



**UNIVERSIDAD ALAS PERUANAS**

**FACULTAD DE MEDICINA HUMANA Y CIENCIAS DE**

**LA SALUD**

**ESCUELA PROFESIONAL DE PSICOLOGÍA HUMANA**

**TÍTULO**

**ESTILOS DE AFRONTAMIENTO AL ESTRÉS EN EL PERSONAL**

**ADMINISTRATIVO DE LA MUNICIPALIDAD DISTRITAL DE ATE**

**SEGÚN GÉNERO, LIMA – 2017**

**TESIS PARA OBTENER EL TÍTULO PROFESIONAL DE**

**LICENCIADO EN PSICOLOGÍA HUMANA**

**AUTOR**

**ORIHUELA ASTUCURI JEANS ALBERTO**

**LIMA – PERÚ**

**2018**

El siguiente trabajo de investigación está dedicado a mi alma mater la Universidad Alas Peruanas, quien durante todo este tiempo me brindo los conocimientos necesarios para mi desarrollo personal y laboral.

Dar las gracias a Dios por la oportunidad de poder estar aquí y realizar cada día mis sueños, es quien guía mis pasos en cada decisión que tomo.

La realización de este trabajo de investigación no sería del todo posible sin la intervención de los familiares, profesionales, docentes, asesores, amigos y personas las cuales directa o indirectamente motivaron y fueron parte del mencionado trabajo, a ellos con mucho cariño y estima. Así pues, como no mencionar a las diferentes instituciones que durante 5 años brindaron conocimientos y experiencias que servirán durante este camino constante que es, la vida profesional.

## **RESUMEN**

La investigación tuvo como objetivo identificar y comparar las dimensiones de los estilos de afrontamiento al estrés en 220 personas del sexo masculino y femenino del personal administrativo que laboran en la Municipalidad Distrital de Ate en la ciudad de Lima. El muestreo fue no probabilístico intencional. Se aplicó la escala de afrontamiento al estrés (CARVER Y COLS.). Los resultados obtenidos indican que existe un nivel de estrés bajo con un 34%.5, un nivel de estrés medio con un 32.7% y un nivel estrés alto con un 32.7%. Mientras que la diferencia entre las dimensiones en niveles altos son de 30% enfocado en la emoción, 30% en el problema y 29.1% en otros estilos de afrontamiento. Estos resultados demuestran no existir diferencias significativas entre los sexos masculino y femenino en cuanto a las dimensiones de los estilos de afrontamiento al estrés, por cuanto, los estilos enfocados en la emoción, en el problema y otros estilos de afrontamiento son utilizados por el personal administrativo de la municipalidad distrital de Ate, por lo tanto, la hipótesis nula planteada es aceptada.

Palabras clave: Estrés, afrontamiento, personal administrativo

## **ABSTRACT**

The objective of the research was to identify and compare coping styles in 220 people, on the male and female sex the administrative staff tha worked in the district Municipality of Ate in the city of Lima. The Sampling was intentional non-probabilistic. The stress scale was applied to stress (CARVER AND COLS.). The results indicate that there is a low level of stress with 32.7%. While the difference between the dimensions in high levels is 30% in emotion, 30% in the problem and 29.1% in other coping styles. These results show that there are no significant differences between the male and female sexes in terms of the dimensions of coping styles for stress, because styles focused on emotion, problem and other coping styles are used by administrative personnel of the district municipality of Ate, therefore, the null hypothesis is acceoted.

**Key words:** Stress, coping, administrative staff

## INTRODUCCIÓN

La investigación presentada tuvo como objetivo identificar y comparar las dimensiones de los estilos de afrontamiento en una muestra conformada por 220 personas de ambos sexos, masculino 96 y 124 del sexo femenino, siendo el personal administrativo que laboran en la Municipalidad Distrital de Ate en la ciudad de Lima. Dicha investigación presenta las circunstancias en las que nos lleva una situación estresante, actualmente el estar pasando por un estado de cansancio mental provocado por la exigencia de un rendimiento y las posibles respuestas asertivas, caracterizadas para un mejor manejo de cada situación, un estilo de afrontamiento al estrés que conlleva a un adecuado desarrollo físico y mental creando un mejor clima laboral, rendimiento productivo.

Enfocados en una problemática muy frecuente es que se ha estructurado la siguiente investigación que consta en cinco capítulos. El primer capítulo presenta la descripción de la realidad problemática, formulación del problema, los objetivos, la justificación y las limitaciones. El segundo capítulo se refiere al marco teórico, antecedentes de la investigación y bases teóricas. En el tercer capítulo se presenta la formulación de hipótesis y variables de investigación. En el cuarto capítulo se muestra el diseño metodológico, diseño muestral, población y muestra, técnicas e instrumentos utilizados. Por último, el quinto capítulo muestra los resultados obtenidos, el análisis descriptivo de los resultados, discusión, conclusiones y recomendaciones.

## INDICE

	Pág.
PORTADA .....	i
DEDICATORIA.....	ii
AGRADECIMIENTO .....	iii
RESUMEN .....	iv
ABSTRACT .....	v
INTRODUCCION.....	vi
INDICE .....	vii
<b>CAPITULO I</b>	<b>PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA</b>
1.1 Descripción de la realidad problemática .....	11
1.2 Formulación del problema.....	13
1.3 Objetivos de la investigación .....	14
1.4 Justificación e importancia de la investigación .....	15
1.5 Limitaciones de la investigación .....	16
<b>CAPITULO II</b>	<b>MARCO TEORICO</b>
2.1 Antecedentes de la Investigación .....	17
2.1.1 Internacional.....	17
2.1.2 Nacional .....	20
2.2 Bases teóricas .....	23
2.2.1 Definición de Estrés .....	23
2.2.2 Modelos teóricos que explican el estrés .....	26
2.2.3 Definición de Afrontamiento .....	29

2.2.4 Modelos teóricos que explican el afrontamiento al estrés.....	30
2.3 Términos Básicos .....	34

### **CAPITULO III HIPOTESIS Y VARIABLES DE LA INVESTIGACION**

3.1 Formulación de Investigación .....	36
3.1.1 Hipótesis principal.....	36
3.1.2 Hipótesis específica .....	36
3.2 Variable de Investigación .....	37
3.2.1 Variable de estudio .....	37
3.2.1.1 Definición Conceptual.....	38
3.2.1.2 Definición Operacional .....	38
3.2.2 Variables demográficas .....	40

### **CAPITULO IV METODOLOGIA**

4.1 Diseño Metodológico .....	41
4.2 Diseño muestral; población, muestra y técnicas de muestreo .....	42
4.2.1 Población y muestra.....	42
a) Población .....	42
b) Muestra .....	42
c) Análisis de la muestra evaluada .....	44
4.3 Técnicas e instrumentos de recolección de datos, validez y confiabilidad .....	46
4.3.1 Técnicas del proceso de recolección de datos .....	46
4.3.2 Instrumento de recolección de datos, validez y confiabilidad.....	46



a)	Ficha técnica .....	46
b)	Descripción .....	47
c)	Normas de aplicación .....	47
d)	Validez y confiabilidad .....	48
e)	Normas de calificación .....	48
4.4	Técnicas de recopilación y procesamiento de la información .....	49
4.5	Técnicas estadísticas .....	50
4.6	Aspectos éticos contemplados .....	50
<b>CAPITULO V            ANALISIS Y DISCUSION</b>		
5.1	Análisis descriptivo de los resultados .....	51
5.1.1	Nivel de estrés de la muestra total .....	51
5.1.2	Prueba de Normalidad .....	53
5.2	Análisis inferencial .....	54
5.3	Comprobación de Hipótesis .....	55
5.3.1	Contraste de hipótesis Principal .....	55
5.3.2	Contraste de hipótesis específica .....	56
5.4	Discusión, conclusiones y recomendaciones .....	57
5.4.1	Discusión .....	57
5.4.2	Conclusiones .....	60
5.4.3	Recomendaciones .....	61
<b>REFERENCIAS BIBLIOGRAFICAS .....</b>		<b>62</b>
ANEXO 1 Matriz de Consistencia .....		69
ANEXO 2 Cuestionario de estilos de Afrontamiento al Estrés .....		73
ANEXO 3 Baremos para Medición del Estilo de Afrontamiento .....		77
ANEXO 4 Tabla de Frecuencia del Total de Sujetos Evaluados .....		79

## INDICE DE TABLAS

Tabla N°	Pág.
1. Operacionalización de la variable .....	41
2. Población y porcentaje total.....	43
3. Muestra Total .....	44
4. Frecuencia del total de evaluados y porcentaje .....	45
5. Frecuencia del total de evaluados según su edad.....	45
6. Tablas cruzadas según la variable sexo y condición laboral .....	46
7. Nivel de estrés.....	52
8. Nivel de estilo de afrontamiento al estrés Enfocado en el Problema.....	53
9. Nivel de estilo de afrontamiento al estrés Enfocado en la Emoción .....	53
10. Nivel de estilo de afrontamiento enfocado en otros estilos .....	54
11. Prueba de Normalidad .....	54
12. Nivel de estrés entre hombres y mujeres .....	55
13. Estilos de afrontamiento hombres y mujeres .....	55
14. Comprobación de Hipótesis.....	56
15. Contraste de hipótesis general, media, gl, significancia. ....	57
16. Contraste de hipótesis específica, estilo enfocado en el problema .....	57
17. Contraste de hipótesis específica, estilo enfocado en la emoción .....	58
18. Contraste de hipótesis específica, estilo enfocado en otros estilos.....	58

## **CAPITULO I**

### **PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA**

#### **1.1 Descripción de la Realidad problemática**

Es una realidad decir que las personas cada día están más estresadas por diversas situaciones, y se explica al nombrar situaciones que cada persona percibe y/o procesa significativamente, pues es un error pensar que todos se estresan por los mismos acontecimientos en cada momento y lugar, es así, que atendemos a múltiples sugerencias de cómo lidiar o que hacer para prevenir, reducir, quitar, un estado que afecta nuestro organismo, reconocer las diversas causas y efectos en las que se dan. En tanto un motivo que pueda generar estrés al personal administrativo de las instituciones pública (Municipalidad distrital Ate), en el desarrollo de las actividades diarias, es el no contar con estilos de afrontamiento al estrés. Por lo que, durante mucho tiempo las investigaciones enfocadas al manejo del estrés en instituciones específicas como son las municipalidades distritales son muy pocas, algunas investigaciones muestran estadísticas en cuanto al rendimiento laboral y las consecuencias que se ejerce en las personas que laboran.

Las estadísticas indican que en Europa existe mayor índice de estrés laboral esto a consecuencia de las presiones que se ejercen en el trabajo que desempeñan, en Europa el mayor nivel de estrés laboral se ejerce en Suiza con un 68% seguido de Noruega y Suecia con un 31%, seguido de Alemania con un 28%, manteniendo a España con un 19% y Holanda con un 16%, siendo el país con menos estrés laboral en trabajadores. Mac Donald, A. (2009), (citado por Sánchez, K.2017).

La OMS (Organización Mundial de la Salud) en el año 2005 estimó que a nivel mundial, entre el 5% y el 10% de los trabajadores en los países desarrollados padecen de estrés laboral, mientras que en los países industrializados sería el 20% y el 50% de los trabajadores afectados por dicha enfermedad. Mac Donald, A. (2009), (citado por Sánchez, K.2017).

En América Latina, los porcentajes en materia de estrés laboral crece cada año Argentina es uno de los países afectados ; de acuerdo al resultado de encuestas realizada a 100 trabajadores, se descubrió que el 65% de los trabajadores en Capital Federal admite que sufre de estrés laboral en su actividad laboral y un 18% en el interior del país. Mac Donald, A. (2009). (Citado por Sánchez, K.2017).

Por otro lado, Fernández-Abascal (citado por De la Cruz, 2003), menciona que: “Afrontamiento proceso que implica un esfuerzo por parte del individuo para manejar las demandas de la interacción individuo – ambiente evaluadas como estresantes o que superan sus propios recursos”. Explica en buen control y manejo de la homeostasis psíquica mediante esfuerzos que están al alcance, como comprendemos el manejo de una situación estresante ante un evento cualquiera va

depender considerablemente el control de cuya respuesta la cual será satisfactoria para la tranquilidad y el bienestar personal.

En consecuencia vemos un aumento de estrés en la población entonces nos preguntamos: ¿Cómo afrontar una situación estresante? o ¿Qué estilos de afrontamiento al estrés deberíamos optar? o ¿Quién maneja mejor una situación estresante varones o mujeres? Preguntas que muchas veces no son resueltas. Se propone elegir un estilo de afrontamiento al estrés el cual pueda mejorar la calidad de vida en las personas sujetas a distintas adversidades. El adoptar por un estilo de afrontamiento a una situación estresante conlleva a un estado físico saludable, mejor manejo de nuestras emociones, y por qué no, un óptimo comportamiento en beneficio de la persona y la sociedad, además, de generar mayor productividad y agradable clima laboral.

