



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

TESIS

**“ESTRATEGIAS DE AFRONTAMIENTO AL ESTRÉS EN
TRABAJADORES DEL CENTRO DE SALUD I-3, CIUDAD DE
IQUITOS, 2024”**

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

AUTORA : Bach. Psic. Anita Lucía Gaviria Tello

**ASESORES : Obst. Karina Jill Gonzales Sánchez Moreno, Mgr.
Lic. Psic. Jimmy Bladimir Muñoz Jimenez**

REGIÓN LORETO, PERÚ

2024

“Año del Bicentenario, de la consolidación de nuestra Independencia, y de la conmemoración de las heroicas batallas de Junín y Ayacucho”

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

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

Hace constar que:

La Tesis titulada:

**“ESTRATEGIAS DE AFRONTAMIENTO AL ESTRÉS EN
TRABAJADORES DEL CENTRO DE SALUD I-3,
CIUDAD DE IQUITOS, 2024”**

De la alumna: **ANITA LUCIA GAVIRIA TELLO**, de la Facultad de Ciencias de la Salud, pasó satisfactoriamente la revisión por el Software Antiplagio, con un porcentaje de **12% de similitud**.

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

San Juan, 05 de setiembre del 2024.



Mgr. Arq. Jorge L. Tapullima Flores
Presidente del Comité de Ética – UCP

UCP_PSICOLOGÍA_2024_T_ANITAGAVIRIA_VI_RESUMEN

12%
Textos sospechosos



- 10% **Similitudes**
5% similitudes entre comillas
0% entre las fuentes mencionadas
- 2% **Idiomas no reconocidos**
- 0% **Textos potencialmente generados por la IA**

Nombre del documento: UCP_PSICOLOGÍA_2024_T_ANITAGAVIRIA_VI_RESUMEN.pdf
ID del documento: caa750ab6f4ffad47615581ef87c8ee41c79660a
Tamaño del documento original: 463,36 kB
Autores: []

Depositante: Chris Angela Ramirez Flores
Fecha de depósito: 31/8/2024
Tipo de carga: interface
fecha de fin de análisis: 2/9/2024

Número de palabras: 9709
Número de caracteres: 64.687

Ubicación de las similitudes en el documento:



Fuentes principales detectadas

| Nº | Descripciones | Similitudes | Ubicaciones | Datos adicionales |
|----|---|-------------|-------------|--|
| 1 | repositorio.ucp.edu.pe 4 fuentes similares | 5% | | Palabras idénticas: 5% (438 palabras) |
| 2 | repositorio.ucv.edu.pe 1 fuente similar | 1% | | Palabras idénticas: 1% (128 palabras) |
| 3 | repositorio.ucv.edu.pe Estrategias de afrontamiento al estrés en tiempos de pan... 1 fuente similar | 1% | | Palabras idénticas: 1% (119 palabras) |
| 4 | repositorio.pucesa.edu.ec 38 fuentes similares | < 1% | | Palabras idénticas: < 1% (81 palabras) |
| 5 | repositorio.upla.edu.pe 37 fuentes similares | < 1% | | Palabras idénticas: < 1% (74 palabras) |

Fuentes con similitudes fortuitas

| Nº | Descripciones | Similitudes | Ubicaciones | Datos adicionales |
|----|---|-------------|-------------|--|
| 1 | Documento de otro usuario #d4f588 El documento proviene de otro grupo | < 1% | | Palabras idénticas: < 1% (36 palabras) |
| 2 | repositorio.uta.edu.ec | < 1% | | Palabras idénticas: < 1% (36 palabras) |
| 3 | repositorio.continental.edu.pe | < 1% | | Palabras idénticas: < 1% (36 palabras) |
| 4 | repositorio.upch.edu.pe | < 1% | | Palabras idénticas: < 1% (29 palabras) |
| 5 | repositorio.upch.edu.pe | < 1% | | Palabras idénticas: < 1% (32 palabras) |

ACTA DE SUSTENTACIÓN DE TESIS

Con Resolución Decanal N° 176-2024-UCP-FCS, del 14 de mayo de 2024, la Facultad de Ciencias de la Salud, de la UNIVERSIDAD CIENTÍFICA DEL PERÚ – UCP, designa como jurado evaluador y dictaminador de la sustentación de tesis a los señores:

| | |
|--|-------------------|
| Dr. Carlos Enrique Calloapaza Valladares | Presidente |
| Psic. Mgr. Oswaldo Bartolomé Pro Concepción | Miembro |
| Psic. Elizabeth Guillen Galdós | Miembro |

Como asesor: **Obst. Karina Jill Gonzales Sánchez Moreno asesora interna y Psic. Jimmy Bladimir Muñoz Jiménez asesor externo.**

En la ciudad de Iquitos, siendo la 11:00 a.m. horas, del día miércoles 18 de setiembre de 2024, en las instalaciones de la Universidad Científica del Perú, supervisado por el secretario académico, se constituyó el jurado para escuchar la sustentación y defensa de la tesis **ESTRATEGIAS DE AFRONTAMIENTO AL ESTRÉS EN TRABAJADORES DEL CENTRO DE SALUD I -3, CIUDAD DE IQUITOS, 2024.**

Presentado por la sustentante:

ANITA LUCIA GAVIRIA TELLO

Como requisito para optar el TÍTULO PROFESIONAL de **LICENCIADA EN PSICOLOGÍA.**

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: **APROBADA POR UNANIMIDAD**

En fe de lo cual los miembros del jurado firman el acta.


Dr. Carlos Enrique Calloapaza Valladares
Presidente


Psic. Mgr. Oswaldo Bartolomé Pro Concepción
Miembro


Psic. Elizabeth Guillen Galdós
Miembro

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

HOJA DE APROBACION

TESIS, DENOMINADO: ESTRATEGIAS DE AFRONTAMIENTO AL ESTRÉS EN TRABAJADORES DEL CENTRO DE SALUD I -3, CIUDAD DE IQUITOS, 2024.

FECHA DE SUSTENTACION: 18 DE SETIEMBRE DE 2024.



Dr. Carlos Enrique Calloapaza Valladares
Presidente



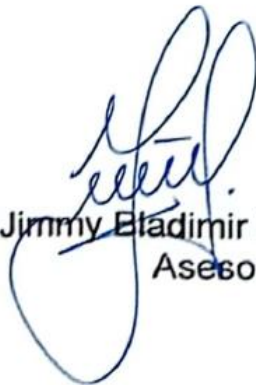
Psic. Mgr. Oswaldo Bartolomé Pro Concepción
Miembro



Psic. Elizabeth Guillen Galdós
Miembro



Obst. Karina Jill González Sánchez Moreno
Asesora



Psic. Jimmy Eladimir Muñoz Jiménez
Asesor

DEDICATORIA

A la vida...

Por haber cruzado en mí camino una opción por el cambio, para salir adelante y ser quien soy. A mis Padres... A mi Madre por estar siempre ahí con su apoyo incondicional, dedicación, esmero y confianza.

A mi padre, por su apoyo, dirigido siempre al alcance de esta meta, por sus palabras de aliento en los momentos más difíciles.

Y, sobre todo, a mi amada hija, mi fuente de superación y razón de cada sacrificio mío para su bienestar.

Anita Lucía Gaviria Tello

AGRADECIMIENTO

El agradecimiento al Dios que nos habita, por brindarnos la guía y las herramientas oportunas para construir la historia de vida.

Gracias a mí misma/o por confiar y no desfallecer mientras las circunstancias eran adversas.

A todas las personas involucradas que nos ayudaron a cumplir este objetivo, gracias.

Anita Lucía Gaviria Tello

ÍNDICE DE CONTENIDO

| | |
|--|-----------|
| Portada | |
| Constancia de originalidad | ii |
| Acta de sustentación | iv |
| Hoja de aprobación | v |
| Dedicatoria | vi |
| Agradecimiento | vii |
| Índice de contenido | viii |
| Índice de cuadros y tablas | ix |
| Resumen | xi |
| Abstract | xii |
| Capítulo I. Marco teórico | 13 |
| 1.1. Antecedentes de estudio | 13 |
| 1.2. Bases teóricas | 18 |
| 1.2.1. Afrontamiento al estrés | 18 |
| 1.2.1.1. Definición de afrontamiento al estrés | 18 |
| 1.2.1.2. Dimensión de afrontamiento al estrés | 20 |
| 1.2.2. Definición de términos básicos | 22 |
| Capítulo II. Planteamiento de problema | 23 |
| 2.1. Descripción del problema | 23 |
| 2.2. Formulación del problema | 25 |
| 2.2.1. Problema general | 25 |
| 2.2.2. Problemas específicos | 25 |
| 2.3. Objetivos | 25 |
| 2.3.1. Objetivo general | 25 |
| 2.3.2. Objetivos específicos | 25 |
| 2.4. Justificación de la investigación | 26 |
| 2.5. Hipótesis | 27 |
| 2.6. Variables | 27 |
| 2.6.1. Identificación de variables | 27 |
| 2.6.2. Definición conceptual y operacional de las variables | 27 |
| 2.6.3. Operacionalización de las variables | 28 |
| Capítulo III. Metodología | 29 |
| 3.1. Tipo y diseño de investigación | 29 |
| 3.2. Población y muestra | 29 |
| 3.3. Técnicas, instrumentos, recolección de datos | 30 |
| 3.4. Procesamiento y análisis de datos | 33 |
| 3.5. Aspectos éticos | 33 |
| Capítulo IV. Resultados | 34 |
| Capítulo V. Discusión, conclusiones y recomendaciones | 56 |
| 5.1. Discusión | 56 |
| 5.2. Conclusiones | 58 |
| 5.3. Recomendaciones | 60 |
| Referencias bibliográficas | 61 |
| Anexos | 65 |
| Anexo N° 1: Matriz de consistencia | |
| Anexo N° 2: Consentimiento informado | |
| Anexo N° 3: Instrumentos de recolección de datos | |

ÍNDICE DE CUADROS Y TABLAS

| TÍTULO | Pág. |
|--|------|
| Cuadro 1. <i>Variable afrontamiento al estres</i> | 28 |
| Cuadro 2. <i>Especificaciones del cuestionario de afrontamiento al estres</i> | 32 |
| Cuadro 3. <i>Niveles y rasgos del cuestionario de modos de afrontamiento al estrés</i> | 32 |
| Tabla 1. <i>Estilos de afrontamiento – Trabajadores del Centro de Salud I-3 “San Antonio de Iquitos”.</i> | 34 |
| Tabla 2. <i>Afrontamiento directo – Trabajadores del Centro de Salud I-3 “San Antonio de Iquitos”.</i> | 35 |
| Tabla 3. <i>Planificación de actividades – Trabajadores del Centro de Salud I-3 “San Antonio de Iquitos”.</i> | 36 |
| Tabla 4. <i>Supresión de actividades – Trabajadores del Centro de Salud I-3 “San Antonio de Iquitos”.</i> | 37 |
| Tabla 5. <i>Postergación – Trabajadores del Centro de Salud I-3 “San Antonio de Iquitos”.</i> | 38 |
| Tabla 6. <i>Búsqueda de soporte social – Trabajadores del Centro de Salud I-3 “San Antonio de Iquitos”.</i> | 39 |
| Tabla 7. <i>Búsqueda de soporte emocional – Trabajadores del Centro de Salud I-3 “San Antonio de Iquitos”.</i> | 40 |
| Tabla 8. <i>Reinterpretación – Trabajadores del Centro de Salud I-3 “San Antonio de Iquitos”.</i> | 41 |
| Tabla 9. <i>Aceptación – Trabajadores del Centro de Salud I-3 “San Antonio de Iquitos”.</i> | 42 |
| Tabla 10. <i>Retorno a la religión – Trabajadores del Centro de Salud I-3 “San Antonio de Iquitos”.</i> | 43 |
| Tabla 11. <i>Análisis de emociones – Trabajadores del Centro de Salud I-3 “San Antonio de Iquitos”.</i> | 44 |
| Tabla 12. <i>Negación – Trabajadores del Centro de Salud I-3 “San Antonio de Iquitos”.</i> | 45 |

| | | |
|-----------|---|----|
| Tabla 13. | <i>Conducta inadecuada – Trabajadores del Centro de Salud I-3 “San Antonio de Iquitos”.</i> | 46 |
| Tabla 14. | <i>Distracción – Trabajadores del Centro de Salud I-3 “San Antonio de Iquitos”.</i> | 47 |
| Tabla 15. | <i>Edad – Trabajadores del Centro de Salud I-3 “San Antonio de Iquitos”.</i> | 48 |
| Tabla 16. | <i>Sexo – Trabajadores del Centro de Salud I-3 “San Antonio de Iquitos”.</i> | 49 |
| Tabla 17. | <i>Profesión – Trabajadores del Centro de Salud I-3 “San Antonio de Iquitos”.</i> | 50 |
| Tabla 18. | <i>Tiempo de servicio – Trabajadores del Centro de Salud I-3 “San Antonio de Iquitos”.</i> | 51 |
| Tabla 19. | <i>Régimen laboral – Trabajadores del Centro de Salud I-3 “San Antonio de Iquitos”.</i> | 52 |
| Tabla 20. | <i>Estrategias de afrontamiento al estrés que frecuentemente utilizan los trabajadores del Centro de Salud I-3, ciudad de Iquitos, 2024, según dimensión “enfocado en el problema”.</i> | 53 |
| Tabla 21. | <i>Estrategias de afrontamiento al estrés que frecuentemente utilizan los trabajadores del Centro de Salud I-3, ciudad de Iquitos, 2024, según dimensión “enfocado en la emoción”.</i> | 54 |
| Tabla 22. | <i>Estrategias de afrontamiento al estrés que frecuentemente utilizan los trabajadores del Centro de Salud I-3, ciudad de Iquitos, 2024, según dimensión “Estrategias adicionales”.</i> | 55 |

RESUMEN

La presente investigación tuvo como objetivo Determinar las estrategias de afrontamiento al estrés en trabajadores del Centro de Salud I-3, ciudad de Iquitos, 2024. La investigación fue de tipo cuantitativo, de diseño no experimental; descriptivo simple, Esta investigación no requirió de hipótesis por ser un estudio descriptivo simple, la población estuvo conformada por 110 trabajadores de un centro de salud, siendo la muestra de 48 trabajadores, la técnica empleada fue la psicométrica y el instrumento el Cuestionario de Estilos de Afrontamiento COPE (Coping Estimation). Los resultados fueron: 91,7% (44) emplea el estilo “Enfocado en el problema” seguido del 87,5% (42) emplean también el estilo “Enfocado en la emoción”, ambos son empleados dependiendo de las circunstancias. Por otro lado, se observa que el 66,7% emplea “Otros estilos” pocas veces. Se concluye que los trabajadores del Centro de Salud I-3 “San Antonio de Iquitos”, si emplean estilos de afrontamiento al estrés específicamente el estilo “Enfocado en el problema”, aunque lo emplean dependiendo de las circunstancias, los resultados indican que los trabajadores emplean acciones directas dirigidas a alterar la situación problemática y minimizar las consecuencias negativas, de igual modo emplean el estilo “Enfocado en las emociones” dependiendo de las circunstancias, indicando que los trabajadores emplean acciones para regular las consecuencias emocionales negativas del problema, intentando aminorar su impacto.

