buena causa?		
30. ¿Alardea (se jacta) un poco a veces?		
31. ¿Es usted muy susceptible (sensible) por algunas cosas?		
32. ¿Le gusta mas quedarse en casa, que ir a una fiesta aburrida?		
33. ¿Se pone a menudo tan inquieto(a) que no puede permanecer sentado(a) durante mucho rato en una silla?		
34. ¿Le gusta planear las cosas, con mucha anticipación?		
35. ¿Tiene a menudo mareos (vértigos)?		
36. ¿Contesta siempre una carta personal, tan pronto como puede, después de haberla leído?		
37. ¿Hace usted usualmente las cosas mejor resolviéndolas solo(a) que hablando a otra persona sobre ello?		
38. ¿Le falta frecuentemente aire, sin haber hecho un trabajo pesado?		
39. ¿Es usted generalmente una persona tolerante, que no se molesta si las cosas no están perfectas?		

40. ¿Sufre de los nervios?		
41. ¿Le gustaría mas planear cosas, que hacer cosas?		
42. ¿Deja algunas veces para mañana. Lo que debería hacer hoy día?		
43. ¿Se pone nervioso(a) en lugares tales como ascensores, trenes o túneles?		
44. Cuando hace nuevos amigos(as) ¿es usted usualmente quien inicia la relación o invita a que se produzca?		
45. ¿Sufre fuertes dolores de cabeza?		
46. ¿Siente generalmente que las cosas se arreglaran por si solas y que terminaran bien de algún modo?		
47. ¿Le cuesta trabajo coger el sueño al acostarse en las noches?		
48. ¿Ha dicho alguna vez mentiras en su vida?		
49. ¿Dice algunas veces lo primero que se le viene a la cabeza?		
50. ¿Se preocupa durante un tiempo demasiado largo, después de una experiencia embarazosa?		
51. ¿Se mantiene usualmente hénrico(a) o encerrado (a) en si mismo(a), excepto con amigos muy íntimos?		
52. ¿Se crea a menudo problemas, por hacer cosas sin pensar?		
53. ¿Le gusta contar chistes y referir historias graciosas a sus amigos?		
54. ¿Se le hace más fácil ganar que perder un juego?		
55. ¿Se siente a menudo demasiado consciente de si mismo(a) o poco natural cuando esta con sus superiores?		
56. Cuando todas las posibilidades están contra usted, ¿piensa aun usualmente que vale la pena intentar?		
57. ¿Siente "sensaciones" en el abdomen, antes de un hecho importante?		

CLAVE DE CALIFICACION:

De cada una de las respuestas posibles SI o NO califique solo una, cada ítem califica solo una dimensión. La clave le damos poniendo el número del ítem, la respuesta que da un punto y la dimensión que mide:

1. Si E	30. No L
2. Si N	31. Si N
3. Si E	32. No E
4. Si N	33. Si N
5. No E	34. No E
6. Si L	35. Si N
7. Si N	36. Si L
8. Si E	37. No E
9. Si N	38. Si N
10. Si E	39. Si E
11. Si N	40. Si N
12. No L	41. No E
13. Si E	42. No L
14. Si N	43. Si N
15. No E	44. Si E
16. Si N	45. Si N
17. Si E	46. Si E
18. No L	47. Si N
19. Si N	48. No L
20. No E	49. Si E
21. Si N	50. Si N
22. Si E	51. No E
23. Si N	52. Si N
24. Si L	53. Si E
25. Si E	54. No L
26. Si N	55. Si N
27. Si E	56. Si E
28. Si N	57. Si N
29. No E	