Por lo mencionado anteriormente, se propone interrogantes las cuales nos ayude a poder identificar, si existe alguna diferencia significativa entre los resultados obtenidos entre el sexo masculino y femenino de la institución que se manejó como población.

## **1.2 Formulación del problema**

### **1.2.1 Problema principal**

¿Qué diferencia existe en los estilos de afrontamiento al estrés en el personal administrativo de la Municipalidad Distrital de Ate según su género, Lima - 2017?

### **1.2.2 Problema específico**

¿Qué diferencias existe en la dimensión enfocada en el problema de los estilos de afrontamiento al estrés del personal administrativo de la Municipalidad Distrital de Ate según su género, Lima - 2017?

¿Qué diferencias existe en la dimensión enfocada en la emoción de los estilos de afrontamiento al estrés del personal administrativo de la Municipalidad Distrital de Ate según su género, Lima - 2017?

¿Qué diferencias existe en la dimensión enfocada en otros estilos de afrontamiento al estrés del personal administrativo de la municipalidad Distrital de Ate según su género, Lima - 2017?

## **1.3 Objetivos de la investigación**

### **1.3.1 Objetivo principal**

Identificar y comparar el estilo de afrontamiento al estrés del personal administrativo de la municipalidad distrital de Ate según su género, Lima - 2017.

### **1.3.2 Objetivos específicos**

Identificar y comparar la dimensión enfocada en el problema de los estilos de afrontamiento al estrés del personal administrativo de la municipalidad distrital de Ate según su género, Lima - 2017.

Identificar y comparar la dimensión enfocada en la emoción de los estilos de afrontamiento al estrés del personal administrativo de la municipalidad distrital de Ate, según su género, Lima - 2017.

Identificar y comparar la dimensión enfocada en otros estilos de los estilos de afrontamiento al estrés del personal administrativo de la municipalidad distrital de Ate según su género, Lima - 2017.

#### **1.4 Justificación e importancia de la investigación**

Es evidente las muchas dificultades, molestias, conflictos en que se ven envueltos el personal administrativo, en esa relación entre individuo y ambiente, diversas situaciones que tiene que lidiar ya sea a nivel personal donde influyen aspectos cognitivos, emocionales, conductuales cuya respuesta carentes de asertividad o de un estilo de afrontamiento genera en consecuencia un estrés, y porque no, problemas en la salud, manifestando alteraciones como respuesta física ante determinados estímulos. Por otro lado, el desarrollo de la actividad se ve obstruida permitiendo un déficit en el rendimiento laboral, un ambiente molesto, toxico e incómodo.

En tanto la presente investigación pretendió aportar conocimientos ante una situación estresante y permitir un adecuado desarrollo ante adversidades, utilizando técnicas, estrategias, estilos de afrontamiento cuyo fin busca el bienestar personal, social, laboral, además, de un satisfactorio estado de salud físico y mental, así mismo, poder demostrar en cada individuo un óptimo potencial de sus capacidades en el trabajo que realiza.

## **1.5 Limitaciones de la investigación**

La resistencia de algunos participantes en el proceso de desarrollo de la encuesta debido a la carga laboral que presentaban, hizo que se excluyera a dichos participantes.

La muestra obtenida para la realización de la investigación representa parte del personal administrativo de la municipalidad distrital de Ate de la ciudad de Lima metropolitana. No se consideró todo el personal para la evaluación ya que se encontraba ejerciendo sus funciones administrativas.

Debido a la breve interrupción en las labores para la aplicación de la evaluación en el personal administrativo, algunos trabajadores fueron excluidos, no pudiendo completar la evaluación

La poca investigación que se realiza en el personal administrativo de dichas instituciones como municipalidades.



## **CAPITULO II**

### **MARCO TEORICO**

#### **2.1 Antecedentes de la investigación**

##### **2.1.1 Internacionales**

Folkman y Lazarus (citados por Mamani, A. 2008). establecieron la relación entre las emociones y afrontamiento (*manejo confrontador, distanciamiento, autocontrol, búsqueda de apoyo social, aceptar responsabilidades, escape – evasión, solución planificada de problemas, valoración positiva*) analizando las correlaciones de estrategias de afrontamiento y las emociones resultantes, concluyeron, la solución planificada de problemas parece ser la respuesta más efectiva ante situaciones de estrés, dado que se asocia a emociones más resultantes positivas. Esto quiere decir, ante un evento estresante la respuesta con una estrategia de afrontamiento nos dará un mejor resultado, pero también sabemos que, respuestas con contenidos emocionales nos llevara a soluciones más satisfactorias. Por otro lado, la respuesta de confrontación así como distanciamiento resultaron ser menos óptimas para afrontamiento de personas con tipos de problemas encontrados en la adultez entre 30 y 40 años.

Krzemien, Urquijo y Monchietti, (2004), estudiaron la relación entre aprendizaje social y estrategias de afrontamiento a los sucesos críticos de la vejez femenina. A una muestra conformada por 60 sujetos de sexo femenino, residentes de la ciudad de Mar de Plata, entre 60 y 90 años de edad, se construyeron dos grupos, un grupo experimental y un grupo control cada uno conformado por 30 personas. El diseño utilizado fue cuasi-experimental del tipo pretest-postest con grupo control. La recolección de datos se llevó a cabo del COPE (Carver, adaptación española de crespó y cruzado), la versión disposicional. Los resultados presentaron diferencias significativas en el estilo de afrontamiento: en el grupo de intervención aumentó el uso de estrategias activas - adaptativas de carácter conductual y cognitivo; y disminuyó el uso de las evitativas y de carácter emocional. El aprendizaje social se relacionó positivamente con un afrontamiento activo y adaptativo a la crisis del envejecimiento femenino. Por lo tanto, el aprendizaje social tiene una influencia positiva en el afrontamiento: profundizó el uso de estrategias activas de tipo conductual y cognitivo, afianzando un estilo de afrontamiento adaptativo al envejecimiento femenino.

García, C. (2006) (citado por Sánchez, K. 2017), en Valdivia, Chile realizó un estudio sobre “Estrés laboral en personal de la unidad de emergencia gineco-obstétrica Hospital Clínico Regional Valdivia”. Tuvo como objetivo conocer signos y síntomas de estrés laboral y las principales fuentes de tensión percibidas por los y las trabajadoras de la unidad de emergencia gineco-obstétrica del Hospital Clínico Regional Valdivia, En cuanto al material y método se usó una batería de 5 cuestionarios a 32 personas, siendo autoaplicados, validados previamente y que miden diferentes aspectos de estrés según la percepción del sujeto de estudio. Se

analizó la población considerando a dos grupos: profesionales y no profesionales. Llegando entre otras a las siguientes conclusiones: Se encontró un alto nivel de sintomatología asociada a estrés laboral; una alta prevalencia de automedicación, un alto número de episodios de morbilidad relacionados a estrés. Las fuentes de tensión laboral percibidas tienen que ver con las condiciones físicas de trabajo y la carga laboral en la mayor parte de los casos. Las fuentes de insatisfacción y de tensión son dimensiones independientes en su aparición según grupo ocupacional y sexo. Se reafirma la capacidad de los cuestionarios para discriminar la frecuencia de las manifestaciones de estrés entre grupos ocupacionales. No existiendo en el HCRV un protocolo de identificación de estrés, este estudio representa una herramienta útil para lograr delinear estrategias de prevención y reconocimiento temprano del estrés laboral.

Ojeda y Espinoza (2007), reportan en un estudio con migrantes mexicanos que el estilo de afrontamiento pasivo es el más utilizado en la población estudiada, lo que hace vulnerable al colectivo de migrantes frente a la necesidad de adaptarse al contexto al que migraron; aquí vemos que prevaleció los factores ambientales, condicionados a no poder desenvolverse por el hecho de ubicarse en otro país y estar sujetos a represiones, estas mismas autoras, en otro estudio, citan que las personas adolescentes suelen usar distintas formas de afrontar un problema; específicamente en adolescentes con intención de migrar, encontraron que el estilo de afrontamiento que suelen usar es el evidente; citan correlaciones significativas entre el estilo de afrontamiento evidente y la capacidad de autocontrol sin responsabilidad y con el mismo esfuerzo; es decir, evitan afrontar los riesgos de manera activa.

Rodríguez (2012), en su tesis titulada “Estrés y desempeño laboral de los trabajadores de la universidad de Simón Rodríguez”, en su tesis para optar el grado de doctor en educación, cuyo objetivo fue determinar la relación entre el estrés y desempeño laboral de los trabajadores de la universidad Simón Rodríguez. Dicha investigación tuvo como muestra 70 empleados de la universidad. A quienes se aplicó un cuestionario graduado en la escala Likert. El diseño de la investigación es no experimental y el tipo de estudio es básico con un enfoque cuantitativo. Teniendo como resultados una alta correlación de entre la variable estrés y desempeño laboral de los trabajadores de la universidad Simón Rodríguez.

### **2.1.2 Nacionales**

En el Perú, Nancy Valdez 1999 (citado por De la Cruz, L. 2003), realiza un estudio referente a la presencia del estrés y los recursos de afrontamiento que utilizan las adolescentes embarazadas, a través del inventario de Recursos de Afrontamiento de Hammer y Marting, en base a recursos personales y sociales; al término de la investigación se pudo concluir que ellas presentaban bajo afrontamiento al estrés en ambos recursos generales.

Ayvar, G. (citado por Sánchez, K. 2017), en Lima realizó un estudio sobre “las condiciones de trabajo y su relación con el nivel de estrés laboral de las enfermeras del servicio de emergencias del Instituto Peruano de Seguridad Social, Guillermo Almenara Irigoyen”, el cual tuvo como objetivo identificar las condiciones de trabajo en que se desempeñan las enfermeras que laboran en el servicio de emergencias del Instituto peruano de Seguridad Social Guillermo Almenara Irigoyen. Determinar el nivel de estrés laboral en las enfermeras

asistenciales del servicio de emergencia del Instituto Peruano de Seguridad Social. El método que utilizó fue el descriptivo ex-post facto descriptivo. La muestra fue seleccionada por el método probabilístico aleatorio, haciendo un total de 48 enfermeras asistenciales que trabajaban en la unidad de emergencias del Instituto Peruano de Seguridad Social Guillermo Almenara Irigoyen. Para la recolección de datos se utilizó la técnica de cuestionario de condiciones de trabajo y el test para medir el nivel de estrés. Las conclusiones a las que llegaron fueron entre otras, las siguientes: “El desarrollo personal y profesional, así como la vida familiar de las enfermeras que laboran en el servicio de emergencia, se ve discretamente afectada por el horario de trabajo rotativo, ejerciendo una leve influencia negativa en la estabilidad emocional. Las enfermeras de emergencias en un mayor porcentaje gozan de solamente 6 horas de descanso entre turno y turno, después de haber tenido una sobrecarga de rol cuantitativa y cualitativa con 7 a 8 o más pacientes a cargo en cada turno de trabajo, lo que indica que no se da una relación adecuada de enfermera/paciente, así como la dotación de personal auxiliar de enfermería es insuficiente para cubrir las necesidades del servicio, todo lo anterior señalado es negativo para la conservación de la fuerza laboral”.

Berrios, F. (2005), en Lima realizó un estudio titulado “Nivel de vulnerabilidad frente al estrés y mecanismos de afrontamiento en estudiantes de la escuela de enfermería” el cual tuvo como objetivo determinar el nivel de estrés y los mecanismos de defensa en estudiantes de la escuela de enfermería. El estudio fue de nivel aplicativo, tipo cualitativo, método descriptivo simple de corte transversal. El estudio contó con una población de 430 estudiantes y un muestreo probabilístico estratificado aleatorio simple conformado por 130 estudiantes. Los test utilizados

fueron el test de vulnerabilidad – bienestar frente al estrés y la escala de afrontamiento al estrés, concluyendo que: la vulnerabilidad frente al estrés en los estudiantes se encuentra en un nivel medio, así mismo, el mecanismo de afrontamiento más utilizado es el de acción positiva.