Palabra clave: Afrontamiento al estrés.

ABSTRACT

The objective of this research was to determine the strategies for coping with stress in workers at the I-3 Health Center, city of Iquitos, 2024. The research was quantitative, with a non-experimental design; simple descriptive, This research did not require hypotheses because it was a simple descriptive study, the population was made up of 110 workers from a health center, the sample being 48 workers, the technique used was psychometric and the instrument was the Behavior Styles Questionnaire. Coping COPE (Coping Estimation). The results were: 91.7% (44) used the "Problem-Focused" style followed by 87.5% (42) also used the "Emotion-Focused" style, both of which are used depending on the circumstances. On the other hand, it is observed that 66.7% use "Other styles" rarely. It is concluded that the workers at the I-3 "San Antonio de Iquitos" Health Center do use stress coping styles, specifically the "Problem Focused" style, although they use it depending on the circumstances, the results indicate that the workers They use direct actions aimed at altering the problematic situation and minimizing the negative consequences, in the same way they use the "Focused on emotions" style depending on the circumstances, indicating that workers use actions to regulate the negative emotional consequences of the problem, trying to reduce their impact.

Keyword: Coping with stress.

Capítulo I. Marco Teórico

1.1. Antecedentes de estudio

Antecedentes de estudios internacionales

El presente estudio tiene como antecedentes internacionales a la investigación de **Ramírez, S. (2019)** en Ambato – Ecuador, quien buscó determinar la influencia del síndrome de desgaste profesional en las estrategias de afrontamiento en profesionales de la salud que laboran en los centros de salud del Distrito de 18D06, para ello, su investigación tuvo un enfoque cuantitativo, descriptivo y correlacional, siendo su población 95 profesionales de la salud y su muestra representada por la misma cantidad de la población, siendo la psicométrica su técnica y su instrumento el Cuestionario de Maslach Burnout Inventory (MBI) y la Escala de las Estrategias de Afrontamiento (CSI). Los resultados respecto a la variable estrategias de afrontamiento, un 57,9% obtuvo nivel bajo, el 36,8% nivel medio y solo un 5,3% obtuvo nivel alto, respecto a sus dimensiones, en cuanto a la autocrítica, el 44,2% obtuvo un nivel medio, en expresión emocional el 46,3% obtuvieron nivel medio, en pensamiento desiderativo el 45,3% se encuentra en nivel medio, en apoyo social el 53,7% se encuentra en un nivel medio, en reestructuración cognitiva un 47,4% se ubica en nivel medio, evitación del problema el 50,5% obtuvo nivel medio y en retirada social el 52,6% de la población en estudio obtuvo un nivel alto.

Cirami, L. et al. (2020) en Buenos Aires – Argentina, en su investigación buscó describir como profesionales de la salud despliegan sus estrategias de afrontamiento al estrés y relacionarlos con los niveles de estrés percibido y de sintomatología, para ello usó el método descriptivo correlacional, siendo su población y muestra conformada constituida por 150 profesionales de la salud, la técnica empleada fue la psicométrica y el instrumento el EEP, COPE-28 y la sub escala de sintomatología del CEMTAL y un cuestionario sociodemográfico, en sus resultados observó la

correlación positiva entre afrontamiento de evitación con el estrés percibido y la sintomatología.

Antecedentes de estudios nacionales

Respecto a los antecedentes nacionales, **Mansilla, L. y Zapata, M. (2021)** en Arequipa – Perú, estudió las “Estrategias de afrontamiento del estrés y servicio al cliente en trabajadores de un Hospital Infantil” a fin de buscar su relación entre afrontamiento del estrés y servicio al cliente, por ello su estudio fue correlación conformando su población con 44 trabajadores cuya muestra estuvo constituida por 26 profesionales del área de salud, la técnica que empleó fue la encuesta y el instrumento el cuestionario de afrontamiento del estrés – CAE. Sus resultados respecto a las estrategias de afrontamiento del estrés demuestran que:

La estrategia de afrontamiento más usada por parte del personal de salud es la de focalizado en la solución del problema (66%), perteneciente al tipo racional, le sigue reevaluación positiva (66%), búsqueda de apoyo (49,7%), evitación (49,4%), religión (46,5%), expresión emocional abierta (25,9%) y por última la estrategia de afrontamiento menos utilizada por el personal de salud es la de auto focalización negativa (23,9%), perteneciente al tipo emocional (p.34).

Abregú, J. (2019) en Lima – Perú, buscó “determinar las estrategias de afrontamiento al estrés en laboral en enfermeras(os) del servicio de medicina y especialidades en el hospital Daniel Alcides Carrión 2019”, su método fue cuantitativo, de corte transversal – descriptivo, su población y muestra estuvo constituida por 30 trabajadores de salud, siendo su técnica la encuesta y el instrumento el cuestionario. Los resultados indicaron que un 53% presentó un nivel bajo de afrontamiento al estrés, el 30% se ubicó en un nivel alto y solo el 17% obtuvo un nivel medio. Respecto a sus dimensiones, un 57% obtuvieron nivel bajo en focalización en la solución del problema, 60% nivel bajo en auto focalización negativa, 47% nivel bajo

en expresión emocional abierta, 50% obtuvo nivel alto en búsqueda de apoyo emocional y religión obtuvieron un alto con el 60%.

Chong, J. y Sáenz, M. (2021) en Lima – Perú, buscó “determinar las estrategias de afrontamiento al estrés en tiempos de pandemia del personal de emergencia de un hospital de Lima Sur, 2020, su estudio fue básico de tipo descriptivo no experimental – transversal, su población y muestra estuvo constituida por 80 trabajadores de salud, la técnica que empleo fue la encuesta y su instrumento el cuestionario. Los resultados fueron:

El personal utiliza la estrategia de afrontamiento dependiendo de las circunstancias un 37.5%, seguido de muy pocas veces la emplea un 35% y la utiliza de manera frecuente un 27.5% esta estrategia para enfrentar el estrés en tiempos de pandemia; en la dimensión centrado en el problema el 42,5%% de los trabajadores la emplean muy pocas veces, en la dimensión centrado en la emoción el 41,3% de los encuestados lo emplean muy pocas veces, en la dimensión centrado en la evitación del problema el 35% de los encuestados las emplean muy pocas veces (p.6).

Tello, A. (2021) en Callao – Perú, investigó los “Estilos de afrontamiento al estrés en trabajadores del Fon de Vivienda Policial – Rímac, 2021”, por lo que su estudio fue de tipo aplicado, descriptivo, no experimental y transversal, su población estuvo conformada por 177 trabajadores y su muestra compuesta por 130 trabajadores, la técnica fue la encuesta y el instrumento el cuestionario. Los resultados mostraron que 82% de los trabajadores usa los estilos de afrontamiento centrado en la emoción, en cambio, el 40% de ellos no lo utiliza o utiliza muy poco los estilos de afrontamiento centrado al problema.

Alcántara, W. y Zambrano, P. (2020) en Lima – Perú, busco “correlacionar el afrontamiento al estrés y el clima laboral de un centro de convenciones del distrito de Surco, 2020, para este propósito, su estudio fue descriptivo correlacional de corte transversal, no experimental, su

población y muestra estuvo conformada por 10 trabajadores, la técnica que empleó fue el cuestionario y su instrumento el cuestionario de clima laboral CL-SPC y el inventario Brief Cope. Los resultados respecto a la variable afrontamiento al estrés fueron: 52% a veces utiliza estilos de afrontamiento centrados en el problema, un 73% a veces utiliza estilos de afrontamiento centrado en la emoción y el 54% a veces utiliza estilos de afrontamiento evitativos.

Bendezu, G. y Lara, N. (2022) en Lima – Perú, buscó relacionar entre “estrategias de afrontamiento, estrés y la satisfacción en trabajadores de una clínica privada de Lima norte”, para ello empleó una metodología correlacional, no experimental, transversal. Su población y muestra estuvo conformada por 65 trabajadores, la técnica empleada fue la encuesta y el instrumento el cuestionario. Los resultados respecto a la variable afrontamiento al estrés fueron: 50.8% nivel promedio en afrontamiento activo, 56.9% nivel promedio en planificación, 44.6% nivel alto en auto distracción, 47.7% nivel bajo en apoyo instrumental, 60.0% nivel promedio en apoyo emocional, 49.2% nivel bajo en desconexión, 37.5% nivel alto en aceptación, 44.6% nivel alto en negación, 47.7% nivel promedio en religión, 58.5% nivel promedio para desahogo, 44.6% nivel alto para reinterpretación positiva, 86.2% nivel promedio en uso de sustancias, humor un 53.8% nivel promedio y el 41.5% nivel alto en auto culpación.

Mariano, N. (2021) en Lima – Perú, en su tesis correlacionó el “afrontamiento del estrés y el bienestar psicológico en los empleados del hospital Octavio Mongrut Muñoz del distrito de san Miguel, 2021”, la metodología de su estudio fue básico, correlacional no experimental, transversal, su población estuvo constituida por 325 trabajadores de salud, siendo su muestra de 176 trabajadores, la técnica fue la encuesta y el instrumento el cuestionario. Los resultados demostraron que:

No hay relación entre las variables Afrontamiento al estrés y Bienestar psicológico, referente al tamaño del efecto se encontró ($r^2= 0.004$) un tamaño del efecto es pequeño. Mientras que, en las dimensiones de Afrontamiento al estrés, únicamente; FSP presenta una correlación positiva con intensidad moderada ($Rho=.304^{**}$; $p<0.05$), (p.8).

Condori, M. y Feliciano, V. (2020) en Chíncha – Perú, en su investigación buscó relacionar las “estrategias de afrontamiento al estrés y la ansiedad estado en trabajadores de un Centro de Salud en cuarentena por Covid-19, Juliaca, su estudio fue básica, no experimental, hipotético-deductivo, no experimental, descriptivo correlacional de corte transversal, la población estuvo conformada por 80 trabajadores siendo su muestra conformada por 70 trabajadores. La técnica fue la encuesta y el instrumento el cuestionario. Los resultados demostraron que el 61,4% utiliza frecuentemente estilos de afrontamiento centrados en el problema, 72,9% utiliza estilos centrado en la emoción dependiendo de las circunstancias y un 60,0% pocas veces emplea estilos de afrontamiento centrada en la evitación.

Montesinos, J. y Yncio, L. (2021) en Lima – Perú, buscó “relacionar entre estrategias de afrontamiento al estrés y bienestar psicológico en el personal de un instituto de rehabilitación, Lima, 2021”, para ello, su estudio fue cuantitativo de tipo básico, descriptivo correlacional, no experimental de corte transversal, su población estuvo constituido por 180 trabajadores siendo su muestra de 135 trabajadores, su técnica fue la encuesta y el instrumento el cuestionario. Los resultados demostraron correlación positiva entre las variables de estudio, a mayor afrontamiento al estrés mejor bienestar psicológico.

Antecedentes de estudio local

En cuanto a los **antecedentes locales** se presenta la investigación de **Alava, J. (2022)** en Iquitos Perú, buscó “determinar las estrategias de afrontamiento al estrés de los trabajadores de la Unidad de Gestión

Educativa Local – UGEL MAYNAS, 2022”, siendo su estudio con enfoque cuantitativo, descriptivo simple, no experimental, siendo su población y muestra de 41 trabajadores, la técnica empleada fue la psicométrica y el instrumento el Cuestionario de Estilos de Afrontamiento – COPE. Los resultados demostraron que el estilo más empleado fue afrontamiento directo y planificación de actividades, ambos con un porcentaje del 39%, y con un 29,3% búsqueda de soporte social, estilos correspondientes a la dimensión enfocado en el problema. Respecto a la dimensión enfocado en la emoción, el estilo de afrontamiento más usado fue la reinterpretación con un 82,9% y búsqueda de soporte emocional con el 29,3% y respecto a la dimensión de estrategias adicionales, el estilo más empleado por los trabajadores fue la distracción con un 2,4%.