Dávalos, H. (2005), en Lima realizó un estudio “Nivel de estrés laboral en enfermeras del Hospital nacional de emergencias “José Casimiro Ulloa” cuyo objetivo general era identificar el nivel de estrés laboral en enfermeras del Hospital Nacional de Emergencias “José Casimiro Ulloa”, y como objetivos específicos: establecer la relación entre el nivel de estrés laboral y la edad, el tiempo de ejercicio profesional, el estado civil y el sexo de las enfermeras. El estudio fue de nivel aplicativo, tipo cuantitativo, método descriptivo correlacional no causal de corte transversal. La población estuvo constituida por las enfermeras del Hospital Nacional de Emergencias “José Casimiro Ulloa”. La muestra fue obtenida mediante el muestreo probabilístico aleatorio simple. La técnica fue la encuesta autoadministrado y 14 el instrumento el Inventario de Maslach Burnout Inventory (MBI). En consecuencia los resultados de dicha investigación arrojaron que la mayoría de las enfermeras presentaban un nivel de estrés laboral medio, referido a sentimientos de agotamiento emocional y despersonalización. Por otro lado, el principal factor de riesgo de estrés laboral, son déficit del personal, mayor demanda en la atención, la poca experiencia, profesionales de salud autoritarios y agresivos.

## **2.2 Bases Teóricas**

### **2.2.1 Definición Estrés**

Moscoso, M. (1998), señala que este término proviene del participio latino (strictus) del verbo stringere que significa provocar “tensión”, y fue bautizado por primera vez en el idioma inglés durante el siglo XIV con el propósito de describir opresión, adversidad, y dificultad, aun mucho antes de que se diera una definición en algunas otras ciencias como la física y de la ingeniería.

El estrés es una reacción fisiológica del organismo en el que entran en juego diversos mecanismos de defensa para afrontar una situación que se percibe como amenazante o de demanda incrementada. Síntoma provocado por alguna situación en problema, los síntomas son algunos notables como el nerviosismo (temblar) o estar inquieto. Algunos síntomas no observables serían la palpitación, pupilas dilatadas, cambios a nivel corporal en la piel. (Como brazos o piernas) (Estresores psicológicos. Mentirapedia 2015).

Por otro lado, El concepto de estrés fue introducido por primera vez en el ámbito de la salud en 1926 por Hans Selye, quien definió el estrés, como la respuesta general del organismo ante cualquier estímulo estresor o situación estresante. Esta respuesta se caracteriza por una serie de cambios físicos, biológicos y hormonales que al mismo tiempo le permite responder adecuadamente a las demandas externas.

"Se ha definido el estrés como el esfuerzo agotador para mantener las funciones esenciales al nivel requerido, como información que el sujeto interpreta, entorno amenaza de peligro o como imposibilidad de predecir el futuro".

Para Rotondo. (1990) todo estímulo, situación o acontecimiento que impacte en el individuo y lo obligue a esfuerzos de ajuste adaptativo constituye un estresor; por ejemplo, el cambio a una nueva escuela, la mudanza a otra ciudad, un cambio laboral, una agresión tal como un asalto, una pérdida como la muerte de un ser querido. El estresor puede afectar tanto a individuos como a grupos.

Para Gonzáles. (2004) las primeras versiones medicas del estrés se refiere a una estimulación perturbadora del equilibrio interno u homeostasis ante situaciones extremas de frio, falta de oxígeno, etc. Puede decirse que la palabra estrés se usó por primera vez en un sentido no técnico en el siglo XIV. Lumsden, (1981), (citado en Lazarus, 2000).

Según Selye. (1950), el término estrés proviene de la física, hace referencia a la presión que ejerce un cuerpo sobre otro siendo adoptado por la psicología, pasando a denominar un conjunto de síntomas psicofisiológicos como: cansancio, pérdida del apetito, bajada de peso y astenia, entre otras.

Muchas veces hemos tratado de explicar lo que es el estrés, siendo un poco complejo poder darle una definición que explique el cambio en los procesos fisiológicos que permiten un proceso de adaptación en el individuo. El estrés, se refiere a la proporción que se establece entre el individuo y el entorno, en la que se tiene en cuenta las características del sujeto y la naturaleza del medio. De este modo, se considera al estrés psicológico como resultado de la relación entre el sujeto y el entorno, que es evaluado por este como amenazante o desbordante de sus recursos y que ponen en equilibrio su bienestar LazarusFolkman, (1986).



Sandin (1995, citado por casuso, 1996), señalo que las principales teorías sobre el estrés se pueden clasificar en tres orientaciones que marcan el desarrollo de la teoría general: el estrés focalizado en la respuesta, en el estímulo y en la interacción.

Mientras tanto Cannon, W. (1992), propuso el término “homeostasis” para explicar la coordinación interna a nivel fisiológico de los procesos, los cuales se mantienen constante mediante numerosos mecanismos fisiológicos, es entonces que refiere al estrés que puede generar un desajuste y provocar un debilitamiento en los mecanismos homeostáticos.

Según Lazarus. (1986), los estímulos generadores de estrés se consideran como acontecimientos con los que tropieza el sujeto. Otros autores indican al estrés como una respuesta psicofísica en el cual es organismo frente a un estímulo interno o externo, de forma de Esutres (positiva) o Diestres (negativa), donde habrá un procesamiento cognitivo un tipo de afrontamiento. Moscoso, M. (1999), (Citado por Mamani, A. 2003).

La OMS (Organización Mundial De La Salud), define al estrés como “Acumulado de reacciones fisiológicas que preparan al organismo para la acción“

Para la siguiente investigación tomaremos la definición tomada de Lazarus y Folkman, (1986), quienes sostienen que el estrés es esa relación que existe entre el

sujeto y su entorno, consideradas como amenazante o desbordante de sus recursos, y que pone en peligro su bienestar.

### **2.2.2 Modelos teóricos que explican el estrés**

El concepto de estrés se ha aplicado a diversos fenómenos psicosociales, lo que ha llevado a cierta confusión sobre el término. Sin embargo, puede considerarse como un estado producido por una serie de demandas inusuales o excesivas que amenazan el bienestar o integridad de una persona.

Selye. (1983), (citado por Lazarus y Folkman, 1986), descubrió que las personas presentaban constantes biológicas separadamente de cualquier enfermedad que pudiera padecer. Esta conclusión llevó a Selye a poder definir el estrés como respuesta que una persona da ante una situación estresante.

En el intento de dominar dicha situación se corre el peligro de que los recursos de afrontamiento se vean superados, llevando a una perturbación en el funcionamiento del individuo, lo que podría causarle dolor emocional, enfermedad e incluso la muerte. Al inicio de los estudios sobre estrés, se consideró al estrés como un estímulo, según el cual todos los acontecimientos negativos (como los desastres naturales, las condiciones nocivas para el organismo, los eventos traumatizantes, entre otros) eran asumidos como universalmente estresantes.

Basado en este enfoque, Selye. (1936), consideró al estrés como un agente desencadenante, dado que es un elemento que atenta contra la homeostasis del organismo, que resulta en una respuesta fisiológica no específica; dicha respuesta era

estereotipada e implicaba una activación del eje hipotalámico-hipofísico-suprarrenal y del sistema nervioso autónomo. A este proceso lo llamó el "Síndrome de Adaptación General", el que presenta tres etapas claramente diferenciadas: a) Alarma, cuando el organismo percibe un agente que identifica como nocivo y genera una respuesta inicial de alerta, presentando diferentes síntomas y movilizándolo defensas para responder a la posible amenaza. Es una reacción intensa y no dura mucho; b) Resistencia, dado que la primera fase no puede mantenerse por mucho tiempo se da lugar a la etapa en la cual el organismo busca adaptarse al agente nocivo (también denominado estresor) y desaparecen los síntomas iniciales. Aquí, hay un aumento del estado de alerta y mejora la capacidad de respuesta física; y c) agotamiento, si el estresor continúa, el organismo ingresa en la etapa donde reaparecen los síntomas y se produce una ruptura de los procesos de recuperación, siendo incluso posible que el proceso culmine con la muerte Lazarus & Folkman. (1986).

Una de las críticas que recibe Selye por su teoría, es que carece de base científica, mencionando que su definición no deja en claro la distinción entre el estresor y la respuesta, siendo refutado el concepto de inespecificidad. Es por eso que Vargas. (1998), define al estrés “el comportamiento heredado, defensivo y/o adaptativo, con activación específica neuro-endocrina ante el estresor amenazante” Vargas, L. y Cruz, C. (1998), (citado por Portocarrero y caballero, 2013)

Para Selye. (1974), (citado por Lazarus, 2000) menciona los tipos de estrés, Distrés y Eutrés. Siendo el primero y estando asociado a los sentimientos negativos, de tipo destructivo, ilustrado por la ira y la agresión, siendo perjudicial para la salud.

Por otro lado, el Eustrés es de tipo cognitivo, es ilustrado por emociones asociadas con la preocupación empática por los demás.

Esta teoría, si bien es muy útil, adolece de una explicación de las diferencias individuales en las respuestas psicofísicas de estrés observadas en diversos sujetos ante los mismos acontecimientos estresantes. En este contexto, surge la teoría transaccional del estrés de Lazarus y Folkman. (1986), la cual plantea que la persona y el ambiente mantienen una relación dinámica, mutuamente recíproca y bidireccional. Por ello, el estrés es considerado como un proceso que incluye las transacciones entre el individuo y su medio ambiente durante el cual la percepción de amenaza y/o daño ocasiona reacciones físicas y psicológicas. Dichas respuestas se caracterizan por ser de tipo rápido, intuitivo y automático, y son diferentes del pensamiento reflexivo, el cual es más lento y más abstracto Lazarus & Folkman. (1986), Taylor. (1999).

Enfoque del estrés basado en el estímulo, Robert Hooke –biólogo y físico- contribuyó formulando un análisis de ingeniería sobre el estrés, considero que la práctica de los diseños de las estructuras creadas por el hombre, tales como puentes, para soportar cargas pesadas sin derrumbarse, esto con el afán de explicar cuál es el proceso que sigue, de ello, Hooke analizó el problema los cuales encontraron tres conceptos básicos: carga, estrés y tensión. Se entiende como carga a la fuerza extrema que se ejerce, como el peso, se entiende como estrés a la estructura donde recae todo el peso y tensión es la deformación producida por la carga y el estrés. Entonces, vemos que el estrés como estímulo solo puede resistir una capacidad de estrés.

Cannon. (1932) realiza las primeras investigaciones en cuanto al estrés, es donde explica las respuestas fight o flight, cabe mencionar que cada respuesta ejercida por un individuo involucra todo un proceso en el organismo, cuando éste activa mediante las vías del nervioso simpático y endocrino, siendo fight como una respuesta de pelear agresivamente frente al estrés, mientras que flight representa, huir o volar.

Modelo basado en la interacción Harold Wolf, (1950) (citado por Lazarus y Folkman, 1986) aportó un elemento importante al enfocar el estrés como un proceso dinámico en el cual el organismo interactúa con el estímulo, implicando una adaptación a las demandas que se dan y ofreciendo la ventaja de apuntar a una definición mucho más integral y completa. Aquí explica la gran relación que existe entre el estímulo y el sujeto pero siempre encadenados al proceso de adaptación, esta teoría menciona que en esa relación de individuo y ambiente, intervienen una serie de procesos.

Evaluación cognitiva viene a ser la importancia que un sujeto le da a una situación en relación a su bienestar, por lo tanto la emoción y conducta dependerá de cómo evalúe o analice dicho evento.

### **2.2.3 Definición Afrontamiento**

Según Lazarus & Folkman. (1986) define el afrontamiento como esfuerzos cognitivos y conductuales constantemente, cambiantes encaminados a manejar las

demandas externas e internas que han sido evaluadas como que agotan o sobrepasan los recursos del individuo.

Para González. (2004) “el concepto de afrontamiento” no se refiere a un rasgo o estilo de respuesta personal, sino que se refiere y se centra en el proceso, en la actividad cambiante que el sujeto pone en funcionamiento en cada situación que ha sido evaluada como estresante. Entiende que el afrontamiento es distinto de la conducta adaptativa automatizada, a pesar de que es frecuente entender que un buen afrontamiento conlleva un éxito adaptativo.

Fernandez – Abascal. (1997), (citado por De la Cruz, 2003) define el afrontamiento como un proceso que pone en marcha el individuo para hacer frente a situaciones estresantes, si el individuo, tras poner en marcha el proceso de afrontamiento tiene éxito para solucionar el problema presente, repetirá el mismo cuando se presente ante situaciones similares, pero si no tiene éxito utilizara otra estrategia; la ansiedad o las respuestas de estrés aparecerán cuando no encuentre la estrategia adecuada en el momento preciso.

El afrontamiento se refiere a los esfuerzos cognitivos y conductuales constantemente cambiante 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 & Folkman. (1986).

#### **2.2.4 Modelos teóricos que explican el afrontamiento**

Lazarus y Folkman. (1986). señalan dos tipos de afrontamiento y son:

- a. Afrontamiento centrado en el problema: La persona obtiene información sobre que puede hacer y moviliza las acciones con el propósito de modificar la realidad de la relación problemática persona-medio. Las acciones del afrontamiento pueden orientarse hacia el medio o hacia uno mismo.
  
- b. Afrontamiento centrado en la emoción: Tiene la finalidad de regular emociones perturbadoras producidas por el evento estresante, puede ser evitando pensar en la amenaza o revalorizando la misma, sin modificar las realidades de la situación estresante.

Mientras los estilos y estrategias de afrontamiento que fue identificado por Carver, Scheier y Weintraub en 1989 son los siguientes:

- Estilos de afrontamiento enfocados en el problema
  - Afrontamiento activo: Implica la supresión del evento estresante y/o la disminución de sus efectos mediante el proceso de ejecución de acciones directas para tratarlas de adaptar o evitar el estresor para así aminorar los efectos.
  
  - Planificación: Implica pensar y elaborar una estrategia de cómo afrontar el estresor. Es el modo en que se debe afrontar el evento estresante, es decir los pasos a seguir para afrontar exitosamente el problema.

- Supresión de actividades componentes: Implica la postergación de otros proyectos, dejando de lado otras actividades para concentrarse en el evento estresante.
  - Postergación del afrontamiento: Esperar hasta que aparezca la ocasión o momento adecuado para actuar. Esperar la oportunidad apropiada para actuar sobre el problema, evitando actuar anticipadamente.
  - Búsqueda de apoyo social por razones instrumentales: Buscar soporte emocional, como búsqueda de consejo, asistencia y/o información con el fin de solucionar el problema.
- Estilos de afrontamiento enfocados en la emoción
    - Búsqueda de apoyo social por razones emocionales: Implica la búsqueda de apoyo moral, empatía y/o comprensión, es decir centrarse en su propio malestar emocional y desahogar sus sentimientos, con el fin de aliviar la reacción emocional negativa.
    - Reinterpretación positiva y crecimiento: Consiste en evaluar el problema de manera positiva, es decir se intenta sacar la parte positiva de la situación estresante y verla desde una perspectiva favorable, asumiéndola una experiencia aprendida.



- Aceptación: Aceptar el hecho de que el suceso ha ocurrido y es real. Es decir que la aceptación de la ocurrencia del evento estresante y de sus consecuencias.
  
  - Acudir a la religión: implica el vuelco a la religión que se profesa como alternativa para encarar el evento estresante.
  
  - Negación: Consiste en rehusar la ocurrencia del evento estresante y de sus consecuencias, es decir intentar rechazar la realidad del problema.
- Las tres escalas adicionales propuestas por Carver son evaluadas por las escalas:
    - Desentendimiento Conductual: Es decir reducir o renunciar al esfuerzo propio para afrontar al estresor. Disminución del esfuerzo dirigido al estresor, dándose por vencido, sin intentar lograr las metas con las que el estresor está infiriendo.
  
    - Desentendimiento cognitivo: Implica distraerse y dejar de pensar en el evento estresante así como en lo que se puede hacer para detenerlo y /o disminuirlo.
  
    - Enfocar y liberar emociones: Esta encaminada a liberar las emociones que acontecen en el proceso de estrés. Consiste en focalizarse en las consecuencias emocionales desagradables que se experimentan expresando abiertamente estas emociones.

Carver y colaboradores, tomaron como base la teoría de Lazarus y Folkman y el modelo de autorregulación conductual de Bandura, con el objetivo de evaluar

una mayor variedad de estrategias fue que encontraron otras escalas de afrontamiento, que serían menos frecuentes pero importantes a considerar, ya que también podrían causar desajustes al no enfrentarse al estresor; a la cual le dieron el nombre de otros estilos de afrontamiento o evitativas, las cuales corresponden a las tres últimas estrategias.

### 2.3 Términos Básicos

**Municipalidad:** Organización que se encarga de la administración pública en un determinado pueblo o ciudad, compuesta por un alcalde y varios concejales para la administración de los intereses de un municipio, ejerciendo la potestad normativa a nivel local.

**Personal:** Conjunto de personas que trabajan en un mismo organismo, institución, dependencia, fábrica, taller, etc.

**Emoción:** Es un proceso que se activa cuando el organismo detecta algún peligro, amenaza o desequilibrio con el fin de poner en marcha los recursos a su alcance para controlar la situación.

**Estrés:** Es el proceso psicológico que surge mediante un estado de cansancio mental en la que una persona lucha por la exigencia de un rendimiento superior.

**Afrontamiento:** Es la capacidad de optar por diferentes estrategia la cual nos permita tratar cualquier amenaza. Es también toda capacidad que el sujeto adquirió para la solución de los problemas.

**Religión:** Conjunto de comportamientos y prácticas, cosmovisiones, ética y organización social que designan las personas en una categoría existencial.

**Ansiedad:** Respuesta del organismo producto de estímulo(s) interno y/o externo como ideas, pensamientos, generando una serie de indicadores percibidos por el individuo como amenazantes.

**Autocontrol:** Es la habilidad de dominar las propias emociones, pensamientos, comportamientos y deseos.

### **Homeostasis**

**Psicológica:** Esta dada por el equilibrio entre las necesidades y su satisfacción. Cuando las necesidades o son satisfechas se produce un desequilibrio interno. El sujeto busca alcanzar el equilibrio a través de conductas que le permitan satisfacer dichas necesidades.

## **CAPITULO III**

### **HIPOTESIS Y VARIABLES DE LA INVESTIGACION**

#### **3.1 Hipótesis de la Investigación**

##### **3.1.1 Hipótesis General**

**H1:** Existe diferencias significativas en los estilos de afrontamiento al estrés del personal administrativo de la municipalidad distrital de Ate según su género, Lima - 2017.

**Ho:** No existen diferencias significativas en los estilos de afrontamiento al estrés del personal administrativo de la municipalidad distrital de Ate según su género, Lima - 2017.

##### **3.1.2 Hipótesis específica**

**H1:** Existe diferencias significativas en la dimensión enfocada en el problema de los estilos de afrontamiento al estrés del personal administrativo de la municipalidad distrital de Ate según su género, Lima - 2017.

**H<sub>0</sub>:** No existe diferencias significativas en la dimensión enfocada en el problema de los estilos de afrontamiento al estrés del personal administrativo de la municipalidad distrital de Ate según su género, Lima - 2017.

**H<sub>2</sub>:** Existe diferencias significativas en la dimensión enfocada en la emoción de los estilos de afrontamiento al estrés del personal administrativo de la municipalidad distrital de Ate según su género, Lima - 2017.

**H<sub>0</sub>:** No existe diferencias significativas en la dimensión enfocada en la emoción de los estilos de afrontamiento al estrés del personal administrativo de la municipalidad distrital de Ate según su género, Lima - 2017.

**H<sub>3</sub>:** Existe diferencias significativas en la dimensión enfocada en otros estilos de los estilos de afrontamiento al estrés del personal administrativo de la municipalidad distrital de Ate según su género, Lima - 2017.

**H<sub>0</sub>:** No existe diferencias significativas en la dimensión enfocada en otros estilos de los estilos de afrontamiento al estrés del personal administrativo de la municipalidad distrital de Ate según su género, Lima - 2017.

## **3.2 Variables de la investigación**

### **3.2.1 Variable de estudio**

- Estilos de afrontamiento al estrés.

### **3.2.1.1 Definición conceptual (Lazarus y Folkman, 1986).**

Afrontamiento: Son los esfuerzos cognitivos y conductuales constantemente cambiantes que se desarrollan para manejar las demandas específicas externas y/o internas, que son evaluados como excedentes o desbordantes de los recursos del individuo.

### **3.2.1.2 Definición operacional**

La puntuación obtenida en el instrumento “Estilos y estrategias de afrontamiento”: Carver, Scheier y Weintraub (1989).

1.- Estilo de afrontamiento centrado en el problema: este estilo busca manejar la situación que genere estrés (diestres), este se muestra cuando el individuo busca modificar la situación estresante.

2.- Estilos de afrontamiento centrados en la emoción: este estilo tiene como objetivo disminuir y suprimir las diferentes reacciones emocionales producto de las fuentes generadoras de estrés.

3.- Otros estilos de afrontamiento al estrés: este estilo no se enfrenta a la situación estresante, lo hace evitando pensar en la amenaza, tomando en cuenta que la realidad de la situación estresante no es modificada.

## **Dimensiones**

- Enfocados en el problema
- Enfocados en la emoción
- Otros estilos de afrontamiento al estrés

## **Indicadores**

### **Enfocados en el problema**

- Afrontamiento activo
- Planificación
- La supresión de otras actividades
- La postergación del afrontamiento
- La búsqueda de apoyo social

### **Enfocados en la emoción**

- La búsqueda del soporte emocional
- Reinterpretación positiva y desarrollo personal
- La aceptación
- Acudir a la religión
- Análisis de las emociones

### **Otros estilos de afrontamiento**

- Negación
- Conductas inadecuadas
- Distracción

### **3.2.2 Variables demográficas**

- Edad
- sexo
- Condición laboral:

CAS.- Contrato administrativo de servicios. Es un contrato laboral especial que se aplica solo al Sector Público, entre una persona natural y el Estado. No se encuentra bajo el ámbito de la carrera pública (D. Leg. 276) ni del régimen de la actividad privada (D. Leg. 728), sino que se rige específicamente al Decreto Legislativo N° 1057, su reglamento y la ley 29846 entrando en vigencia el 29 junio de 2008.

TERCERIZACIÓN.- Es una organización empresarial una empresa principal donde delega a una o más partes su actividad laboral (proceso productivo) denominadas Tercerizadoras, para que estas lleven a cabo el servicio u obras a través de sus trabajadores, manteniendo siempre su autonomía en todos los aspectos.



### 3.2.3 Operacionalización de la variable.

Tabla 1: Operacionalización de la variable, nivel.

Variable	Dimensiones	Indicadores	Ítems	Nivel
ESTILOS DE AFRONTAMIENTO AL ESTRES	Estilos de afrontamiento enfocados en el problema	1. Afrontamiento activo	<b>1)</b> 1,14,27,40	<b>Problema - Percentiles</b>
		2. Planificación	<b>2)</b> 2,15,28,41	
		3. La supresión de otras actividades	<b>3)</b> 3,16,29,42 <b>4)</b> 4,17,30,43	
		4. La postergación del afrontamiento	<b>5)</b> 5,18,31,44	
		5. La búsqueda de apoyo social		
	Estilos de afrontamiento enfocado en la emoción	6. La búsqueda del soporte emocional	<b>6)</b> 6,19,32,45 <b>7)</b> 7,20,33,46	<b>Emoción - Percentiles</b>
		7. Reinterpretación positiva y desarrollo Personal	<b>8)</b> 8,21,34,47 <b>9)</b> 9,22,35,48	
		8. La aceptación	<b>10)</b> 10, 23, 36,49	
		9. Acudir a la Religión		
		10. Análisis de las Emociones		
	Otros estilos adicionales de afrontamiento	11. Negación	<b>11)</b> 11,24,37,50	<b>Otros estilos - Percentiles</b>
		12. Conductas Inadecuadas	<b>12)</b> 12,25,38,51	
		13. Distracción	<b>13)</b> 13,26,39,52	

En la tabla N° 1 se presentan la variable de estudio con sus respectivas dimensiones e indicadores, así mismos, se observa los niveles y sus percentiles los cuales nos ayudaron para poder obtener los resultados en la investigación.

## **CAPITULO IV**

### **METODOLOGIA**

#### **4.1 Diseño Metodológico**

El estudio según su enfoque es de tipo cuantitativo, ya que las variables son claramente medibles objetivamente en un determinado contexto.

El estudio corresponde a una investigación descriptivo - comparativo, porque busca medir las características de los niveles en los estilos de afrontamiento al estrés del personal administrativo de la municipalidad distrital de Ate, Lima2017. (Hernandez, Fernandez y Baptista, 2014).

La investigación es de diseño no experimental por lo que no se manipularon las variables respectivas. Corte transaccional (transversal). Es transversal ya que para la recolección estas fueron tomadas en un solo momento (Hernandez, Fernandez y Baptista, 2014).

## 4.2 Diseño Muestral

Se determinó un muestreo no probabilístico por conveniencia. Para la cual, la muestra estuvo constituida por 220 personas que laboran como personal administrativo de la municipalidad distrital de Ate. Estas muestras están formadas gracias a la información a la cual tuvimos acceso. (Hernández, Fernández y Baptista. 2014).

### 4.2.1 Población y muestra

#### a) Población

La población de la siguiente investigación estuvo constituida por 475 personas entre varones y mujeres que laboran en la municipalidad distrital de Ate.