1.2. Bases teóricas

1.2.1. Afrontamiento al estrés

1.2.1.1. Definición de afrontamiento al estrés

Para Oblitas, L. (2008) citado por Paredes, K. (2017), menciona la importancia del estudio del estrés en los diferentes momentos de la vida del ser humano, dado que no es un fenómeno aislado, sino que se encuentra en diferentes situaciones de la vida del individuo que impulsaran su conducta y que esto se detecta en el ámbito social y laboral.

Dado el impacto que puede generar el estrés en las personas y las consecuencias que puede tener a nivel biopsicosocial, el presente estudio se enfoca en las estrategias de afrontamiento frente al estrés, es inevitable que el individuo experimente niveles de estrés en algún momento de su diario vivir, sin embargo, lo relevante es la forma de respuesta de este ante una situación estresante. Para ello, se torna importante definir lo que es afrontamiento al estrés:

“Es definido como los esfuerzos cognitivos y conductuales constantemente cambiantes que se desarrollan para manejar las demandas específicas, externas y/o internas, que son evaluadas como excedentes o desbordantes de los recursos del individuo” (Lazarus, R. y Folkman, S., 1986, citado por Paredes, K., 2017, p.7). Bajo esta definición vemos que las estrategias de afrontamiento dependen de la dinámica interna o una postura disposicional del individuo para hacer frente a las situaciones estresantes.

Para Carver, C. et al (1989) resalta “que el afrontamiento al estrés se caracteriza por mantener dos posturas en el individuo que van a influenciar en la estrategia empleado para la situación considerada como amenaza” (como se citó en Paredes, K., 2017, p.7). Esto sugiere que el individuo tendrá un afrontamiento situacional del estímulo estresante, sin dejar de considerar la dinámica interna como el componente emocional y cognitivo.

Sandín, B. (1995) considera el “afrontamiento como los esfuerzos conductuales y cognitivos que hace el individuo para hacer frente al estrés [...] *manejar* tanto las demandas externas o internas generadoras de estrés, como el estado emocional desagradable vinculado al mismo” (como se citó en Chávez, G. y Amado, R., 2017, p.27).

Everly, G. y Horton, J. (1989) postula que el afrontamiento “como un esfuerzo para reducir o mitigar los efectos aversivos del estrés, esfuerzos que pueden ser psicológicos o conductuales” (como se citó en Ibáñez, J., 2017, p.20).

Ibáñez, J. (2017) menciona que “los estilos de afrontamiento se refieren al conjunto de técnicas o métodos que el individuo elabora en respuesta a una situación estresante considerada desbordante” (p.20).

Para Mendo, B. (2013) indica que “las estrategias de afrontamiento se refieren a todas aquellas respuestas o acciones determinadas para

hacer frente a una situación estresante específica; así también a cómo se manejan o comportan las personas ante sucesos o situaciones percibidas como estresantes” (p.18).

Amaris, M. y Madariaga, O. (2013) refieren que “el afrontamiento es una manera de afrontar los problemas que genera estrés en la persona, lo que permite tolerar, minimizar, aceptar o ignorar todo aquello que sobrepasa la capacidad de la persona” (Como se citó en Palacios, F., 2017, p.31). Amaris, M. y Madariaga, O. (2013) no solo resaltan las diversas formas de respuesta del individuo ante una situación estresante, subrayan también específicamente a profesionales de la salud y sus formas de afrontamiento al estrés.

Los profesionales de salud van a usar estrategias emocionales como son: la desconexión conductual, la búsqueda de apoyo social emocional en su familia, así como el consumo de medicamentos y tabacos y desahogarse en momentos de estrés, todo para manejar los problemas que tienen las personas (Como se citó en Palacios, F., 2017, p.32).

Como se definen hasta ahora, el afrontamiento al estrés es toda acción tomada por el individuo ante una situación estresante, recurriendo a recursos internos o externos en una dinámica bidireccional. Tal como lo menciona Acosta, N. (2011) como “aquellos esfuerzos cognitivos y conductuales constantemente cambiantes que se desarrollan para operar las demandas específicas externas y/o internas que son evaluadas como excedentes o desbordantes de los recursos del individuo” (Como se citó en Sánchez, F., 2017, p.20).

1.2.1.2. Dimensión de afrontamiento al estrés

El afrontamiento al estrés presenta dimensiones y estilos, para ello, Carver, C. (1997) citado por Condori, M. y Feliciano, V. (2010, pp.29-33), estudió las investigaciones de Lazarus y Folkman sobre sus dimensiones y

estilos de confrontar al estrés, Carver menciona tres grandes grupos: centrado en el problema que tiene el propósito de mitigar o extinguir el estímulo estresante mediante la modificación o el cambio de la situación que genera estrés, esta dimensión comprende a su vez los siguientes estilos: *afrontamiento activo*: conjunto de medidas que adopta el individuo para poner frente a la situación estresante a fin de mitigar o solucionar los efectos del estrés. *Planificación*: refiere a programar y organizar las acciones a tomar en situaciones estresante que ocurren al momento o en situaciones futuras. La segunda dimensión de afrontamiento es la centrada en la emoción que busca la autorregulación emocional, el identificar y gestionar las emociones que se pueden llegar a intensificar por la situación estresante, los estilos que comprenden esta dimensión son: *apoyo emocional*: búsqueda de otra persona para el apoyo empático, comprensivo y escucha activa, así como la consejería. *Apoyo instrumental*: búsqueda de la consejería y orientación a instituciones o profesionales especializados. *Reinterpretación positiva*: percepción modificada de la situación estresante viendo siempre el lado productivo, de aprendizaje y positivo. *Aceptación*: no significa resignación, es ver la realidad como lo que es y en base a ello tomar acciones para sobrellevar la situación estresante. *Religión*: refugio y consuelo en sistemas de creencias a un ser superior y divino capaz de propiciar esperanza y tranquilidad en situaciones turbulentas. La tercera dimensión está centrado en la evitación del problema donde el individuo prefiere rodear el problema, aplacarlo temporalmente o no tomar acciones de solución o que le permita sobrellevar favorablemente la situación estresante sin caer en la disfuncionalidad del afrontamiento, esta dimensión comprende de las siguientes estilos: *desconexión conductual*: toda inmovilidad, carente de acciones para sobrellevar o solucionar la situación estresante, se hace presente la desidia y falta de motivación para la acción. *Desahogo*: proceso de catarsis, expresar lo que el individuo siente y piensa, suele suceder cuando la situación estresante es muy intensa generando desequilibrio interno. *Uso de sustancias*: implica cualquier consumo de bebidas alcohólicas, así como estupefacientes y hasta medicamentos a fin

de calmar la situación estresante. *Humor*: saca el lado divertido de la situación estresante, recurre al sarcasmo a fin de darle una óptica diferente a la situación generadora de estrés. *Autodestrucción*: centrada netamente en actividades recreativas y/o deportivas. *Negación*: creer que la situación estresante no existe pese de su existencia. *Autoinculpción*: es una forma de autoinfligirse mediante sentimientos de culpabilidad y la autocrítica castrante e irracional.

1.2.2. Definición de términos básicos

Afrontamiento al estrés

Sandín, B. (1995) considera el “afrontamiento como los esfuerzos conductuales y cognitivos que hace el individuo para hacer frente al estrés [...] *manejar* tanto las demandas externas o internas generadoras de estrés, como el estado emocional desagradable vinculado al mismo” (como se citó en Chávez, G. y Amado, R., 2017, p.27).

Estilos de afrontamiento al estrés

Ibáñez, J. (2017) menciona que “los estilos de afrontamiento se refieren al conjunto de técnicas o métodos que el individuo elabora en respuesta a una situación estresante considerada desbordante” (p.20).

Capítulo II. Planteamiento de problema

2.1. Descripción del problema

El estrés es una variable de estudio de interés en la actualidad debido a que sus repercusiones afectan directamente a la salud física y mental como en el aspecto social, familiar y laboral. El estrés suele manifestarse en sintomatologías físicas, estos síntomas suelen ser atribuidas a otros males, pero menos al estrés, debido a que la mayoría de las personas no saben identificar los síntomas y mucho menos conocer la respuesta normal a la demanda del ambiente generadora de estrés.

Se torna inevitable que el individuo experimente situaciones que le generen estrés dado que el ambiente donde se desarrolla y desenvuelve presenta demandas, retos, exigencias, conflictos personales, responsabilidades que cumplir, y ante todo ello demanda una respuesta, tal respuesta se espera que sea de la manera más funcional y saludable, que mantenga el equilibrio interno y externo. Por ello, es relevante cuidar la salud física y psicológica de los trabajadores de salud, por lo cual se torna imperante el adecuado uso de estrategias de afrontamiento ante demandas y exigencias del entorno laboral.

A nivel internacional, la Organización Mundial de la Salud (OMS, 2022) y la Organización Internacional del Trabajo (OIT, 2022, párrafo 2 y 3) resaltan en su informe la cifra preocupante que mil millones de personas viven con algún trastorno mental de los cuales un 15% de adultos que se encuentran en edades de trabajar experimentaron un trastorno mental, esta cifra afecta en la productividad de la empresa y también en el aspecto socioeconómico familiar, por ello, cada año se pierden 12.000 millones de días que no laboran debido enfermedades mentales como la depresión y la ansiedad. Este informe alerta una vez más la latencia y problemática del estrés en el ámbito laboral y la imperante necesidad de usar estrategias de afrontamiento al estrés para sobrellevar las exigencias del ambiente.

El Perú, no está exento de estas cifras, el diario oficial El Peruano (2022, párrafos 2 y 3) informó que el Ministerio de Salud (Minsa) alertó que el 52.2% de la población de Lima Metropolitana presenta niveles de estrés entre marcada a severa cuyas causantes son el Covid-19, económicos familiares y de salud, la principal sintomatología que presentaron estas personas fueron problemas para dormir, un 54,6% de 1823 personas que fueron atendidas vía llamadas telefónica.

Asimismo, Matos, M. (2021) en Lima – Perú investigó sobre los “niveles de estrés laboral en enfermeras del servicio de emergencia del hospital de ventanilla – 2021”, cuya población y muestra estuvo conformada por 30 enfermeras, donde encontró la presencia de estrés a nivel medio representado en un 80% de su población, un 10% a nivel alto y solo un 3% a nivel bajo. El personal de salud siempre está expuesto a niveles de estrés, algunos niveles más elevados que otros, sin embargo, este personal casi siempre están sometidos a situaciones de estrés dado que tienen que atender diferentes problemáticas de salud, esta situación también lo experimental los profesionales de salud mental quienes ofrecen atención especializada a personas con trastornos mentales o problemas psicosociales graves y complejos, así como las estrategias de intervención a nivel comunitario, atendiendo no solo al paciente y su problemática, sino a sus familiares a quienes tienen que capacitar para el abordaje sistémico en post de la mejoría de su familiar. Para atender problemas mentales, emocionales y conductuales, los trabajadores del Centro de Salud I-3, deben contar con buenas estrategias de afrontamiento al estrés para no cargar con los problemas de sus pacientes y las demandas y exigencias de sus funciones.

2.2. Formulación del problema

2.2.1. Problema general

¿Cuáles son las Estrategias de afrontamiento al estrés que emplean los trabajadores del Centro de Salud I-3, ciudad de Iquitos, 2024?

2.2.2. Problemas específicos

- ¿Cuáles son las estrategias de afrontamiento al estrés que frecuentemente utilizan los trabajadores del Centro de Salud I-3, ciudad de Iquitos, 2024, según dimensión “enfocado en el problema?”
- ¿Cuáles son las estrategias de afrontamiento al estrés que frecuentemente utilizan los trabajadores del Centro de Salud I-3, ciudad de Iquitos, 2024, según dimensión “enfocado en la emoción?”
- ¿Cuáles son las estrategias de afrontamiento al estrés que frecuentemente utilizan los trabajadores del Centro de Salud I-3, ciudad de Iquitos, 2024, según dimensión “estrategias adicionales?”

2.3. Objetivos

2.3.1. Objetivo general

Determinar las estrategias de afrontamiento al estrés en trabajadores del Centro de Salud I-3, ciudad de Iquitos, 2024.

2.3.2. Objetivos específicos

OE1- Determinar las características sociodemográficas de la población de estudio, según edad, sexo, profesión, tiempo de servicio y régimen laboral.

OE2- Conocer las estrategias de afrontamiento al estrés que frecuentemente utilizan los trabajadores del Centro de Salud I-3, ciudad de Iquitos, 2024, según dimensión “enfocado en el problema”.

OE3-Establecer las estrategias de afrontamiento al estrés que frecuentemente utilizan los trabajadores del Centro de Salud I-3, ciudad de Iquitos, 2024, según dimensión “enfocado en la emoción”.

OE4-Establecer las estrategias de afrontamiento al estrés que frecuentemente utilizan los trabajadores del Centro de Salud I-3, ciudad de Iquitos, 2024, según dimensión “estrategias adicionales”.

2.4. Justificación de la investigación

El presente estudio de investigación cobra relevancia, en consecución con el objetivo el determinar las estrategias de afrontamiento al estrés en trabajadores profesionales del Centro de Salud I-3, cuando tengan que enfrentar situaciones de estrés, de acuerdo a estrategias enfocadas en el problema, en la emoción y estrategias adicionales.

El estrés es una realidad presente entre los profesionales de la salud, la alta demanda de pacientes, nuevas patologías o patologías complicadas que atender, suelen generar elevados niveles de estrés y repercutir en la eficacia de la atención, incluso trascendiendo a repercusiones en el ámbito físico, emocional, social y familiar. Es un hecho que las situaciones laborales generen niveles de estrés, dicho de otro modo, el estrés siempre estará presente, sin embargo, se torna pertinente poder regularlo mediante estrategias de afrontamiento y encontrar así, un punto medio de equilibrio entre las demandas laborales y la salud de los profesionales sanitarios, este es el horizonte que tomará el presente estudio, además de ser un tema poco estudiado en trabajadores sanitarios, de este modo se busca poder contribuir para que los profesionales de la salud cuiden su propia salud con adecuadas estrategias de afrontamiento.

La información que se obtendrá del presente estudio adquirirá trascendencia puesto que nos brindará datos cuantitativos y cualitativos de las estrategias que emplean los profesionales de la salud del Centro de Salud I-3. De acuerdo a los resultados que se obtendrán, será posible brindar un informe a la gerencia del centro de salud cuya población y

muestra es parte de esta investigación, sobre las distintas estrategias que emplean sus trabajadores sanitarios para hacer frente al estrés.

2.5. Hipótesis

Esta investigación no requirió de hipótesis por ser un estudio descriptivo; Sampieri, H. (1997, p.15) refiere que los estudios descriptivos se centran en medir con la mayor precisión posible, el mero acto de medir un fenómeno para describirlo no requiere de hipótesis, por lo tanto, los estudios meramente descriptivos carecen de la misma.

2.6. Variables

2.6.1. Identificación de variables

Variable Independiente: Afrontamiento al estrés.

Variable Dependiente: Trabajadores del Centro de Salud I-3.

2.6.2. Definición conceptual y operacional de las variables

Variable afrontamiento al estrés

Definición Conceptual

Para Carver, C. et al (1989) resalta “que el afrontamiento al estrés se caracteriza por mantener dos posturas en el individuo que van a influenciar en la estrategia empleado para la situación considerada como amenaza” (como se citó en Paredes, K., 2017, p.7).

Definición Operacional

La variable afrontamiento al estrés se operacionalizará mediante la escala de COPE en sus dimensiones de estrategias de afrontamiento

“enfocado en el problema”, “enfocado en la emoción” y “estrategias adicionales”.

2.6.3. Operacionalización de las variables

Cuadro 1.

Variable afrontamiento al estrés

| Variable | Definición conceptual | Dimensiones | Categoría | Escala |
|-------------------------|--|-------------------------|---|---------------|
| Afrontamiento al estrés | Ibáñez, J. (2017) menciona que “los estilos de afrontamiento se refieren al conjunto de técnicas o métodos que el individuo elabora en respuesta a una situación estresante considerada desbordante” (p.20). | Enfocado en el problema | 0 a 25 Pocas veces | Intervalo |
| | | Enfocado en la emoción | | |
| | | Estrategias adicionales | 50/75 depende de las circunstancias 100 frecuentemente | |

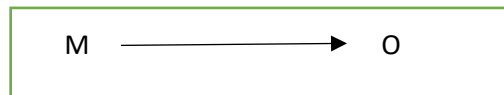
Fuente: Autoría propia

Capítulo III. Metodología

3.1. Tipo y diseño de investigación

La investigación será cuantitativa debido a que la investigación se dará en marco a términos numéricos y estadísticos, así mismo, no se manipulará variables por lo que es no experimental y descriptivo simple puesto que solo se detalla la variable, y dado que se dará en un tiempo determinado, será transversal (Hernández, R. Fernández, C. y Baptista, P. 1997, p. 92).

El siguiente esquema corresponderá a este tipo de diseño:



Donde:

M: Muestra trabajadores del Centro de Salud I-3, ciudad de Iquitos, 2024.

O: Representa la medición de la variable: Estrategias de afrontamiento al estrés.

3.2. Población y muestra

Población

La población de estudio estará conformada 110 trabajadores del Centro de Salud I-3, ciudad de Iquitos, 2024.

Muestra

La muestra estará conformada por 48 trabajadores del Centro de Salud I-3, ciudad de Iquitos, 2024.

Se utilizará el muestreo aleatorio simple para poblaciones finitas cuya fórmula es:

$$n_0 = \frac{NZ^2pq}{i^2(N-1)+Z^2pq} = \frac{110 \cdot 1.96^2 \cdot 0.5 \cdot 0.5}{0.05^2 \cdot (110-1) + 1.96^2 \cdot 0.5 \cdot 0.5} = 85.6 \equiv 86 \text{ trabajadores}$$

Si la fracción de muestreo $f = \frac{n_0}{N} > 0.05$ se corrige la muestra, esto es $f =$

$\frac{86}{110} = 0,781$ se procederá a corregir la muestra:

$$n = \frac{n_0}{1 + \frac{n_0}{N}} = \frac{86}{1 + \frac{86}{110}} = 48.2 \equiv 48 \text{ trabajadores}$$

Criterios de inclusión

- Trabajadores del Centro de Salud I-3, ciudad de Iquitos, 2024.
- Trabajadores con más de un año laborando en el Centro de Salud.
- Trabajadores con estudio superior técnico y universitario.
- Trabajadores contratados, nombrados, Serumistas y practicantes.
- Trabajadores con encargaturas, administrativos, gerenciales, jefaturas, personal de servicio y mantenimiento.
- Trabajadores cuyas edades se encuentren entre 20 a 65 años.
- De sexo femenino y masculino.
- De nacionalidad peruana.
- Todos los trabajadores que hayan llenado correctamente el instrumento.

Criterios de exclusión

- Trabajadores que no sean del Centro de Salud I-3, ciudad de Iquitos, 2024.
- Trabajadores con licencia o permiso temporal.
- Trabajadores no disponibles en la fecha de aplicación del instrumento.
- Todos los trabajadores que no hayan llenado correctamente el instrumento.

3.3. Técnicas, instrumentos y procedimientos de recolección de datos

Técnica

Se utilizará la técnica Psicométrica.

Instrumentos

Se utilizará el Cuestionario de Estilos de Afrontamiento COPE (Coping Estimation).

Variable afrontamiento al estrés

| | |
|------------------------------|---|
| Nombre | Cuestionario de modos de afrontamiento al estrés (COPE) |
| Autor | Carver; Seller |
| Año | 1989 |
| Procedencia | Estados Unidos |
| Estilos | Enfocado en el problema, en la emoción y en otros estilos de afrontamiento como la negación al problema. |
| Adaptación | Casuso (1996; en Chau en 1998 en población universitaria en Lima. |
| Traducción español al | Salazar C. Víctor (1993) UOPCH |
| Tipo de aplicación | Individual |
| Total, de ítems | 52 distribuidos en 13 áreas |
| Rango de aplicación | de 16 a más |
| Materiales | Cuestionario con 52 ítems y plantillas de corrección |
| Calificación | de 1 a 4 puntos por cada respuesta |
| Validez | En cuanto a sus propiedades psicométricas, se realizaron los respectivos análisis estadísticos teniendo una muestra de 978 sujetos a quienes se les administró el cuestionario; en cuanto a la validez del instrumento se realiza el análisis factorial y se halla que once factores están en concordancia con las preguntas asignadas para cada factor. (Ormeño, 2021, p. 39). |
| Confiabilidad | Carver et al (1989) “se realizó el proceso de consistencia interna empleando el estadígrafo de Cronbach, los resultados de las subescalas fluctuaron entre 0,45 y 0,92 y también se empleó el método de test, el cual se administró luego de seis semanas los resultados oscilaron entre 0.42 y 0.89, reflejando adecuada estabilidad. Carver (citado en Ormeño, 2021, p. 39). |

Cuadro 2.

Tabla de especificaciones del cuestionario de modos de afrontamiento al estrés

| Dimensiones | Estructura de la escala | | | Porcentaje |
|--------------------------------|-------------------------------|-------------|-------|------------|
| | Sub escalas | Ítems | Total | |
| Enfocado en el problema | Afrontamiento activo | 1,14,27,40 | 20 | 38% |
| | Planificación | 2,15,28,41 | | |
| | Supresión | 3,16,29,42 | | |
| | Postergación | 4,17,30,43 | | |
| | Búsqueda de apoyo social | 5,18,31,44 | | |
| Enfocado en la emoción | Búsqueda de soporte emocional | 6,19,32,45 | 20 | 38% |
| | Reinterpretación | 7,20,33,46 | | |
| | Aceptación | 8,21,34,47 | | |
| | Acudir a la religión | 9,22,35,48 | | |
| | Análisis de las emociones | 10,23,36,49 | | |
| Otros estilos de afrontamiento | Negación | 11,24,37,50 | 12 | 23% |
| | Conductas inadecuadas | 12,25,38,51 | | |
| | Distracción | 13,26,39,52 | | |
| Total | | | 52 | 100% |

Fuente: Escala COPE

Cuadro 3.

Niveles y rangos del cuestionario de modos de afrontamiento al estrés

| Dimensiones | Sub escalas | Muy pocas veces | Depende de las circunstancias | Frecuentemente |
|--------------------------------|-------------------------------|-----------------|-------------------------------|----------------|
| Enfocado en el problema | Afrontamiento activo | 0-25 | 50-75 | 100 |
| | Planificación | 0-25 | 50-75 | 100 |
| | Supresión | 0-25 | 50-75 | 100 |
| | Postergación | 0-25 | 50-75 | 100 |
| | Búsqueda de apoyo social | 0-25 | 50-75 | 100 |
| Enfocado en la emoción | Búsqueda de soporte emocional | 0-25 | 50-75 | 100 |
| | Reinterpretación | 0-25 | 50-75 | 100 |
| | Aceptación | 0-25 | 50-75 | 100 |
| | Acudir a la religión | 0-25 | 50-75 | 100 |
| | Análisis de las emociones | 0-25 | 50-75 | 100 |
| Otros estilos de afrontamiento | Negación | 0-25 | 50-75 | 100 |
| | Conductas inadecuadas | 0-25 | 50-75 | 100 |
| | Distracción | 0-25 | 50-75 | 100 |

Fuente: Autoría propia

Procesamiento de recolección de datos

Para la recolección de datos se seguirá una serie de procesos, en primera instancia se solicitará autorización a la Gerencia del Centro de Salud I-3 para poder ingresar al centro, el documento será remitido a dicho centro, se coordinará con la Gerencia respecto al día y hora de aplicación al personal, se aplicará el instrumento para luego ser procesado los resultados asimismo se analizará e interpretará.

3.4. Procesamiento y análisis de datos

Para el análisis de la información se empleará el software estadístico SPSS v23, para el análisis estadístico descriptivo se utilizará tablas de frecuencias y de contingencias.

3.5. Aspectos éticos

El presente estudio respetará los derechos humanos de los trabajadores del Centro de Salud I-3, cuya información personal y resultados se incluirán en el estudio de manera confidencial y en reserva. Para la participación de los trabajadores será mediante consentimiento informado, brindándoles la información pertinente respecto a los objetivos del estudio, su método, financiamiento, beneficios, así como el derecho a retirarse de la investigación cuando ellos consideran conveniente hacerlo.

Capítulo IV. Resultados

Objetivo general

Determinar las estrategias de afrontamiento al estrés en trabajadores del Centro de Salud I-3, ciudad de Iquitos, 2024.

Tabla 1

Estilos de afrontamiento – Trabajadores del Centro de Salud I-3 “San Antonio de Iquitos”.

| Estilos de afrontamiento | Depende de las Circunstancias | | Frecuentemente | | Pocas Veces | | Total | |
|--------------------------|-------------------------------|------|----------------|------|-------------|------|-------|-----|
| | N | % | N | % | N | % | N | % |
| Enfocado en el problema | 44 | 91,7 | 0 | 0 | 4 | 8,3 | 48 | 100 |
| Enfocado en la emoción | 42 | 87,5 | 2 | 4,2 | 4 | 8,3 | 48 | 100 |
| Otros estilos | 8 | 16,7 | 8 | 16,7 | 32 | 66,7 | 48 | 100 |

Fuente: base de datos

Interpretación

En la tabla 1, se presenta los estilos de afrontamiento al estrés de los trabajadores del Centro de Salud I-3 “San Antonio de Iquitos”, de un total de 48 (100%) trabajadores, el 91,7% (44) emplea el estilo “Enfocado en el problema” seguido del 87,5% (42) emplean también el estilo “Enfocado en la emoción”, ambos son empleados dependiendo de las circunstancias. Por otro lado, se observa que el 66,7% emplea “Otros estilos” pocas veces.

Sub escalas de la variable afrontamiento al estrés
Enfocado en el problema

Tabla 2

Afrontamiento directo – Trabajadores del Centro de Salud I-3 “San Antonio de Iquitos”.

| Afrontamiento directo | Frecuencia | Porcentaje | Porcentaje válido | Porcentaje acumulado |
|--------------------------------------|------------|------------|-------------------|----------------------|
| Pocas veces | 4 | 8,3 | 8,3 | 8,3 |
| Válido Depende de las circunstancias | 15 | 31,3 | 31,3 | 39,6 |
| Frecuente | 29 | 60,4 | 60,4 | 100,0 |
| Total | 48 | 100,0 | 100,0 | |

Fuente: base de datos

Interpretación

En la tabla 2, se presenta la estrategia de afrontamiento directo al estrés de los trabajadores del Centro de Salud I-3 “San Antonio de Iquitos”, de un total de 48 (100%) trabajadores, el 60,4% (29) emplea esta estrategia frecuentemente frente al 31,3% (15) que lo emplea dependiendo de las circunstancias y solo un 8,3% (4) lo emplea pocas veces.