*Tabla 2: Población total, porcentaje total.*

<i>Sexo</i>	<i>Población</i>	<i>%</i>
<b>Masculino</b>	185	39
<b>Femenino</b>	290	61
<b>Total</b>	475	100

En la tabla 2 se observa una población de 475 personas, que corresponde al personal administrativo de la municipalidad distrital de Ate, siendo 185 (39%) del sexo masculino y 290 (61%) del sexo femenino.

#### b) Muestra

##### **Calculo para la muestra establecida.**

- Tipo de muestreo es no probabilístico.

### Calculo de la muestra teórica.

Dónde:

$n \rightarrow$  Tamaño de la muestra 213.

$Z \rightarrow$  Limite de confianza (1,96).

$e \rightarrow$  Nivel de precisión o de varianza (0,05).

$p \rightarrow$  Probabilidad de acierto (0,5).

$q \rightarrow$  Probabilidad de error (0,5).

N: Población 475.

**$n^\circ = 213$**

El resultado obtenido del cálculo según la fórmula para hallar el tamaño de la muestra es de **213** sujetos quienes serían la muestra en la población de la municipalidad distrital de Ate, sin embargo, para fines didácticos, en el cálculo del tamaño de la muestra de los promedios en la variable cuantitativa se redondeó a un total de **220** sujetos.

**Reemplazando los datos utilizando la formula obtenida para el proceso de muestreo.**

$$\text{Formula} \longrightarrow n = \frac{Z^2 \cdot N \cdot p \cdot q}{e^2 \cdot (N - 1) + Z^2 \cdot p \cdot q}$$

*Tabla 3: Muestra total.*

<i>Sexo</i>	<i>CAS</i>	<i>TERCERO</i>	<i>Muestra</i>	<i>Total</i>
<b>Masculino</b>	69	27	96	
<b>Femenino</b>	73	51	124	
	142	78		220
<b>Total</b>			220	

En la tabla 3 para fines de estudio, se trabajó con una muestra de 220 personas, de una población de 475 sujetos, siendo 96 varones y 124 mujeres que laboran como personal administrativo en la municipalidad distrital de Ate. Se especifica la condición laboral según su género, así como, el total de evaluados.

**c) Análisis de la muestra evaluada**

*Tabla 4, Frecuencia del total de evaluados y porcentaje.*

<i>Sujetos</i>	<i>f</i>	<i>%</i>
<b>M</b>	96	43,6
<b>F</b>	124	56,4
<b>Total</b>	220	100,0

En la tabla 4 se presenta la frecuencia, porcentaje y el total de la muestra evaluada en la siguiente investigación la cual está constituida por 220, (100%) empleados del personal administrativo de la municipalidad distrital de Ate, donde consta de 96 (43,6%) personas del sexo masculino y 124 (56,4%) del sexo femenino.

*Tabla 5. Frecuencia del total de evaluados según la edad.*

<b>Grupos de Edad</b>	<i>f</i>	<i>%</i>
<b>EDAD 18 - 28</b>	66	30,0
<b>EDAD 29 - 34</b>	46	20,9
<b>EDAD 35 - 45</b>	54	24,5
<b>EDAD 46 - 75</b>	54	24,5
<b>Total</b>	220	100,0

En la tabla 5 se visualiza los grupos de edad, los cuales fueron segmentados de manera intencional en 4 tipos de grupos, donde los sujetos cuyas edades son de 18 a 28 representan un 30% del total de la muestra, el grupo de 29 a 34 representa al 20,9%, mientras

que el grupo de 35 a 45 representa al 24,5%, al igual que el grupo de 46 a 75 con un 24,5% del total de la muestra.

*Tabla 6. Tablas cruzadas entre las variables sexo y modalidad de contrato*

<i>Personal CAS/Tercero</i>	<i>Sexo</i>		<i>Total</i>
	<i>Masculino</i>	<i>Femenino</i>	
<b>CAS</b>	69 71.9%	73 58.9%	142 64.5%
<b>TERCERO</b>	27 28.1%	51 41.1%	78 35.5%
<b>Total</b>	96 100.0%	124 100.0%	220 100.0%

En la tabla 6 se muestra el total de evaluados, porcentaje y porcentaje total de la muestra. Donde el 71,9% de género masculino y el 58,9% género femenino conforman el personal CAS; lo cual pertenece el 64,5% del total de la muestra. En tanto el 28,1% del género masculino y el 41,1% de género femenino corresponde al personal TERCERO, lo que conlleva al 35,5% del total de la muestra.

**- Criterios de inclusión**

- Sexo : Masculino y femenino
- Condición Laboral : Cas y Tercero

**- Criterios de Exclusión**

- Personal que labora en diferentes sedes como personal administrativo de la municipalidad distrital de Ate.
- Personal nombrado. Además, Jefes y/o gerentes de las respectivas áreas que cuenta la municipalidad distrital de Ate.

### **4.3 Técnicas e Instrumentos de recolección de datos, validez y confiabilidad**

#### **4.3.1 Técnicas del proceso de recolección de datos**

Para la recolección de los datos se utilizó las técnicas de aplicación de evaluación psicométrica (encuestas).

#### **4.3.2 Instrumento de recolección de datos, validez y confiabilidad**

##### **a) Ficha técnica**

###### FICHA TECNICA

- Nombre : Cuestionario de modos de Afrontamiento al Estrés (COPE)
- Autor : Carver
- Año : 1989
- Precedencia : Estados Unidos
- Estilos : Enfocados en el problema, en la emoción y en otros estilos de afrontamiento.
- Adaptación : Liliana Casuso (1996: en Chau en 1998 en una población universitaria en Lima)
- Traducción al español : Salazar C. Víctor (1993) UPCH
- Tipo de Aplicación : Individual
- Total de Ítems : 52, con formato tipo Likert, distribuidos en 13 áreas
- Rango de Aplicación : A partir de los 16 años.
- Calificación : De 1 a 4 puntos por cada Respuesta

- Validez : 0.42 aceptable
- Confiabilidad : 0.55 aceptable

### **b) Descripción**

El objetivo del cuestionario de modos de afrontamiento al estrés (COPE) es conocer como las personas reaccionan o responden cuando enfrentan a situaciones difíciles o estresantes. Con este propósito, Carver y colaboradores han construido un cuestionario de 52 Ítems, que comprenden 13 modos de responder al estrés; los Ítems alternativos de cada modo vienen a indicar que cosas hace o siente con más frecuencia el sujeto, cuando se encuentra en tal situación. Este instrumento trata de determinar cuáles son las alternativas que más usa.

Las respuestas están organizadas en una Escala de 13 posibilidades, o formas de afrontamiento. Cada una de ellas consta de 4 alternativas o formas de afrontar las cargas de estrés.

Los puntajes más altos en las escala indican que la estrategia de afrontamiento de dicha escala es la más frecuentemente empleada

El instrumento incorporara 3 tipos de estilos cada una con estrategias de afronte.

### **c) Normas de Aplicación**

Se entrega el cuestionario indicándole que debe leer cada ítems y evaluar si coincide o no con su forma de reaccionar frente a una situación difícil o estresante e inmediatamente marcar con aspa (x) en cuadro Casi nunca hago esto, A veces hago



esto, Usualmente hago esto y hago esto con muchas frecuencia, según como responda cuando enfrenta dicha situación.

**d) Validez y confiabilidad**

En la adaptación realizada por Casuso (1996), se obtuvo una confiabilidad usando el coeficiente alpha de Cronbach para cada uno de los 13 modos de afrontamiento que oscila entre 0.43 y 0.81 y en un coeficiente de validez correlacionando cada ítems con la prueba total que fluctúa entre “r Pearson” de 0.48 a 0.88.

Los resultados del estudio de confiabilidad del Cuestionario de estilos de afrontamiento al estrés, por el método de consistencia interna, en la cual la prueba obtuvo un coeficiente Alpha de Cronbach de 0,852. En cuanto a la validez, existe evidencia de dimensionalidad (validez factorial) encontrándose 16 factores con valores eigen mayores a 1, y que en su conjunto explican 65,522 % de la varianza.

**e) Normas de calificación**

Es un conjunto de 52 afirmaciones en primera persona, en las cuales se expresan diferentes acciones observables y encubiertas con las cuales el sujeto afronta una situación de estrés. Cada una de las 13 escalas de COPE está conformada por 4 ítems, con respuestas de elecciones que recibe puntuaciones de 1 a 4; 1=Casi nunca hago esto, 2=A veces hago esto, 3=Usualmente hago esto y 4=Hago esto con muchas frecuencias.

La calificación consiste en sumar los puntajes de cada escala, teniendo en cuenta el valor de cada uno de los Ítems. El puntaje de cada escala o estrategias es como máximo es de 16 y el mínimo es de 4 puntos.

#### **4.4 Técnicas de recopilación y procesamiento de la información**

Para la presente investigación se realizaron las debidas coordinaciones con la institución pública en la que se llevó a cabo dicha investigación, por el cual, se solicitó los permisos correspondientes para la ejecución del mismo, siendo factible los permisos otorgados por el Dr. Adalberto Guardián gerente general, ordenando al Jefe de recursos Humanos de la Municipalidad distrital de Ate brinde las facilidades del caso mediante circular general.

Para el desarrollo de la evaluación en el personal administrativo se realizó la siguiente presentación: “Buenos días, mi nombre es Jeans Orihuela, soy bachiller en Psicología y en esta oportunidad estoy realizando una investigación sobre los estilos de afrontamiento al estrés con la finalidad de poder identificar los estilos a seguir ante cualquier situación estresante, además, de su forma de pensar, sentir y actuar. Por lo que solicito su atención y colaboración durante el llenado del siguiente cuestionario.

Para el procesamiento de los datos obtenidos, se construyó una base de datos donde se compila toda la información del cuestionario escala Likert desarrollado de forma individual por el personal administrativo, el cual nos brindara los resultados según los indicadores de los estilos de afrontamiento al estrés.

#### **4.5 Técnicas estadísticas utilizadas en el análisis**

Para el procesamiento de los datos obtenidos, se llevaron a cabo los siguientes análisis estadísticos. Los resultados obtenidos de los datos fueron analizados mediante estadísticos descriptivos como la media, mediana, frecuencia y porcentajes.

Para obtener los resultados se utilizó los programas estadísticos Excel 2013 y el programa paquete estadístico para las ciencias sociales (SPSS 23).

#### **4.6 Aspectos éticos contemplados**

Durante el proceso y desarrollo de la investigación se cumplieron con los parámetros, éticos establecidos, llevando formalmente con los permisos respectivos, la confidencialidad de la información, la empatía en el personal que fue participe del mencionado trabajo.

Por otro lado, la información consignada en dicha investigación fue recabada de los diferentes libros, artículos, tesis con referencia electrónicas, citándose a los autores referidos, manteniéndose la autenticidad de la misma.

## CAPITULO V

### ANALISIS Y DISCUSION

#### 5.1 Análisis descriptivo de los resultados

En este capítulo se discuten los resultados de la investigación sabiendo que se busca establecer si existe una diferencia significativa entre los géneros masculino y femenino en cuanto a las dimensiones de los estilos de afrontamiento al estrés en el personal administrativo de la municipalidad distrital de Ate.

##### 5.1.1 Nivel de estrés de la muestra total

*Tabla 7. Nivel de estrés*

<i>Nivel de estrés</i>		
	f	%
<b>Bajo</b>	76	34.5
<b>Medio</b>	72	32.7
<b>Alto</b>	72	32.7
<b>Total</b>	220	100.0

En la tabla N° 7 se observa que 76 personas (34,5%) mantiene un nivel bajo de estrés, mientras que 144 personas (65.4%) presentan un nivel de medio a alto.

*Tabla 8. Nivel de estilo de afrontamiento al estrés Enfocado en el Problema*

	<i>f</i>	<i>%</i>
<b>Bajo</b>	74	33.6
<b>Medio</b>	80	36.4
<b>Alto</b>	66	30.0
<b>Total</b>	220	100.0

En la tabla 8 se observa 146 personas (66.4%) de la muestra obtuvieron un nivel medio y alto en la dimensión del estilo de afrontamiento al estrés enfocado en el problema. Sin embargo, el 74 personas (33.6%) de la muestra obtuvieron un nivel bajo en el estilo de afrontamiento al estrés enfocado en el problema.

*Tabla 9. Nivel de estilo de afrontamiento al estrés Enfocado en la Emoción*

	<i>f</i>	<i>%</i>
<b>Bajo</b>	77	35.0
<b>Medio</b>	77	35.0
<b>Alto</b>	66	30.0
<b>Total</b>	220	100.0

En la tabla 9 se observa que 143 personas (65%) de la muestra obtuvieron un nivel entre medio y alto en la dimensión estilos de afrontamiento al estrés enfocado en la emoción. Sin embargo, el 77 personas (35.0%) de la muestra obtuvieron un nivel bajo en el estilo de afrontamiento al estrés enfocado en la emoción.