Tabla 3

Planificación de actividades – Trabajadores del Centro de Salud I-3 “San Antonio de Iquitos”.

| Planificación de actividades | Frecuencia | Porcentaje | Porcentaje válido | Porcentaje acumulado |
|---|------------|------------|-------------------|----------------------|
| Pocas veces | 6 | 12,5 | 12,5 | 12,5 |
| Depende de las Válido circunstancias | 17 | 35,4 | 35,4 | 47,9 |
| Frecuente | 25 | 52,1 | 52,1 | 100,0 |
| Total | 48 | 100,0 | 100,0 | |

Fuente: base de datos

Interpretación

En la tabla 3, se presenta la estrategia de Planificación de actividades como afrontamiento al estrés de los trabajadores del Centro de Salud I-3 “San Antonio de Iquitos”, de un total de 48 (100%) trabajadores, el 52,1% (25) emplea esta estrategia de manera frecuente, un 35,4% (17) depende de las circunstancias y solo el 12,5% (6) lo emplea pocas veces.

Tabla 4

Supresión de actividades – Trabajadores del Centro de Salud I-3 “San Antonio de Iquitos”.

| Supresión de actividades | Frecuencia | Porcentaje | Porcentaje válido | Porcentaje acumulado |
|--------------------------------------|------------|------------|-------------------|----------------------|
| Pocas veces | 11 | 22,9 | 22,9 | 22,9 |
| Válido Depende de las circunstancias | 34 | 70,8 | 70,8 | 93,8 |
| Frecuente | 3 | 6,3 | 6,3 | 100,0 |
| Total | 48 | 100,0 | 100,0 | |

Fuente: base de datos

Interpretación

En la tabla 4, se presenta la estrategia supresión de actividades como afrontamiento al estrés de los trabajadores del Centro de Salud I-3 “San Antonio de Iquitos”, de un total de 48 (100%) trabajadores, el 70,8% (34) lo emplea dependiendo de las circunstancias, un 22,9% (11) lo emplea pocas veces y solo un 6,3% (3) emplea frecuentemente esta estrategia.

Tabla 5

Postergación – Trabajadores del Centro de Salud I-3 “San Antonio de Iquitos”.

| | Postergación | Frecuencia | Porcentaje | Porcentaje válido | Porcentaje acumulado |
|--------|-------------------------------|------------|------------|-------------------|----------------------|
| Válido | Pocas veces | 25 | 52,1 | 52,1 | 52,1 |
| | Depende de las circunstancias | 21 | 43,8 | 43,8 | 95,8 |
| | Frecuente | 2 | 4,2 | 4,2 | 100,0 |
| | Total | 48 | 100,0 | 100,0 | |

Fuente: base de datos

Interpretación

En la tabla 5, se presenta la estrategia postergación como afrontamiento al estrés de los trabajadores del Centro de Salud I-3 “San Antonio de Iquitos”, de un total de 48 (100%) trabajadores, el 52,1% (25) posterga pocas veces sus actividades, sin embargo, un 43,8% (21) si lo hace dependiendo de las circunstancias y solo el 4,2% (2) posterga frecuentemente como forma de afrontamiento al estrés.

Tabla 6

Búsqueda de soporte social – Trabajadores del Centro de Salud I-3 “San Antonio de Iquitos”.

| Búsqueda de soporte social | Frecuencia | Porcentaje | Porcentaje válido | Porcentaje acumulado |
|-------------------------------|------------|------------|-------------------|----------------------|
| Pocas veces | 3 | 6,3 | 6,3 | 6,3 |
| Depende de las circunstancias | 19 | 39,6 | 39,6 | 45,8 |
| Frecuente | 26 | 54,2 | 54,2 | 100,0 |
| Total | 48 | 100,0 | 100,0 | |

Fuente: base de datos

Interpretación

En la tabla 6, se presenta la estrategia Búsqueda de soporte social como afrontamiento al estrés de los trabajadores del Centro de Salud I-3 “San Antonio de Iquitos”, de un total de 48 (100%) trabajadores, el 54,2% (26) lo emplean frecuentemente, un 39,6% (19) lo emplea dependiendo de las circunstancias y solo el 6,3% (3) pocas veces lo emplea.

Enfocado en la emoción

Tabla 7

Búsqueda de soporte emocional – Trabajadores del Centro de Salud I-3 “San Antonio de Iquitos”.

| Búsqueda de soporte emocional | Frecuencia | Porcentaje | Porcentaje válido | Porcentaje acumulado |
|---|------------|------------|-------------------|----------------------|
| Pocas veces | 2 | 4,2 | 4,2 | 4,2 |
| Depende de las Válido circunstancias | 21 | 43,8 | 43,8 | 47,9 |
| Frecuente | 25 | 52,1 | 52,1 | 100,0 |
| Total | 48 | 100,0 | 100,0 | |

Fuente: base de datos

Interpretación

En la tabla 7, se presenta la estrategia Búsqueda de soporte emocional como afrontamiento al estrés de los trabajadores del Centro de Salud I-3 “San Antonio de Iquitos”, de un total de 48 (100%) trabajadores, el 52,1% (25) emplea esta estrategia de manera frecuente, un 43,8% (21) lo emplea dependiendo de las circunstancias y solo un 4,2% (2) lo emplea pocas veces.

Tabla 8

Reinterpretación – Trabajadores del Centro de Salud I-3 “San Antonio de Iquitos”.

| Reinterpretación | Frecuencia | Porcentaje | Porcentaje válido | Porcentaje acumulado |
|---|------------|------------|-------------------|----------------------|
| Pocas veces | 1 | 2,1 | 2,1 | 2,1 |
| Depende de las Válido circunstancias | 6 | 12,5 | 12,5 | 14,6 |
| Frecuente | 41 | 85,4 | 85,4 | 100,0 |
| Total | 48 | 100,0 | 100,0 | |

Fuente: base de datos

Interpretación

En la tabla 8, se presenta la estrategia reinterpretación como afrontamiento al estrés de los trabajadores del Centro de Salud I-3 “San Antonio de Iquitos”, de un total de 48 (100%) trabajadores, el 85,4% (41) emplea esta estrategia de manera frecuente, un 12,5% (6) lo emplea dependiendo de las circunstancias y solo el 2,1% (1) lo emplea pocas veces.

Tabla 9

Aceptación – Trabajadores del Centro de Salud I-3 “San Antonio de Iquitos”.

| Aceptación | Frecuencia | Porcentaje | Porcentaje válido | Porcentaje acumulado |
|--------------------------------------|------------|------------|-------------------|----------------------|
| Pocas veces | 4 | 8,3 | 8,3 | 8,3 |
| Válido Depende de las circunstancias | 30 | 62,5 | 62,5 | 70,8 |
| Frecuente | 14 | 29,2 | 29,2 | 100,0 |
| Total | 48 | 100,0 | 100,0 | |

Fuente: base de datos

Interpretación

En la tabla 9, se presenta la estrategia Aceptación como afrontamiento al estrés de los trabajadores del Centro de Salud I-3 “San Antonio de Iquitos”, de un total de 48 (100%) trabajadores, el 62,5% (30) lo emplea dependiendo de las circunstancias, un 29,2% (14) lo emplea frecuentemente y solo el 8,3% (4) pocas veces lo emplea.

Tabla 10

Retorno a la religión – Trabajadores del Centro de Salud I-3 “San Antonio de Iquitos”.

| Retorno a la religión | Frecuencia | Porcentaje | Porcentaje válido | Porcentaje acumulado |
|--------------------------------------|------------|------------|-------------------|----------------------|
| Pocas veces | 5 | 10,4 | 10,4 | 10,4 |
| Válido Depende de las circunstancias | 28 | 58,3 | 58,3 | 68,8 |
| Frecuente | 15 | 31,3 | 31,3 | 100,0 |
| Total | 48 | 100,0 | 100,0 | |

Fuente: base de datos

Interpretación

En la tabla 10, se presenta la estrategia Retorno a la religión como afrontamiento al estrés de los trabajadores del Centro de Salud I-3 “San Antonio de Iquitos”, de un total de 48 (100%) trabajadores, el 58,3% (28) retorna a la religión dependiendo de las circunstancias, un 31,3% (15) retorna frecuentemente y solo el 10,4% (5) lo emplea pocas veces.

Tabla 11

Análisis de emociones – Trabajadores del Centro de Salud I-3 “San Antonio de Iquitos”.

| Análisis de emociones | Frecuencia | Porcentaje | Porcentaje válido | Porcentaje acumulado |
|--------------------------------------|------------|------------|-------------------|----------------------|
| Pocas veces | 24 | 50,0 | 50,0 | 50,0 |
| Válido Depende de las circunstancias | 18 | 37,5 | 37,5 | 87,5 |
| Frecuente | 6 | 12,5 | 12,5 | 100,0 |
| Total | 48 | 100,0 | 100,0 | |

Fuente: base de datos

Interpretación

En la tabla 11, se presenta la estrategia Análisis de emociones como afrontamiento al estrés de los trabajadores del Centro de Salud I-3 “San Antonio de Iquitos”, de un total de 48 (100%) trabajadores, el 50,0% (24) pocas veces analiza las emociones como afrontamiento al estrés, un 37,5% (18) lo emplea dependiendo de las circunstancias y solo un 12,5% (6) lo emplea frecuentemente.

Otros estilos de afrontamiento

Tabla 12

Negación – Trabajadores del Centro de Salud I-3 “San Antonio de Iquitos”.

| Negación | Frecuencia | Porcentaje | Porcentaje válido | Porcentaje acumulado |
|--------------------------------------|------------|------------|-------------------|----------------------|
| Pocas veces | 28 | 58,3 | 58,3 | 58,3 |
| Válido Depende de las circunstancias | 18 | 37,5 | 37,5 | 95,8 |
| Frecuente | 2 | 4,2 | 4,2 | 100,0 |
| Total | 48 | 100,0 | 100,0 | |

Fuente: base de datos

Interpretación

En la tabla 12, se presenta la estrategia Negación como afrontamiento al estrés de los trabajadores del Centro de Salud I-3 “San Antonio de Iquitos”, de un total de 48 (100%) trabajadores, el 58,3% (28) lo emplea pocas veces, un 37,5% (18) lo emplea dependiendo de las circunstancias y solo un 4,2% (2) lo emplea frecuentemente.

Tabla 13

Conducta inadecuada – Trabajadores del Centro de Salud I-3 “San Antonio de Iquitos”.

| Conducta inadecuada | | Frecuencia | Porcentaje | Porcentaje válido | Porcentaje acumulado |
|---------------------|-------------------------------|------------|------------|-------------------|----------------------|
| Válido | Pocas veces | 37 | 77,1 | 77,1 | 77,1 |
| | Depende de las circunstancias | 11 | 22,9 | 22,9 | 100,0 |
| | Total | 48 | 100,0 | 100,0 | |

Fuente: base de datos

Interpretación

En la tabla 13, se presenta a conductas inadecuadas como afrontamiento al estrés de los trabajadores del Centro de Salud I-3 “San Antonio de Iquitos”, de un total de 48 (100%) trabajadores, el 77,1% (37) pocas veces presenta conducta inadecuada como forma de afrontamiento al estrés y solo un 22,9% (11) lo presenta dependiendo de las circunstancias.

Tabla 14

Distracción – Trabajadores del Centro de Salud I-3 “San Antonio de Iquitos”.

| | Distracción | Frecuencia | Porcentaje | Porcentaje válido | Porcentaje acumulado |
|--------|-------------------------------|------------|------------|-------------------|----------------------|
| Válido | Pocas veces | 14 | 29,2 | 29,2 | 29,2 |
| | Depende de las circunstancias | 32 | 66,7 | 66,7 | 95,8 |
| | Frecuente | 2 | 4,2 | 4,2 | 100,0 |
| | Total | 48 | 100,0 | 100,0 | |

Fuente: base de datos

Interpretación

En la tabla 14, se presenta la distracción como afrontamiento al estrés de los trabajadores del Centro de Salud I-3 “San Antonio de Iquitos”, de un total de 48 (100%) trabajadores, el 66,7% (32) busca distraerse dependiendo de las circunstancias, un 29,2% (14) pocas veces busca distraerse y solo un 4,2% (2) si busca distraerse como forma de afrontar el estrés.

Objetivos específicos

OE1- Determinar las características sociodemográficas de la población de estudio, según edad, sexo, profesión, tiempo de servicio y régimen laboral.

Análisis socio demográfico

Tabla 15

Edad – Trabajadores del Centro de Salud I-3 “San Antonio de Iquitos”.

| | Edad | Frecuencia | Porcentaje | Porcentaje válido | Porcentaje acumulado |
|--------|--------------|------------|------------|-------------------|----------------------|
| Válido | 20 a 25 años | 3 | 6,3 | 6,3 | 6,3 |
| | 26 a 30 años | 4 | 8,3 | 8,3 | 14,6 |
| | 31 a 35 años | 10 | 20,8 | 20,8 | 35,4 |
| | 36 a 40 años | 10 | 20,8 | 20,8 | 56,3 |
| | 41 a 45 años | 6 | 12,5 | 12,5 | 68,8 |
| | 46 a 50 años | 6 | 12,5 | 12,5 | 81,3 |
| | 51 a 55 años | 5 | 10,4 | 10,4 | 91,7 |
| | 56 a 60 años | 2 | 4,2 | 4,2 | 95,8 |
| | 61 a 65 años | 2 | 4,2 | 4,2 | 100,0 |
| | Total | 48 | 100,0 | 100,0 | |

Fuente: base de datos

Interpretación

En la tabla 15, se presenta la edad de los trabajadores del Centro de Salud I-3 “San Antonio de Iquitos”, de un total de 48 (100%) trabajadores, el 28,8% (10) tienen 31 a 35 años, 20,8% (10) tienen 36 a 40 años, 12,5% (6) 41 a 45 años, 12,5% (6) 46 a 50 años, 10,4% (5) 51 a 55 años, 8,3% (4) 26 a 30 años, 6,3% (3) 20 a 25 años, 4,2% (2) 56 a 60 y un 4,2% (2) de 61 a 65 años.

Tabla 16

Sexo – Trabajadores del Centro de Salud I-3 “San Antonio de Iquitos”.

| | Sexo | Frecuencia | Porcentaje | Porcentaje válido | Porcentaje acumulado |
|--------|-----------|------------|------------|-------------------|----------------------|
| Válido | Masculino | 11 | 22,9 | 22,9 | 22,9 |
| | Femenino | 37 | 77,1 | 77,1 | 100,0 |
| | Total | 48 | 100,0 | 100,0 | |

Fuente: base de datos

Interpretación

En la tabla 16, se presenta el sexo de los trabajadores del Centro de Salud I-3 “San Antonio de Iquitos”, de un total de 48 (100%) trabajadores, el 77,1% (37) fueron de sexo femenino, el 22,9% (11) fueron de sexo masculino.

Tabla 17

Profesión – Trabajadores del Centro de Salud I-3 “San Antonio de Iquitos”.

| | Profesión | Frecuencia | Porcentaje | Porcentaje válido | Porcentaje acumulado |
|--------|----------------------|------------|------------|-------------------|----------------------|
| Válido | Médico | 3 | 6,3 | 6,3 | 6,3 |
| | Obstetra | 3 | 6,3 | 6,3 | 12,5 |
| | Laboratorista | 3 | 6,3 | 6,3 | 18,8 |
| | Enfermera | 6 | 12,5 | 12,5 | 31,3 |
| | Tec. | 19 | 39,6 | 39,6 | 70,8 |
| | Enfermería | 2 | 4,2 | 4,2 | 75,0 |
| | Psicólogo | 2 | 4,2 | 4,2 | 79,2 |
| | Tecnólogo | 4 | 8,3 | 8,3 | 87,5 |
| | Digitador | 3 | 6,3 | 6,3 | 93,8 |
| | Cirujano | 1 | 2,1 | 2,1 | 95,8 |
| | dentista | 2 | 4,2 | 4,2 | 100,0 |
| | Nutricionista | | | | |
| | Químico farmacéutico | | | | |
| | Total | 48 | 100,0 | 100,0 | |

Fuente: base de datos

Interpretación

En la tabla 17, se presenta la profesión de los trabajadores del Centro de Salud I-3 “San Antonio de Iquitos”, de un total de 48 (100%) trabajadores, el 39,6% (19) de profesión técnicos en enfermería, el 12,5% (6) licenciadas en enfermería, 8,3% (4) digitador, con un valor equitativo del 6,3% (respectivamente) fueron médicos, obstetras, laboratoristas y cirujano dentista, de igual modo, se presenta un porcentaje equitativo del 4,2% cuya profesión fueron psicólogos, tecnólogo y químico farmacéutico y un 2,1% (1) nutricionista.

Tabla 18

Tiempo de servicio – Trabajadores del Centro de Salud I-3 “San Antonio de Iquitos”.

| Tiempo de servicio | Frecuencia | Porcentaje | Porcentaje válido | Porcentaje acumulado |
|--------------------|------------|------------|-------------------|----------------------|
| Menor a 1 año | 11 | 22,9 | 22,9 | 22,9 |
| 1 año | 2 | 4,2 | 4,2 | 27,1 |
| 2 a 5 años | 10 | 20,8 | 20,8 | 47,9 |
| 6 a 10 años | 3 | 6,3 | 6,3 | 54,2 |
| Más de 10 años | 22 | 45,8 | 45,8 | 100,0 |
| Total | 48 | 100,0 | 100,0 | |

Fuente: base de datos

Interpretación

En la tabla 18, se presenta el tiempo de servicio de los trabajadores del Centro de Salud I-3 “San Antonio de Iquitos”, de un total de 48 (100%) trabajadores, el 45,8% (22) cuentan con más de 10 años de servicio, el 22,9% (11) menor a 1 año, 20,8% (10) 2 a 5 años, 6,3% (3) de 6 a 10 años y solo un 4,2% (2) 1 año de servicio.

Tabla 19

Régimen laboral – Trabajadores del Centro de Salud I-3 “San Antonio de Iquitos”.

| Régimen laboral | Frecuencia | Porcentaje | Porcentaje válido | Porcentaje acumulado |
|-----------------|------------|------------|-------------------|----------------------|
| Contratado | 22 | 45,8 | 45,8 | 45,8 |
| Válido Nombrado | 26 | 54,2 | 54,2 | 100,0 |
| Total | 48 | 100,0 | 100,0 | |

Fuente: base de datos

Interpretación

En la tabla 19, se presenta el régimen laboral de los trabajadores del Centro de Salud I-3 “San Antonio de Iquitos”, de un total de 48 (100%) trabajadores, el 54,2% (26) son nombrados y el 45,8% (22) son contratados.

OE2- Conocer las estrategias de afrontamiento al estrés que frecuentemente utilizan los trabajadores del Centro de Salud I-3, ciudad de Iquitos, 2024, según dimensión “enfocado en el problema”.

Tabla 20

Estrategias de afrontamiento al estrés que frecuentemente utilizan los trabajadores del Centro de Salud I-3, ciudad de Iquitos, 2024, según dimensión “enfocado en el problema”.

| Modos de Estrategias enfocado en el problema | Depende Circunstancias | | Frecuentemente | | Pocas Veces | | Total | |
|--|------------------------|------|----------------|------|-------------|------|-------|-----|
| | N | % | N | % | N | % | N | % |
| Afrontamiento directo | 15 | 31,3 | 29 | 60,4 | 4 | 8,3 | 48 | 100 |
| Planificación de actividades | 17 | 35,4 | 25 | 52,1 | 6 | 12,5 | 48 | 100 |
| Supresión de actividades | 34 | 70,8 | 3 | 6,3 | 11 | 22,9 | 48 | 100 |
| Postergación de afrontamiento | 21 | 43,8 | 2 | 4,2 | 25 | 52,1 | 48 | 100 |
| Busca soporte social | 19 | 39,6 | 26 | 54,2 | 3 | 6,3 | 48 | 100 |

Fuente: base de datos

Interpretación

En la tabla 20, se presenta la dimensión enfocada en el problema y las estrategias más frecuentes de los trabajadores del Centro de Salud I-3 “San Antonio de Iquitos”, donde observamos que la estrategia que más se emplean son: Supresión de actividades con un 70,8% dependiendo de las circunstancias, seguido del 60,4% que emplea frecuentemente el afrontamiento directo y pocas veces emplean la postergación de actividades como afrontamiento al estrés.

OE3- Establecer las estrategias de afrontamiento al estrés que frecuentemente utilizan los trabajadores del Centro de Salud I-3, ciudad de Iquitos, 2024, según dimensión “enfocado en la emoción”.

Tabla 21

Estrategias de afrontamiento al estrés que frecuentemente utilizan los trabajadores del Centro de Salud I-3, ciudad de Iquitos, 2024, según dimensión “enfocado en la emoción”.

| Modos de Estrategias enfocado en la emoción | Depende Circunstancias | | Frecuentemente | | Pocas Veces | | Total | |
|---|------------------------|------|----------------|------|-------------|------|-------|-----|
| | N | % | N | % | N | % | N | % |
| Búsqueda de soporte emocional. | 21 | 43,8 | 25 | 52,1 | 2 | 4,2 | 48 | 100 |
| Reinterpretación | 6 | 12,5 | 41 | 85,4 | 1 | 2,1 | 48 | 100 |
| Aceptación | 30 | 62,5 | 14 | 29,2 | 4 | 8,3 | 48 | 100 |
| Análisis de las emociones | 18 | 37,5 | 6 | 12,5 | 24 | 50,0 | 48 | 100 |
| Acudir a la religión | 28 | 58,3 | 15 | 31,3 | 5 | 10,4 | 48 | 100 |

Fuente: base de datos

Interpretación

En la tabla 20, se presenta la dimensión enfocada en la emoción y las estrategias más frecuentes de los trabajadores del Centro de Salud I-3 “San Antonio de Iquitos”, donde observamos que la estrategia que más se emplean son: Reinterpretación con un 85,4% de manera frecuente seguido de la Aceptación con un 62,5% empleada dependiendo de las circunstancias y 50,0% pocas veces emplean el análisis de las emociones como estrategia de afrontamiento al estrés.

OE4- Establecer las estrategias de afrontamiento al estrés que frecuentemente utilizan los trabajadores del Centro de Salud I-3, ciudad de Iquitos, 2024, según dimensión “estrategias adicionales”.

Tabla 22

Estrategias de afrontamiento al estrés que frecuentemente utilizan los trabajadores del Centro de Salud I-3, ciudad de Iquitos, 2024, según dimensión “Estrategias adicionales”.

| Modos de Estrategias enfocado en estrategias adicionales | Depende Circunstancias | | Frecuentemente | | Pocas Veces | | Total | |
|--|------------------------|------|----------------|-----|-------------|------|-------|-----|
| | N | % | N | % | N | % | N | % |
| Negación | 18 | 37,5 | 2 | 4,2 | 28 | 58,3 | 48 | 100 |
| Conductas inadecuadas | 11 | 22,9 | 0 | 0 | 37 | 77,1 | 48 | 100 |
| Distracción | 32 | 66,7 | 2 | 4,2 | 14 | 29,2 | 48 | 100 |

Fuente: base de datos

Interpretación

En la tabla 22, se presenta la dimensión Estrategias adicionales y las estrategias más frecuentes de los trabajadores del Centro de Salud I-3 “San Antonio de Iquitos” emplean donde observamos que la estrategia que más se emplean son: Distracción con un 66,7% empleada dependiendo de las circunstancias y 77,1% afronta al estrés pocas veces mediante conductas inadecuadas.

Capítulo V. Discusión, conclusiones y recomendaciones

5.1. Discusión

En relación a la recolección de datos de nuestra muestra, llegó a resultados con relación a los objetivos específicos, obteniendo lo siguiente:

El tipo de estilo de afrontamiento al estrés “Enfocado en el problema”, es el que más se emplea por los Trabajadores del Centro de Salud I-3 “San Antonio de Iquitos”, dependiendo de las circunstancias, siendo un 91,7% de la muestra, el tipo de estilo de afrontamiento al estrés que pocas veces se emplea por la muestra es “Otros estilos” llegando a obtener un 66,7%, además de ello, el tipo de estilo de afrontamiento al estrés “Enfocado en la emoción” se ubica en el intermedio de estos dos estilos y es empleado dependiendo de las circunstancias con un 87,5%. En relación con el segundo objetivo que es mostrar las estrategias de afrontamiento al estrés más predominante en su dimensión “Enfocado en el problema”, los resultados muestran que obtuvo más frecuencia es la estrategia de “Supresión de actividades” con un 70,8% y “Afrontamiento directo” con el 60,4%, por otro lado, la estrategia menos utilizada es “Postergación de afrontamiento” con el 52,1%. En referencia al tercer objetivo que es mostrar las estrategias de afrontamiento al estrés más predominante en su dimensión “Enfocado en la emoción”, el resultado con mayor porcentaje de frecuencia es la estrategia “Reinterpretación” con el 85,4% seguido de “Aceptación” con un 62,5%. Por otra parte, la estrategia poco empleada es el “Análisis de las emociones” con el 50,0%. Con respecto al cuarto objetivo que se puso dentro de la dimensión “Estrategias adicionales” identificar la estrategia que predomina, obteniendo la mayor frecuencia de porcentaje la estrategia “Distracción” con el 66,7%, y los pocos empleados fueron “Conductas inadecuadas” con el 77,7% seguido de “Negación” con un 58,3%.