Tabla 10. Nivel estilo de afrontamiento al estrés enfocado en Otros Estilos

	<i>f</i>	%
<b>Bajo</b>	82	37.3
<b>Medio</b>	74	33.6
<b>Alto</b>	64	29.1
<b>Total</b>	220	100.0

En la tabla 10 se observa 138 personas (62.7%) de la muestra obtuvieron un nivel medio y alto en la dimensión de otros estilos de afrontamiento al estrés. Sin embargo, el 82 personas que representa el (37.3%) de la muestra obtuvieron un nivel bajo en la dimensión otros estilos de afrontamiento al estrés.

### 5.1.2 Prueba de normalidad

Tabla 11 Prueba de Normalidad

		ESTILOS DE AFRONTAMIENTO ENFOCADO EN LA EMOCION	ESTILOS DE AFRONTAMIENTO ENFOCADOS EN EL PROBLEMA	OTROS ESTILOS DE AFRONTAMIENTO	TOTAL
<b>N</b>		220	220	220	220
<b>Parámetros normales</b>	<sup>a,b</sup> Media	47.71	54,70	22,81	125,23
	Desviación Típica	9,246	9,309	6,408	20,460
<b>Diferencias más extremas</b>	Absoluta	,061	,050	,078	,075
	Positiva	,061	,039	,078	,075
	Negativa	-48	-50	-46	-57
<b>Z de Kolmogorov-Smirnov</b>		,907	,742	1,154	1,106
<b>Sig. Asintót. (bilateral)</b>		,384	,640	,139	,173

- a. La distribución de contraste es Normal.
- b. Se han calculado a partir de los datos.

En la siguiente tabla 11 apreciamos el análisis de normalidad a través del índice Kolmogorov-Smirnov cuyos valores no son significativos ( $p > 0.05$ ), por lo que se asume que la muestra presenta una distribución Normal.

## 5.2 Análisis Comparativo

Tabla 12 Nivel de estrés entre hombres y mujeres

<i>Sexo</i> <i>Masculino/Femenino</i>		<i>n</i>	<i>Media</i>	<i>t</i>	<i>gl</i>	<i>p</i>
<b>Estrés</b>	M	96	128.29	1.967	218	.05
	F	124	122.85			

n=muestra; x=media; t=t student; gl=grado de libertad; p=significancia

En la tabla 12 se observa que el nivel de estrés entre varones y mujeres según su media (X) es de 128,29 para varones y 122,85 para mujeres; con un grado de libertad de (gl) 218 y una (p  $\geq$  0.05) lo que indica que, no existen diferencias significativas entre hombres y mujeres con relación al estrés.

Tabla 13, Estilos de afrontamiento entre hombres y mujeres

<i>Sexo</i> <i>Masculino/Femenino</i>		<i>n</i>	<i>Media</i>	<i>t</i>	<i>gl</i>	<i>p</i>
<b>Estilos de afrontamiento enfocado en la emoción</b>	M	96	48.47	1.066	218	.288
	F	124	47.13			
<b>Estilos de afrontamiento enfocados en el problema</b>	M	96	56.06	1.922	218	.056
	F	124	53.65			
<b>Otros estilos de afrontamiento</b>	M	96	23.76	1.941	218	.054
	F	124	22.08			

n=muestra; x=media; t=t student; gl=grado de libertad; p=significancia

En la tabla 13 se observa que los estilos de afrontamiento entre varones y mujeres enfocados en la emoción, según su media (X) para varones son de 48,47 mientras que las mujeres es de 47,13, con un grado de libertad (gl) de 218 y un nivel de significancia (p) .288 lo que indica, no existen diferencias significativas entre los estilos de afrontamiento enfocado en la emoción entre hombres y mujeres. Mientras que el estilo

de afrontamiento enfocado en el problema según su media (X) para varones es de 56,06 y para mujeres 53,65, con un grado de libertad (gl) de 218 y un nivel de significancia (p) .056 lo que indica, no existen diferencias significativas entre los estilos de afrontamiento enfocado en el problema entre varones y mujeres. Así mismo, otros estilos de afrontamiento según su media (X) para varones es 23,76 y para mujeres 22,08, con un grado de libertad (gl) 218 y un nivel de significancia de (p) .054 lo que indica, no existen diferencias significativas entre otros estilos de afrontamiento entre hombres y mujeres.

### 5.3 Comprobación de Hipótesis

Considerando que la variable estilos de afrontamiento al estrés se ajusta a una distribución normal, se elegirá la prueba t- student para comparar los estilos de afrontamiento al estrés entre varones y mujeres.

*Tabla 14, Comprobación de Hipótesis*

Hipótesis Nula	Test	Sig.	Decisión
1.- La distribución de TOTAL es normal con la media 125,227 y la desviación típica 20,46	Prueba Kolmogorov-Smirnov de una muestra	,173	Retener la hipótesis nula.
2.- La distribución de ESTILOS DE AFRONTAMIENTO ENFOCADO EN LA EMOCION es normal con la media 47,714 y la desviación típica 9,25	Prueba Kolmogorov-Smirnov de una muestra	,384	Retener la hipótesis nula.
3.- La distribución de ESTILOS DE AFRONTAMIENTO ENFOCADOS EN EL PROBLEMA es normal con la media 54,700 y la desviación típica 0,31	Prueba Kolmogorov-Smirnov de una muestra	,640	Retener la hipótesis nula.
4.- La distribución de OTROS ESTILOS DE AFRONTAMIENTO es normal con la media 22,814 y la desviación típica 6,41	Prueba Kolmogorov-Smirnov de una muestra	,139	Retener la hipótesis nula.

---

**Se muestran las significancias asintóticas. El nivel de significancia es ,05.**



### 5.3.1 Hipótesis general Contraste de Hipótesis

H<sub>0</sub>: Me<sub>1</sub> = Me<sub>2</sub> Si P ≥ 0,05 = Acepto **H<sub>0</sub>**

H<sub>1</sub>: Me<sub>1</sub> ≠ Me<sub>2</sub>

Tabla 15, Contraste de hipótesis general, media, gl, significancia.

<i>Sexo</i> <i>Masculino/Femenino</i>		<i>n</i>	<i>Media</i>	<i>t</i>	<i>gl</i>	<i>p</i>
<b>Estrés</b>	M	96	128.29	1.967	218	.05
	F	124	122.85			

En la presente tabla 15 se observa la muestra en ambos sexos, una media (X) de 128.29 en varones y 122.85 en mujeres con un grado de libertad de 218 y una (P ≥ 0,05) aceptando **H<sub>0</sub>**. Por lo tanto, No existen diferencias significativas en los estilos de afrontamiento al estrés del personal administrativo de la municipalidad distrital de Ate según su género, Lima - 2017.

### 5.3.2 Contraste de Hipótesis específica

H<sub>0</sub>: Me<sub>1</sub> = Me<sub>2</sub> Si P ≥ 0,05 = Acepto **H<sub>0</sub>**

H<sub>1</sub>: Me<sub>1</sub> ≠ Me<sub>2</sub>

Tabla 16, Contraste de hipótesis específica, estilo enfocada en el problema.

<i>Sexo</i> <i>Masculino/Femenino</i>		<i>n</i>	<i>Media</i>	<i>t</i>	<i>gl</i>	<i>p</i>
<b>Estilos de afrontamiento enfocados en el problema</b>	M	96	56.06	1.922	218	0.056
	F	124	53.65			

n=muestra; x=media; t=t student;gl=grado de libertad; p=significancia

En la presente tabla 16 se observa la muestra en ambos sexos, una media (X) de 56.06 en varones y 53.65 en mujeres con un grado de libertad de 218 y una (P ≥ 0,056) aceptando **H<sub>0</sub>**. Por lo tanto, No existen diferencias significativas en la dimensión

enfocada en el problema de los estilos de afrontamiento al estrés del personal administrativo de la municipalidad distrital de Ate según su género, Lima - 2017.

*Tabla 17, Contraste de hipótesis específica, estilo enfocada en la emoción.*

<i>Sexo</i> <i>Masculino/Femenino</i>	<i>n</i>	<i>Media</i>	<i>t</i>	<i>gl</i>	<i>p</i>	
<b>Estilos de afrontamiento enfocados en la emoción</b>	M	96	48.47	1.066	218	.288
	F	124	47.13			

n=muestra; x=media; t=t student;gl=grado de libertad; p=significancia

En la presente tabla 17 se observa la muestra en ambos sexos, una media (X) de 48.47 en varones y 47.13 en mujeres con un grado de libertad de 218 y una ( $P \geq .288$ ) aceptando **Ho**. Por lo tanto, No existen diferencias significativas en la dimensión enfocada en la emoción de los estilos de afrontamiento al estrés del personal administrativo de la municipalidad distrital de Ate según su género, Lima - 2017.

*Tabla 18, Contraste de hipótesis específica, enfocada en otros estilos.*

<i>Sexo</i> <i>Masculino/Femenino</i>	<i>n</i>	<i>Media</i>	<i>t</i>	<i>gl</i>	<i>p</i>	
<b>Otros estilos de afrontamiento</b>	M	96	23.76	1.941	218	0.054
	F	124	22.08			

n=muestra; x=media; t=t student;gl=grado de libertad; p=significancia

En la presente tabla 18 se observa la muestra en ambos sexos, una media (X) de 23.76 en varones y 22.08 en mujeres con un grado de libertad de 218 y una ( $P \geq 0,054$ ) aceptando **Ho**. Por lo tanto, No existen diferencias significativas en la dimensión enfocada en otros estilos, de los estilos de afrontamiento al estrés del personal administrativo de la municipalidad distrital de Ate según su género, Lima - 2017.

## **5.4 Discusión, conclusiones y recomendaciones.**

### **5.4.1 Discusión**

La presente investigación tuvo como hipótesis general conocer si existen diferencias significativas en los resultados de las dimensiones de los estilos de afrontamiento al estrés entre los géneros masculino y femenino del personal administrativo de la municipalidad distrital de Ate, Lima 2017. De acuerdo a los resultados obtenidos del personal administrativo y en respuesta al objetivo general de la investigación se determinó, que no existen diferencias significativas entre ambos sexos, ya que ambos grupos manejan las tres dimensiones de los estilos de afrontamiento al estrés.

En tanto para el primer objetivo específico planteado en la investigación se observa un nivel de significancia (p) .288 lo que indica, no existir diferencias significativas entre los estilos de afrontamiento enfocados en la emoción entre hombres y mujeres.

En el segundo objetivo específico planteado se observa un nivel de significancia (p) .056 lo que indica, no existen diferencias significativas entre los estilos de afrontamiento enfocados en el problema entre varones y mujeres.

Así mismo, como tercer objetivo planteado se observa un nivel de significancia (p) .054 lo que indica, no existen diferencias significativas entre otros estilos de afrontamiento entre hombres y mujeres.

En síntesis, los sexos masculino y femenino en cuanto a las dimensiones presentadas son variables. Por lo tanto, las respuestas frente a situaciones estresantes que experimenta

el personal administrativo de la municipalidad distrital de ate (Lima), es enfocada en el problema, en la emoción y en otros estilos de afrontamiento al estrés. Es importante mencionar que cada persona responde a una situación de diversas maneras, va a depender de la interpretación, el contexto, la predisposición, para el comportamiento ante una posible situación de estrés, generando malestar no solo físico y mental, sino también, en el desarrollo laboral.

Estos resultados se acercan a la investigación realizada por Portocarrero y caballero (2013), bachiller en psicología de la Universidad Católica de Santa María de Arequipa, donde llevaron a cabo una investigación sobre estrés laboral y personalidad en trabajadores de la municipalidad distrital de Uchumayo, donde mencionan, no encontrar diferencias significativas entre el estrés laboral y el sexo de las personas estudiadas, en tanto indica que es probable que el género del personal de la municipalidad no presente relación con las respuestas frente a una situación estresante, el comportamiento de afrontamiento hacia el estrés en el trabajo según el género no es específico, mientras que el género si tendría una influencia en el tipo de personalidad que desarrollan.

Así tenemos, a Rodríguez, Marín (1995) citado por Levano (2003) plantea que el afrontamiento puede variar en primacía a lo largo del tiempo para un individuo, y pueden estar presentes en cualquier momento en particular. En consecuencia, una persona puede preferir una respuesta y en cierto modo existen factores que influyen en dicha respuesta que se ponen en marcha cuando ocurre un evento estresante, la manera en que un individuo va a enfrentar una situación estresante también dependerá de los diversos factores biopsicosocial. Por lo tanto, tenemos que en la investigación presentada no existe diferencia alguna que pueda utilizar una dimensión específica y mucho menos que

haya una diferencia entre los géneros ya que se ha demostrado que tanto los varones y mujeres se enfocan en poder resolver los problemas, afrontar emocionalmente una situación u optar por otros estilos para el control del estrés.