Los resultados de la presente investigación muestran similitud con Mansilla, L. y Zapata, M. (2021) quien estudió las “Estrategias de

afrentamiento del estrés y servicio al cliente en trabajadores de un Hospital Infantil” encontrando que la estrategia de afrontamiento más usada por parte del personal de salud es la de focalizado en la solución del problema (66%), perteneciente al tipo racional, le sigue reevaluación positiva (66%), búsqueda de apoyo (49,7%), evitación (49,4%), religión (46,5%), expresión emocional abierta (25,9%) y por última la estrategia de afrontamiento menos utilizada por el personal de salud es la de auto focalización negativa (23,9%), perteneciente al tipo emocional, coincide con Chong, J. y Sáenz, M. (2021) quienes encontraron que en la dimensión centrado en el problema el 42,5%% de los trabajadores la emplean muy pocas veces, en la dimensión centrado en la emoción el 41,3% de los encuestados lo emplean muy pocas veces, en la dimensión centrado en la evitación del problema el 35% de los encuestados las emplean muy pocas veces, se asemeja a lo estudiando por Alcántara, W. y Zambrano, P. (2020) quien observó que el 52% a veces utiliza estilos de afrontamiento centrados en el problema, un 73% a veces utiliza estilos de afrontamiento centrado en la emoción y el 54% a veces utiliza estilos de afrontamiento evitativos, se familiariza con los resultados de Condori, M. y Feliciano, V. (2020) observando que el 61,4% utiliza frecuentemente estilos de afrontamiento centrados en el problema, 72,9% utiliza estilos centrado en la emoción dependiendo de las circunstancias y un 60,0% pocas veces emplea estilos de afrontamiento centrada en la evitación, se asemeja con los resultados de Alava, J. (2022) evidenciando en sus resultados que el estilo más empleado fue afrontamiento directo y planificación de actividades, ambos con un porcentaje del 39%, y con un 29,3% búsqueda de soporte social, estilos correspondientes a la dimensión enfocado en el problema. Respecto a la dimensión enfocado en la emoción, el estilo de afrontamiento más usado fue la reinterpretación con un 82,9% y búsqueda de soporte emocional con el 29,3%. Los resultados se oponen en lo que ha obtenido Tello, A. (2021) mostrando en sus resultados que 82% de los trabajadores usa los estilos de afrontamiento centrado en la emoción, en cambio, el 40%

de ellos no lo utiliza o utiliza muy poco los estilos de afrontamiento centrado al problema.

5.2. Conclusiones

En concordancia con los resultados se concluye los siguiente:

PRIMERO:

Se concluye que los trabajadores del Centro de Salud I-3 “San Antonio de Iquitos”, si emplean estilos de afrontamiento al estrés específicamente el estilo “Enfocado en el problema”, aunque lo emplean dependiendo de las circunstancias, los resultados indican que los trabajadores emplean acciones directas dirigidas a alterar la situación problemática y minimizar las consecuencias negativas, de igual modo emplean el estilo “Enfocado en las emociones” dependiendo de las circunstancias, indicando que los trabajadores emplean acciones para regular las consecuencias emocionales negativas del problema, intentando aminorar su impacto.

SEGUNDO:

En relación al objetivo específico 1: en cuanto a las características sociodemográficas el mayor porcentaje de trabajadores que participaron de esta investigación tienen 31 a 35 años de edad, predominante el sexo femenino, según profesión técnicos en enfermería, según tiempo de servicio más de 10 años de servicio con siendo la mayoría nombrados.

TERCERO:

Respecto al objetivo específico 2: la estrategia de afrontamiento al estrés del estilo “Enfocado en el problema” más empleado fue “Supresión de actividades” indicando que los trabajadores dejan

de lado otras actividades para centrarse en el problema y dedicarse a enfrentarlo evitando que otras cosas no interfieran en los esfuerzos que ponen para enfrentar el problema.

CUARTO:

Respecto al objetivo específico 3: la estrategia de afrontamiento al estrés del estilo “Enfocado en la emoción” más empleado fue “Reinterpretación” indicando que los trabajadores buscan algo bueno de lo que está pasando, tratan de ver el problema de forma positiva y aprenden de la experiencia, ven como una oportunidad al problema para desarrollarse como persona a consecuencia de la experiencia.

QUINTO:

Respecto al objetivo específico 4: la estrategia de afrontamiento al estrés del estilo “Enfocado en estrategias adicionales” más empleado fue “Distracción” indicando que los trabajadores realizan actividades recreativas para alejar y/o pensar menos en el problema.

5.3. Recomendaciones

Determinadas las conclusiones de la presente investigación se recomienda:

PRIMERO:

Los resultados sean divulgados en la comunidad científica, en el centro de salud donde se realizó la presente investigación y sea de conocimiento a la Gerencia Regional de Salud de Loreto.

SEGUNDO:

Ampliar la muestra de investigación, sea por Red o Micro Red de salud de los Centros de categoría I-1, I-2, I-3 y 1- 4 y conocer los estilos y estrategias de afrontamiento al estrés mas empleados por los profesionales de la salud.

TERCERO:

Programar mensualmente actividades de Vida Sana involucrando sesiones de meditación, relajación, actividades recreativas y deportivas por lo menos una vez al mes, además de reforzar la estrategia “Búsqueda de apoyo social y emocional” puesto que permitirá al profesional de la salud contar con una red o cerco de apoyo y contención emocional como ayuda en el afrontamiento al estrés.

CUARTO:

Para futura investigaciones que tomen como referencia el presente trabajo de investigación buscando correlaciones con otras variables de interés como el desempeño laboral y/o clima institucional.

Referencias bibliográficas

- Abregú, J. (2019). *Estrategia de afrontamiento al estrés laboral en enfermeras(os) del servicio de medicina y especialidades Hospital Nacional Daniel Alcides Carrión -2019*. Tesis de pregrado. Universidad César Vallejo. Lima – Perú.
- Alava, J. (2022). *Estrategias de afrontamiento al estrés en los trabajadores de la Unidad de Gestión Educativa Local – UGEL MAYNAS, año 2022*. Trabajo de suficiencia profesional de pregrado. Universidad Científica del Perú.
- Alcántara, W. y Zambrano, P. (2020). *Afrontamiento al estrés y clima laboral en trabajadores de un centro de convenciones del distrito de Santiago de Surco, 2020*. Tesis de pregrado. Universidad César Vallejo. Lima – Perú.
- Bendezu, G. y Lara, N. (2022). *Afrontamiento, estrés y satisfacción laboral en trabajadores de una clínica privada de Lima norte, 2021*. Tesis de pregrado. Universidad César Vallejo. Lima – Perú.
- Carver, C.S. Assessing coping strategies: A theoretical based approach. *Journal of Personality and Social Psychology*. 56,267-283. 1989
- Chávez, G. y Amado, R. (2017). *Estrategias de afrontamiento al estrés en estudiantes universitarios trabajadores y no trabajadores de la Universidad Católica de Santa María*. Tesis de pregrado. Universidad Católica de Santa María. Arequipa – Perú.
- Chong, J. y Sáenz, M. (2021). *Estrategias de afrontamiento al estrés en tiempos de pandemia, del personal de emergencia de un hospital de Lima Sur, 2020*. Tesis de pregrado. Universidad César Vallejo. Lima – Perú.
- Cirami, L. et al. (2020). *Estrategias de afrontamiento del estrés laboral en trabajadores de la salud y reflexiones acerca de las transformaciones organizacionales a partir de la pandemia de*

COVID-19. Revista Subjetiva Y Procesos Cognitivos. "Pandemia". Vol. 24, Nro. 2. pp. 1-15.

Condori, M. y Feliciano, V. (2020). *Estrategias de afrontamiento al estrés y ansiedad estado en trabajadores de un Centro de Salud en cuarentena por Covid-19, Juliaca*. Tesis de pregrado. Universidad Autónoma de Ica. Chincha – Perú.

Diario Oficial El Peruano. (10 de junio de 2021). *Minsa alerta que el 52.2% de limeños sufre de estrés provocado por el covid-19*. 3 de abril de 2023: <https://elperuano.pe/noticia/122420-minsa-alerta-que-el-522-de-limenos-sufre-de-estres-provocado-por-el-covid-19>

Hernández, R. Fernández, C. y Baptista, P. (1997). Metodología de la Investigación. respecto a la primera edición por McGRAW - HILL INTERAMERICANA DE MÉXICO, S.A. de C.V.

Ibáñez, J. (2017). *Bienestar psicológico y estilos de afrontamiento al estrés en el personal staff del área de operaciones mina de una empresa minera. Ancash-Perú, 2017*. Tesis de pregrado. Universidad Alas Peruanas. Lima – Perú.

Mansilla, L. y Zapata, M. (2021). *Estrategias de afrontamiento del estrés y servicio al cliente en trabajadores de un hospital infantil*. Tesis de pregrado. Universidad Católica de Santa María. Arequipa – Perú.

Mariano, N. (2021). *Afrontamiento del estrés y bienestar psicológico en el personal del Hospital Octavio Mongrut Muñoz del distrito de San Miguel, 2021*. Tesis de pregrado. Universidad César Vallejo. Lima – Perú.

Matos, M. (2021). *Niveles de estrés laboral en enfermeras del servicio de emergencia del Hospital de Ventanilla – 2021*. Tesis de pregrado. Universidad Privada del Norte. Lima – Perú.

- Mendo, B. (2013). *Síndrome Burnout y Estrategias de Afrontamiento al Estrés en Personal Obrero de Construcción Civil*. Tesis de pregrado. Universidad César Vallejo. Trujillo – Perú.
- Montesino, J. y Yncio, L. (2021). *Estrategias de Afrontamiento al Estrés y Bienestar Psicológico en el personal de un Instituto de Rehabilitación, Lima, 2021*. Tesis de pregrado. Universidad César Vallejo. Lima – Perú.
- OMS y OIT. (28 de septiembre de 2022). *Comunicado de prensa: La OMS y la OIT piden nuevas medidas para abordar los problemas de salud mental en el trabajo*. 3 de abril de 2023: https://www.ilo.org/global/about-the-ilo/newsroom/news/WCMS_856931/lang-es/index.htm#:~:text=El%20Informe%20Mundial%20de%20Salud,tabajar%20experimentaron%20un%20trastorno%20mental.
- Palacios, F. (2017). *Estrés laboral y estrategias de afrontamiento en los trabajadores en el centro de salud Laderas de Chillón, Puente Piedra, Lima-2017*. Tesis de posgrado. Universidad César Vallejo. Perú.
- Paredes, K. (2017). *Influencia de los estresores laborales, afrontamiento al estrés y empleabilidad percibida sobre la intención de abandonar la empresa en trabajadores de Lima Metropolitana*. Tesis de pregrado. Universidad San Ignacio de Loyola. Lima – Perú.
- Ramírez, S. (2019). *Síndrome de desgaste profesional y su influencia en las estrategias de afrontamiento en profesionales de la salud que laboran en los Centros de Salud del distrito 18DO6*. Tesis de pregrado. Universidad Técnica de Ambato. Ambato – Ecuador.
- Sánchez, F. (2017). *Estrategias de afrontamiento al estrés en trabajadores de una Municipalidad Distrital*. Tesis de pregrado. Universidad Científica del Perú. Iquitos – Perú.

Sampieri, H. (1997) formulación de hipótesis en metodología de la investigación (5ta edición), Mc. Graw-Hill. México.

Tello, A. (2021). *Estilos de Afrontamiento al Estrés en trabajadores del Fondo de Vivienda Policial- Rímac, 2021*. Tesis de pregrado. Universidad César Vallejo. Callao – Perú.

ANEXOS

Anexo N° 1: Matriz de Consistencia
 “Estrategias de afrontamiento al estrés en trabajadores del Centro de Salud I-3, Ciudad de Iquitos, 2024”

| Problema | Objetivos | Hipótesis | Variable e Indicadores | Metodología | Técnicas e Instrumentos | Fuentes de Información |
|---|---|--|--|--|--|--|
| <p><u>Problema general</u></p> <p>¿Cuáles son las Estrategias de afrontamiento al estrés que emplean los trabajadores del Centro de Salud I-3, ciudad de Iquitos, 2024?</p> | <p><u>Objetivo general</u></p> <p>Determinar las estrategias de afrontamiento al estrés en trabajadores del Centro de Salud I-3, ciudad de Iquitos, 2024.</p> | <p>Esta investigación no requirió de hipótesis por ser un estudio descriptivo; Sampieri, H. (1997, p.15) refiere que los estudios descriptivos se centran en medir con la mayor precisión posible, el mero acto de medir un fenómeno para describirlo no requiere de hipótesis, por lo tanto, los estudios meramente descriptivos carecen de la misma.</p> | <p><u>Afrontamiento al estrés</u> (O)</p> <p>Enfocado en el problema</p> <p>Enfocado en la emoción</p> <p>Otros estilos de afrontamiento</p> | <p><u>Tipo</u></p> <p>La investigación será cuantitativa debido a que la investigación se dará en marco a términos numéricos y estadísticos, así mismo, no se manipulará variables por lo que es no experimental y descriptivo simple puesto que solo se detalla la variable, y dado que se dará en un tiempo determinado, será transversal (Hernández, R. Fernández, C. y Baptista, P. 1997, p. 92).</p> <p><u>Diseño</u></p> <p>El diseño de estudio es no</p> | <p><u>Técnica</u></p> <p>Psicométrica</p> <p><u>Instrumentos</u></p> <p>Se utilizará el Cuestionario de Estilos de Afrontamiento COPE (Coping Estimation).</p> | <p>Abregú, J. (2019). <i>Estrategia de afrontamiento al estrés laboral en enfermeras(os) del servicio de medicina y especialidades Hospital Nacional Daniel Alcides Carrión -2019</i>. Tesis de pregrado. Universidad César Vallejo. Lima – Perú.</p> <p>Alava, J. (2022). <i>Estrategias de afrontamiento al estrés en los trabajadores de la Unidad de Gestión Educativa Local – UGEL MAYNAS, año 2022</i>. Trabajo de suficiencia profesional de pregrado. Universidad Científica del Perú.</p> <p>Alcántara, W. y Zambrano, P. (2020). <i>Afrontamiento al estrés y clima laboral en trabajadores de un centro de convenciones del</i></p> |
| <p><u>Problemas específicos</u></p> <p>¿Cuáles son las estrategias de afrontamiento al estrés que frecuentemente utilizan los trabajadores del Centro de Salud I-3, ciudad de Iquitos, 2024, según dimensión “enfocado en el problema?”</p> | <p><u>Objetivos específicos</u></p> <p>Determinar las características sociodemográficas de la población de estudio, según edad, sexo, profesión, tiempo de servicio y régimen laboral.</p> <p>Conocer las estrategias de afrontamiento al</p> | | | | | |