Según Fernández – Abascal (Citado por De la Cruz, 2003) plantea el afrontamiento como un proceso que pone en marcha el individuo para hacer frente a situaciones estresantes, si el individuo tras poner en marcha el proceso de afrontamiento tiene éxito para solucionar el problema presente, repetirá el mismo cuando se presente ante una situaciones similares, pero si no tiene éxito utilizara otra estrategia. Entonces no siempre se tiene una dimensión de afrontamiento específica para los géneros, sin embargo, si una no da resultado se puede utilizar u optar por otro estilo de afrontamiento pues es así, que esta teoría ayuda a poder sustentar los resultados obtenidos en la investigación

Por otro lado, los resultados de la investigación presentada por Cassaretto, Chao, Oblitas y Valdez, licenciadas en psicología y docentes de la Pontificia Universidad Católica del Perú en su tesis sobre el estrés y afrontamiento en estudiantes de psicología, (2003) contrapone a los resultados de la investigación, encontrándose que los estilos de afrontamiento más utilizados en dicha investigación fueron los estilos de afrontamiento enfocados en el problema y en la emoción, siendo de menor grado otros estilos de afrontamiento que nombra Carver y Scheier, (1994). No obstante, otros estudios realizados mencionan un bienestar físico utilizando el estilo de afrontamiento centrado en el problema. Por el contrario al estilo de afrontamiento enfocado en la emoción que manifestaban un mayor malestar físico. En cuanto a su análisis se encontró una asociación significativa entre los sexos y el uso del estilo de afrontamiento, siendo las

mujeres las que más utilizan el estilo centrado en las emociones, con un afrontamiento religioso.

#### **5.4.2 Conclusiones**

1.- En cuanto a la hipótesis general planteada, se determinó aceptar la hipótesis nula, en consecuencia, no existe diferencias significativas en los estilos de afrontamiento al estrés entre los sexos del personal administrativo de la municipalidad distrital de Ate, Lima -2017.

2.- En cuanto a la dimensión del estilo de afrontamiento enfocado en el problema, se determinó no existir diferencias significativas entre los sexos del personal administrativo de la municipalidad distrital de Ate, Lima - 2017.

3.- En cuanto a la dimensión del estilo de afrontamiento enfocado en la emoción, se determinó no existir diferencias significativas entre los sexos del personal administrativo de la municipalidad distrital de Ate, Lima - 2017.

4.- En cuanto a la dimensión otros estilos de afrontamiento al estrés, se determinó no existir diferencias significativas entre los sexos del personal administrativo de la municipalidad distrital de Ate, Lima – 2017.

### **5.4.3 Recomendaciones**

Profundizar en la investigación tomando como modelo el trabajo presentado y poder contrastar con otras poblaciones, con la finalidad de hallar resultados los cuales puedan ayudar a encontrar una misma solución para ambos sexos de forma objetiva a personas que laboran en instituciones públicas. Así el personal que labora pueda enfrentar situaciones o eventos estresantes dándole un mejor manejo, empatía y asertividad usando debidamente los estilos de afrontamiento establecidos y que posteriormente se opte como técnica para el manejo del estrés.

Por otro lado, el seguir ahondando en el tema ayudara a encontrar estrategias, técnicas para el buen manejo del afrontamiento ante situaciones estresantes.

## REFERENCIAS

- Arjona y Guerrero (2000), *Afrontamiento Al Estrés en Personas Hipertensas del Centro del Adulto mayor de Lima Cercado*. Recuperado de:  
[http://cybertesis.unmsm.edu.pe/bitstream/cybertesis/2727/1/delacruz\\_vl.pdf](http://cybertesis.unmsm.edu.pe/bitstream/cybertesis/2727/1/delacruz_vl.pdf)
- Bernard (1774/1978), *Funcionamiento Familiar Y Afrontamiento Al Estrés En Pacientes Con Cáncer De Mama*. Recuperado de:  
[http://cybertesis.unmsm.edu.pe/bitstream/cybertesis/620/1/Mamani\\_ca.pdf](http://cybertesis.unmsm.edu.pe/bitstream/cybertesis/620/1/Mamani_ca.pdf)
- Berrios, F. (2005). *Nivel de Vulnerabilidad frente al estrés y mecanismos de afrontamiento en estudiantes de enfermería de la u.n.m.s.m. noviembre – 2005*. Recuperado de:  
[http://cybertesis.unmsm.edu.pe/bitstream/cybertesis/1012/1/Berrios\\_gf.pdf](http://cybertesis.unmsm.edu.pe/bitstream/cybertesis/1012/1/Berrios_gf.pdf)
- Buscador: Google Tema: *Mecanismo de Afronte psicosocial*. Recuperado de:  
[Http://www.mtas.es/insht/nto/ntp\\_439.htm](Http://www.mtas.es/insht/nto/ntp_439.htm)
- Caballero y Portocarrero. (2013), *Estrés laboral y Personalidad en trabajadores de la municipalidad distrital de Uchumayo*. Recuperado de:  
<https://tesis.ucsm.edu.pe/repositorio/bitstream/handle/UCSM/3771/76.0213.PS.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Cassaretto, Chao, Oblitas y Valdez. (2003), *Estrés y afrontamiento en estudiantes de psicología. Revista de psicología de la PUCP*. Vol. (XXI), recuperado



de: file:///C:/Users/pc/Downloads/Dialnet-

EstresYAfrontamientoEnEstudiantesDePsicologia-994031.pdf

Dávalos, H. (2005). *Nivel de estrés Laboral en enfermeras del Hospital Nacional de Emergencias "José Casimiro Ulloa"*. Tesis para optar el grado de

licenciada en enfermería. Recuperado de:

[http://cybertesis.unmsm.edu.pe/bitstream/cybertesis/1029/1/Davalos\\_ph.pdf](http://cybertesis.unmsm.edu.pe/bitstream/cybertesis/1029/1/Davalos_ph.pdf)

De la Cruz, L. (2003), *Afrontamiento Al Estrés en Personas Hipertensas del Centro del Adulto mayor de Lima Cercado*. Tesis para optar el grado académico de

Magister en psicología. Recuperado de:

[http://cybertesis.unmsm.edu.pe/bitstream/cybertesis/2727/1/delacruz\\_v1](http://cybertesis.unmsm.edu.pe/bitstream/cybertesis/2727/1/delacruz_v1).

Folkman & Lazarus, (1988), *Funcionamiento Familiar Y Afrontamiento Al Estrés En Pacientes Con Cáncer De Mama*. Recuperado de:

[http://cybertesis.unmsm.edu.pe/bitstream/cybertesis/620/1/Mamani\\_ca.pdf](http://cybertesis.unmsm.edu.pe/bitstream/cybertesis/620/1/Mamani_ca.pdf)

Frydenberg y Lewis. (1988), *Afrontamiento Al Estrés en Personas Hipertensas del Centro del Adulto mayor de Lima Cercado*. Recuperado de:

[http://cybertesis.unmsm.edu.pe/bitstream/cybertesis/2727/1/delacruz\\_v1.pdf](http://cybertesis.unmsm.edu.pe/bitstream/cybertesis/2727/1/delacruz_v1.pdf)

García, C., (2006) *Estrés laboral en Personal de la unidad de emergencia gineco-obstetricia hospital clínico regional Valdivia*. Tesis para optar el grado de

licenciada de obstétrica y puericultora. Universidad austral de chile,

Valdivia. Recuperado de:

<http://cybertesis.uach.cl/tesis/uach/2006/fmg216e/doc/fmg216e.pdf>

Gonzalez M., M. T. (2004) “*Cuestionario de Afrontamiento al Estrés para Pacientes Oncológicos*”. TEA ediciones S.A. Madrid - España.

Krzemien, Urquijo y MOnchietti (2004), *Aprendizaje Social y estrategias de afrontamiento a los sucesos críticos del envejecimiento femenino*, *Psicothema*, Vol. (16) recuperado de:

<https://www.aacademica.org/sebastian.urquijo/24.pdf>

Lévano, J. (2003). *El patrón de conducta tipo A y tipo B y los estilos de afrontamiento al estrés en una muestra del personal militar*. Tesis para optar el grado académico de Magister en psicología clínica. Recuperado de:

[http://cybertesis.unmsm.edu.pe/bitstream/cybertesis/2729/1/levano\\_mj.pdf](http://cybertesis.unmsm.edu.pe/bitstream/cybertesis/2729/1/levano_mj.pdf)

Mac Donald, A.F. (2009), *El estrés laboral en los países europeos y en América latina*. Recuperado de:

<http://www.mercosurabc.com.ar/nota.asp?IdNota=2069&IdSeccion=14>  
[2014, 10 de diciembre].

Mamani, A. (2008), *Funcionamiento familiar y afrontamiento al estrés en pacientes con cáncer de mama*, Tesis para obtener el grado académico de magíster en psicología. Recuperado de:

[http://cybertesis.unmsm.edu.pe/bitstream/cybertesis/620/1/Mamani\\_ca.pdf](http://cybertesis.unmsm.edu.pe/bitstream/cybertesis/620/1/Mamani_ca.pdf)

Moscoso, M. (1998). *De la mente a la célula. Impacto del estrés en Psiconeuroinmunoendocrinología*. Vol. (15). 2009 Recuperado de: <http://www.redalyc.org/pdf/686/68611924008.pdf>

Ojeda y Espinoza002C (2007). *Revista Latinoamericana de Ciencia Sociales, Niñez y Juventud. Estilos de afrontamiento al estrés y bienestar subjetivo en adolescentes y jóvenes*. vol. (11) pp.79-91 Junio, 2013, Recuperado de: [http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1692-715X2013000100004&lng=en&nrm=iso&tlng=es](http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1692-715X2013000100004&lng=en&nrm=iso&tlng=es)

Revista Latinoamericana de Ciencias Sociales, Niñez y Juventud. *Estilos de afrontamiento al estrés y bienestar subjetivo en adolescentes y jóvenes*. Vol. (11). N°1, Pp. 79-91. Recuperado de: [http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1692-715X2013000100004&lng=en&nrm=iso&tlng=es](http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1692-715X2013000100004&lng=en&nrm=iso&tlng=es)

Sánchez, K. (2017), *Prevalencia de estrés laboral y factores asociados en el personal asistencial prehospitalario del programa de sistema de atención móvil de urgencias Instituto de Gestión de Servicios de Salud (SAMU - IGSS)*. Recuperado de: [http://cybertesis.unmsm.edu.pe/bitstream/cybertesis/6110/1/Sanchez\\_vk.pdf](http://cybertesis.unmsm.edu.pe/bitstream/cybertesis/6110/1/Sanchez_vk.pdf)

# Anexos

## ANEXO 1 MATRIZ DE CONSISTENCIA

PROBLEMAS	OBJETIVOS	HIPOTESIS	VARIABLES Y DIMENSIONES	TIPO DE LA INVESTIGACIÓN	POBLACION Y MUESTRA	INST RUMEN TO
<p><b>Problema Principal</b></p> <p>¿Qué diferencia existe en los estilos de afrontamiento al estrés en el personal administrativo de la Municipalidad Distrital de Ate según su género, Lima - 2017?</p> <p><b>Problemas Específicos</b></p>	<p><b>Objetivo Principal</b></p> <p>Identificar y comparar el estilo de afrontamiento al estrés del personal administrativo de la municipalidad distrital de Ate según su género, Lima - 2017.</p> <p><b>Objetivos Específicos</b></p> <p><i>Objetivo específico 1</i> Identificar y comparar la dimensión enfocada en el problema de los estilos</p>	<p><b>Hipótesis General</b></p> <p><b>H1:</b> Existe diferencias significativas en los estilos de afrontamiento al estrés del personal administrativo de la municipalidad distrital de Ate según su género, Lima - 2017.</p> <p><b>Ho:</b> No existen diferencias significativas en los estilos de afrontamiento al estrés del personal administrativo de la</p>	<p><b>Variable:</b></p> <p>Estilos de Afrontamiento al Estrés</p> <p><b>Dimensiones:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Enfocados en el Problema.</li> <li>- Enfocado en la emoción.</li> </ul>	<p>- El estudio según su enfoque es de tipo cuantitativo, ya que las variables son claramente medibles objetivamente.</p> <p>- Según su estudio corresponde a una investigación descriptivo - comparativo, porque busca medir las características de los niveles en los estilos de afrontamiento al estrés del personal administrativo de la</p>	<p><b>Población</b></p> <p>- La población de la siguiente investigación estuvo constituida por 475 personas entre varones y mujeres que laboran en la municipalidad distrital de Ate.</p> <p><b>Muestra</b></p>	<p>Estilos de afrontamiento al estrés (COPE) (CARVER Y COLS.)</p>