| | | | | | |
|--|--|--|--|--|--|
| <p>¿Cuáles son las estrategias de afrontamiento al estrés que frecuentemente utilizan los trabajadores del Centro de Salud I-3, ciudad de Iquitos, 2024, según dimensión “enfocado en la emoción?”</p> <p>¿Cuáles son las estrategias de afrontamiento al estrés que frecuentemente utilizan los trabajadores del Centro de Salud I-3, ciudad de Iquitos, 2024, según dimensión “estrategias adicionales?”</p> | <p>estrés que frecuentemente utilizan los trabajadores del Centro de Salud I-3, ciudad de Iquitos, 2024, según dimensión “enfocado en el problema”.</p> <p>Establecer las estrategias de afrontamiento al estrés que frecuentemente utilizan los trabajadores del Centro de Salud I-3, ciudad de Iquitos, 2024, según dimensión “enfocado en la emoción”.</p> <p>Establecer las estrategias de afrontamiento al estrés que frecuentemente utilizan los trabajadores del Centro de Salud I-3, ciudad de Iquitos, 2024, según dimensión “estrategias adicionales”.</p> | | | <p>experimental y de tipo descriptivo simple.</p> <div data-bbox="1256 427 1460 483" style="border: 1px solid green; padding: 5px; display: inline-block;"> M → O </div> <p>Donde: M: Muestra trabajadores del Centro de Salud I-3, ciudad de Iquitos, 2024. O: Representa la medición de la variable: Estrategias de afrontamiento al estrés.</p> <p><u>Población</u></p> <p>La población de estudio estará conformada 110 trabajadores del Centro de Salud I-3, ciudad de Iquitos, 2024.</p> <p><u>Muestra</u></p> <p>La muestra estará conformada por 48 trabajadores del</p> | <p><i>distrito de Santiago de Surco, 2020.</i> Tesis de pregrado. Universidad César Vallejo. Lima – Perú.</p> <p>Bendezu, G. y Lara, N. (2022). <i>Afrontamiento, estrés y satisfacción laboral en trabajadores de una clínica privada de Lima norte, 2021.</i> Tesis de pregrado. Universidad César Vallejo. Lima – Perú.</p> <p>Chávez, G. y Amado, R. (2017). <i>Estrategias de afrontamiento al estrés en estudiantes universitarios trabajadores y no trabajadores de la Universidad Católica de Santa María.</i> Tesis de pregrado. Universidad Católica de Santa María. Arequipa – Perú.</p> <p>Chong, J. y Sáenz, M. (2021). <i>Estrategias de afrontamiento al estrés en tiempos de pandemia, del personal de emergencia de un hospital de Lima Sur, 2020.</i> Tesis de pregrado. Universidad César Vallejo. Lima – Perú.</p> <p>Cirami, L. et al. (2020). <i>Estrategias de afrontamiento del estrés</i></p> |
|--|--|--|--|--|--|

| | | | | | | |
|--|--|--|--|--|--|--|
| | | | | <p>Centro de Salud I-3, ciudad de Iquitos, 2024. Se utilizará el muestreo aleatorio simple para poblaciones finitas.</p> <p><u>Criterios de inclusión</u> Trabajadores del Centro de Salud I-3, ciudad de Iquitos, 2024.</p> <p>Trabajadores contratados, nombrados, Serumistas y practicantes.</p> <p>Trabajadores con encargaturas, administrativos, gerenciales, jefaturas, personal de servicio y mantenimiento.</p> <p>Trabajadores cuyas edades se encuentren entre 20 a 65 años.</p> <p>De sexo femenino y masculino.</p> | | <p><i>laboral en trabajadores de la salud y reflexiones acerca de las transformaciones organizacionales a partir de la pandemia de COVID-19.</i> Revista Subjetiva Y Procesos Cognitivos. "Pandemia". Vol. 24, Nro. 2. pp. 1-15. Condori, M. y Feliciano, V. (2020). <i>Estrategias de afrontamiento al estrés y ansiedad estado en trabajadores de un Centro de Salud en cuarentena por Covid-19, Juliaca.</i> Tesis de pregrado. Universidad Autónoma de Ica. Chincha – Perú. Diario Oficial El Peruano. (10 de junio de 2021). <i>Minsa alerta que el 52.2% de limeños sufre de estrés provocado por el covid-19.</i> 3 de abril de 2023: https://elperuano.pe/noticia/122420-minsa-alerta-que-el-522-de-limenos-sufre-de-estres-provocado-por-el-covid-19 Hernández, R. Fernández, C. y Baptista, P. (1997). Metodología de la Investigación. respecto a la primera edición por McGRAW - HILL</p> |
|--|--|--|--|--|--|--|

| | | | | | | |
|--|--|--|--|--|--|---|
| | | | | <p>De nacionalidad peruana.</p> <p>Todos los trabajadores que hayan llenado correctamente el instrumento.</p> <p><u>Criterios de exclusión</u></p> <p>Trabajadores que no sean del Centro de Salud I-3, ciudad de Iquitos, 2024.</p> <p>Trabajadores con licencia o permiso temporal.</p> <p>Trabajadores no disponibles en la fecha de aplicación del instrumento.</p> <p>Todos los trabajadores que no hayan llenado correctamente el instrumento.</p> | | <p>INTERAMERICANA DE MÉXICO, S.A. de C.V.</p> |
|--|--|--|--|--|--|---|

ANEXO N° 2

CONSENTIMIENTO INFORMADO

Participación en el estudio de investigación sobre “ESTRATEGIAS DE AFRONTAMIENTO AL ESTRÉS EN TRABAJADORES DEL CENTRO DE SALUD I-3, CIUDAD DE IQUITOS, 2024”

Yo, _____ identificado con DNI N° _____ quien actualmente labora en el Centro de Salud I-3. De profesión _____, que por medio del presente manifiesto:

Que, en el estudio de referencia, el que será ejecutado por la investigadora, en coordinación con la Gerencia, se administrará a cada uno de los participantes el instrumento denominado: Cuestionario de modos de afrontamiento al estrés (COPE), la misma que será tratado como documento confidencial, de uso exclusivo de la investigadora y destruidos una vez procesados los datos.

Que la información sobre mi persona que se obtenga del estudio es absolutamente confidencial y que no podrá ser entregada a otra persona sin mi expreso consentimiento. La misma, no podrá utilizarse con otros fines ajenos a los objetivos de la investigación. Que tengo pleno derecho a recibir toda la información que solicite concerniente a mis resultados individuales.

Que mi participación en el estudio es absolutamente voluntaria y que puedo abandonarlo retirando este consentimiento en cualquier momento, sin ninguna consecuencia laboral o personal. Habiendo tomado conocimiento de todo lo anterior, consiento en participar voluntariamente en la investigación en mención como parte de la muestra de estudio.

Nombre:

DNI N°

Iquitos.....de.....de 2024

COMPROMISO DE HONOR

Iquitos de 2024.

A través del presente escrito la suscrita Br. Anita Lucía Gaviria Tello con DNI N° 71282413 egresada de la carrera profesional de Psicología de la Universidad Científica del Perú, me comprometo a cumplir con las siguientes disposiciones académicas, conductuales y administrativas.

Me comprometo a no interferir con las labores del personal del centro de salud.

Respetar y asistir con puntualidad a las sesiones programadas para realizar las evaluaciones al personal.

Me comprometo a no cometer ningún tipo de plagio o cualquier otro acto de actitud deshonesta que atente contra el normal desarrollo de la investigación.

No involucrarme en actos que, por su trascendencia social, comprometan negativamente al prestigio del centro de salud en perjuicio para la imagen y/o fines de esta.

No manifestar conductas que constituyan falta de honestidad, o estén reñidas con la moral y las buenas costumbres.

Siempre dirigirme con el respeto y consideración debida, a cualquier personal del centro de salud.

Atentamente

Br. Anita Lucia Gaviria Tello

DNI N° 71282413

Anexo 3: Instrumentos de recolección de datos

“ESTRATEGIAS DE AFRONTAMIENTO AL ESTRÉS EN
TRABAJADORES DEL CENTRO DE SALUD I-3, CIUDAD DE IQUITOS, 2024”

Factores Sociodemográficos

MARQUE CON UNA (X) DONDE LE CORRESPONDA

EDAD: _____ PROFESIÓN: _____ SEXO: Masculino () Femenino ()

TIEMPO DE SERVICIO: Menos de un año () 1 año () 2 a 5 años () 6 a 10 años () más de 10 años ()

RÉGIMEN LABORAL: Contratado () Nombrado ()

CUESTIONARIO DE MODOS DE AFRONTAMIENTO DEL ESTRÉS - COPE

Instrucciones

Nuestro interés es conocer cómo las y los trabajadores responden cuando enfrentan a situaciones difíciles o estresantes. Con este propósito en el presente inventario se pide indicar qué cosas hace o siente con más frecuencia cuando se encuentra en tal situación. Seguro que diversas situaciones requieren respuestas diferentes, pero piense en aquellos **QUE MAS USA**. No olvide responder todas las preguntas teniendo en cuenta las siguientes alternativas:

| N° | Ítems | Alternativa | |
|----|--|-------------|----|
| | | Si | No |
| 1 | Ejecuto acciones adicionales para deshacerme del problema. | | |
| 2 | Elaboro un plan de acción para deshacerme del problema. | | |
| 3 | Dejo de lado otras actividades para concentrarme en el problema. | | |
| 4 | Me esfuerzo esperando el momento apropiado para enfrentar el problema. | | |
| 5 | Pregunto a personas que han tenido experiencias similares sobre lo que hicieron. | | |
| 6 | Hablo con alguien sobre mis sentimientos. | | |
| 7 | Busco algo bueno de lo que está pasando. | | |
| 8 | Aprendo a convivir con el problema. | | |
| 9 | Busco la ayuda de Dios. | | |
| 10 | Emocionalmente me perturbo y libero mis emociones. | | |
| 11 | Me niego a aceptar que el problema ha ocurrido. | | |
| 12 | Dejo de lado mis metas. | | |
| 13 | Me dedico a trabajar o realizar otras actividades para alejar el problema de mi mente. | | |

| Continuación | | Si | No |
|---------------------|---|-----------|-----------|
| 14 | Concentro mis esfuerzos para hacer algo sobre el problema. | | |
| 15 | Elaboro un plan de acción. | | |
| 16 | Me dedico a enfrentar el problema, y si es necesario dejo de lado otras actividades. | | |
| 17 | Me mantengo alejado del problema sin hacer nada, hasta que la situación lo permita. | | |
| 18 | Trato de obtener el consejo de otros para saber qué hacer con el problema. | | |
| 19 | Busco el apoyo emocional de amigos o familiares. | | |
| 20 | Trato de ver el problema en forma positiva. | | |
| 21 | Acepto que el problema ha ocurrido y no podrá ser cambiado. | | |
| 22 | Deposito mi confianza en Dios. | | |
| 23 | Libero mis emociones. | | |
| 24 | Actúo como si el problema no hubiera sucedido realmente. | | |
| 25 | Dejo de perseguir mis metas. | | |
| 26 | Voy al cine o miro la TV, para pensar menos en el problema. | | |
| 27 | Hago paso a paso lo que tiene que hacerse. | | |
| 28 | Me pongo a pensar más en los pasos a seguir para solucionar el problema. | | |
| 29 | Me alejo de otras actividades para concentrarme en el problema. | | |
| 30 | Me aseguro de no crear problemas peores por actuar muy pronto. | | |
| 31 | Hablo con alguien para averiguar más sobre el problema. | | |
| 32 | Converso con alguien sobre lo que me está sucediendo. | | |
| 33 | Aprendo algo de la experiencia. | | |
| 34 | Me acostumbro a la idea de que el problema ya ha sucedido. | | |
| 35 | Trato de encontrar consuelo en mi religión. | | |
| 36 | Siento mucha perturbación emocional y expresa esos sentimientos a otros. | | |
| 37 | Me comporto como si no hubiese ocurrido el problema. | | |
| 38 | Acepto que puedo enfrentar al problema y lo dejo de lado. | | |
| 39 | Sueño despierto con otras cosas que no se relacionen al problema. | | |
| 40 | Actúo directamente para controlar el problema. | | |
| 41 | Pienso en la mejor manera de controlar el problema. | | |
| 42 | Trato que otras cosas no interfieran en los esfuerzos que pongo para enfrentar el problema. | | |
| 43 | Me abstengo de hacer algo demasiado pronto. | | |
| 44 | Hablo con alguien que podría hacer algo concreto sobre el problema. | | |
| 45 | Busco la simpatía y la comprensión de alguien. | | |
| 46 | Trato de desarrollarme como una persona a consecuencia de la experiencia. | | |
| 47 | Acepto que el problema ha sucedido. | | |
| 48 | Rezo más de lo usual. | | |
| 49 | Me perturbo emocionalmente y estoy atento al problema. | | |
| 50 | Me digo a mí mismo: "Esto no es real". | | |
| 51 | Disminuyo los esfuerzos que pongo para solucionar el problema. | | |
| 52 | Duermo más de lo usual. | | |

¡Gracias por su participación!