<p><b>Problema específico 1</b></p> <p>¿Qué diferencias existe en la dimensión enfocada en el problema de los estilos de afrontamiento al estrés del personal administrativo de la Municipalidad Distrital de Ate según su género, Lima - 2017?</p>	<p>de afrontamiento al estrés del personal administrativo de la municipalidad distrital de Ate según su género, Lima - 2017.</p> <p><b>Objetivo específico 2</b></p> <p>Identificar y comparar la dimensión enfocada en la emoción de los estilos de afrontamiento al estrés del personal administrativo de la municipalidad distrital de Ate, según su género, Lima - 2017.</p>	<p>municipalidad distrital de Ate según su género, Lima - 2017.</p> <p><b>Hipótesis Específicas</b></p> <p><b>H1:</b> Existe diferencias significativas en la dimensión enfocada en el problema de los estilos de afrontamiento al estrés del personal administrativo de la municipalidad distrital de Ate según su género, Lima - 2017.</p> <p><b>Ho:</b> No existe diferencias significativas en la dimensión enfocada en el problema de los estilos de afrontamiento al estrés del personal administrativo de la municipalidad distrital de Ate según su género, Lima - 2017.</p>	<p>- Otros estilos de afrontamiento.</p> <p><b>Variables demográficas</b></p> <p>- Edad</p> <p>- Sexo</p> <p>- Condición Laboral</p>	<p>municipalidad distrital de Ate, Lima 2017. (Hernandez, Fernandez y Baptista, 2002).</p>	<p>- Para fines de estudio se trabajó con una muestra de 220 personas que laboral como personal administrativo en la municipalidad distrital de Ate.</p>	
<p><b>Problema específico 2</b></p> <p>¿Qué diferencias existe en la dimensión enfocada en la emoción de los estilos de afrontamiento al estrés del personal administrativo de la Municipalidad Distrital de Ate según</p>	<p><b>Objetivo específico 3</b></p> <p>Identificar y comparar la dimensión enfocada en otros estilos de los estilos de afrontamiento al estrés del personal administrativo de la municipalidad distrital de Ate según su género, Lima - 2017.</p>					

<p>su género, Lima - 2017?</p> <p><b>Problema específico 3</b></p> <p>¿Qué diferencias existe en la dimensión enfocada en otros estilos de afrontamiento al estrés del personal administrativo de la municipalidad Distrital de Ate según su género, Lima - 2017?</p>		<p><b>H2:</b> Existe diferencias significativas en la dimensión enfocada en la emoción de los estilos de afrontamiento al estrés del personal administrativo de la municipalidad distrital de Ate según su género, Lima - 2017.</p> <p><b>Ho:</b> No existe diferencias significativas en la dimensión enfocada en la emoción de los estilos de afrontamiento al estrés del personal administrativo de la municipalidad distrital de Ate según su género, Lima - 2017.</p> <p><b>H3:</b> Existe diferencias significativas en la dimensión enfocada en</p>				
---	--	--	--	--	--	--

		<p>otros estilos de los estilos de afrontamiento al estrés del personal administrativo de la municipalidad distrital de Ate según su género, Lima - 2017.</p> <p><b>Ho:</b> No existe diferencias significativas en la dimensión enfocada en otros estilos, de los estilos de afrontamiento al estrés del personal administrativo de la municipalidad distrital de Ate según su género, Lima - 2017.</p>				
--	--	--	--	--	--	--



**ANEXO 2 CUESTIONARIO DE ESTILOS DE AFRONTAMIENTO DE (COPE)  
(CARVER Y COLS.)**

Estamos interesados en conocer la forma como responden las personas cuando se enfrentan a diferentes tipos de problemas o dificultades. Hay muchas maneras de manejar esas situaciones. Esta prueba t pide señalar que es lo que generalmente haces o sientes cuando en este tipo de situaciones. Naturalmente, en diferentes situaciones reaccionas en forma diferente, pero piensa que es lo que habitualmente haces tú.

A continuación encontraras una serie de afirmaciones sobre cómo actuar o sentir en estas situaciones. Señala en cada una de ellas si coinciden o no con tu propia forma de actuar o de sentir, de acuerdo a la escala siguiente:

- 1= Casi nunca hago esto
- 2= A veces hago esto
- 3= Usualmente hago esto
- 4= Hago esto con mucha frecuencia

No importa lo que la mayoría diría o haría. No existen afirmaciones “correctas” o “equivocadas”, así que elige en cada una de las respuestas más adecuada para ti y responde a todas, con la mayor sinceridad posible.

Recuerda que debes marcar con una “X” en el número que corresponde a tu respuesta.

## Cuestionario

**Edad:** .....

**Sexo:** .....

**Condición laboral:** .....

N°	Afirmaciones	<b>1</b> Casi nunca hago esto	<b>2</b> A veces hago esto	<b>3</b> Usualmente hago esto	<b>4</b> Hago esto con mucha frecuencia
1	Hago más de lo necesario con tal de superar el problema.				
2	Trato de encontrar cuales son los pasos que tengo que dar.				
3	Dejo todo de lado para dedicarme al problema				
4	Me esfuerzo a esperar el momento adecuado para actuar				
5	Le pregunto a aquellos que han pasado por cosas similares que hicieron				
6	Le cuento a alguien como me siento				
7	Trato de encontrar el lado bueno de lo que está pasando				
8	Aprendo a vivir con el problema				
9	Le pido a Dios que me ayude				
10	Me molesto y expreso todo lo que siento				
11	Me resisto a creer que eso haya pasado				
12	Ya no hago ningún esfuerzo para conseguir lo que quiero				
13	Me pongo a trabajar o hacer cualquier cosa para no pensar en el asunto				
14	Dedico todas mis fuerzas a hacer algo en relación al problema				
15	Preparo un buen plan de acción				
16	Me dedico totalmente a este asunto y, si hace falta, dejo de lado otras cosas				

17	No hago nada hasta que la situación lo permita				
18	Busco a alguien que me aconseje que tengo que hacer				
19	Busco amigos o parientes que me comprendan				
20	Busco otras formas de entender el problema para que se vea más favorable				
21	Acepto lo que pasó y no puedo cambiarlo				
22	Pongo mi confianza en Dios				
23	Dejo salir todo lo que siento				
24	Me hago la idea de que nada ha pasado				
25	Dejo de insistir en conseguir lo que quería				
26	Voy al cine o veo televisión para no pensar tanto en el problema				
27	Hago paso a paso lo que tiene que hacerse				
28	Pienso bien que pasos tengo que dar				
29	Trato de no distanciarme con otros pensamientos o actividades				
30	Me aseguro de no empeorar las cosas por actuar precipitadamente				
31	Hablo con quien pueda darme más información sobre la situación				
32	Le cuento a alguien como me siento				
33	Saco algún provecho de lo que me está pasando				
34	Me hago a la idea de que el hecho ya se dio				
35	Trato de encontrar consuelo en mi religión				
36	Siento que me altero mucho y que expreso demasiado todo lo que siento				
37	Hago como si no hubiera pasado nada				
38	Reconozco que no puedo con el problema y ya no trato de resolverlo				

39	Sueño despierto sobre otras cosas diferentes al problema				
40	Hago lo que tengo que hacer para darle vuelta al problema				
41	Pienso como puedo manejar el problema				
42	Trato de evitar que otras cosas interfieran con mis esfuerzos para arreglar el asunto				
43	Me controlo para no hacer las cosas apresuradamente				
44	Hablo con quien pueda hacer algo concreto sobre el problema				
45	Voy donde alguien que me acepte y me comprenda				
46	Trato de que esa experiencia me sirva para madurar				
47	Acepto la realidad de lo sucedido				
48	Rezo más que de costumbre				
49	Pierdo el control y me doy cuenta de ello				
50	Me digo "no puedo creer que esto me esté pasando"				
51	Reduzco los esfuerzos que dedico a la solución del problema				
52	Duermo más de lo acostumbrado				

### ANEXO 3 BAREMOS PARA MEDICION DEL ESTILO DE AFRONTAMIENTO

<b>BAREMOS POR ESTILO DE AFRONTAMIENTO</b>				
		OTROS ESTILOS DE AFRONTAMIENTO	ESTILOS DE AFRONTAMIENTO ENFOCADOS EN EL PROBLEMA	ESTILOS DE AFRONTAMIENTO ENFOCADO EN LA EMOCION
<b>N</b>	Válidos	220	220	220
	Perdidos	0	0	0
<b>Media</b>		22.81	54.70	47.71
<b>Mediana</b>		22.00	55.00	48.00
<b>Desv. típ.</b>		6.408	9.309	9.246
<b>Varianza</b>		41.056	86.649	85.484
<b>Asimetría</b>		.586	-.419	-.081
<b>Error típ. de asimetría</b>	<b>típ. de</b>	.164	.164	.164
<b>Curtosis</b>		-.057	.656	.315
<b>Error típ. de curtosis</b>		.327	.327	.327
<b>Mínimo</b>		12	22	20
<b>Máximo</b>		42	76	75
<b>Percentiles</b>	1	12.00	25.16	21.70
	2	12.00	31.79	27.00
	3	13.00	35.70	29.00
	4	13.00	37.00	30.93
	5	14.00	39.00	33.00
	6	14.00	40.00	34.00
	7	14.00	40.63	34.00
	8	14.00	41.86	34.00
	9	15.00	43.00	36.00
	10	15.00	43.32	36.00
	11	15.00	44.00	37.00
	12	15.79	45.00	37.79
	13	16.00	45.00	38.00
	14	16.00	45.25	39.00
	15	16.00	46.00	39.00
	16	16.00	46.00	40.00
	17	16.95	46.00	40.00
	18	17.00	47.00	40.00
	19	17.00	47.00	40.00
	20	17.00	47.00	40.00
	21	17.00	48.00	40.88
	22	17.00	48.00	41.00
	23	17.00	48.00	41.00
	24	18.00	48.58	41.00
	25	18.00	49.00	41.00
	26	18.00	50.00	42.00
	27	18.00	50.00	42.00
	28	18.51	50.00	42.00
	29	19.00	50.00	42.74
	30	19.00	51.00	43.00
	31	19.00	51.00	43.20
	32	19.00	51.00	44.00
	33	20.00	51.00	44.00
	34	20.00	52.00	44.00
	35	20.00	52.00	45.00
	36	20.00	52.00	45.00
	37	20.60	52.00	45.00
	38	21.00	52.83	45.00
	39	21.00	53.00	45.00
	40	21.00	53.00	45.29
	41	21.00	53.00	46.00

42	21.00	53.76	46.00
43	21.00	54.00	46.00
44	21.00	54.00	47.00
45	21.00	54.00	47.00
46	21.69	54.00	47.00
47	22.00	54.00	47.00
48	22.00	55.00	48.00
49	22.00	55.00	48.00
50	22.00	55.00	48.00
51	22.00	55.00	48.00
52	22.08	55.00	48.08
53	23.00	55.00	49.00
54	23.00	56.00	49.00
55	23.00	56.00	49.00
56	23.00	56.00	49.00
57	23.24	56.24	49.00
58	24.00	57.00	50.00
59	24.00	57.00	50.00
60	24.00	57.00	50.00
61	24.00	58.00	50.00
62	24.00	58.00	50.00
63	24.00	58.00	50.64
64	24.00	58.00	51.00
65	25.00	58.10	51.00
66	25.00	59.00	51.00
67	25.00	59.00	51.00
68	25.00	59.00	51.00
69	25.00	59.03	51.03
70	25.26	60.00	52.00
71	26.00	60.00	52.00
72	26.00	60.00	53.00
73	26.00	60.00	53.96
74	26.00	60.00	54.00
75	26.00	61.00	54.00
76	27.00	61.00	54.66
77	27.00	62.00	55.00
78	27.12	62.00	55.12
79	28.00	62.35	56.00
80	28.00	63.00	56.00
81	28.82	63.82	56.82
82	29.00	64.00	57.00
83	29.00	64.00	57.00
84	30.00	64.52	57.00
85	30.00	65.00	58.00
86	31.00	65.00	58.00
87	31.00	66.00	59.00
88	31.44	66.00	59.00
89	32.00	66.00	60.00
90	33.00	68.00	60.00
91	34.00	68.00	61.00
92	34.00	68.37	61.00
93	34.00	69.00	61.61
94	35.68	70.00	62.84
95	36.00	70.00	64.00
96	37.30	70.00	65.00
97	38.00	72.07	66.54
98	39.77	75.54	71.61

**ANEXO 4 TABLA DE FRECUENCIA DEL TOTAL DE SUJETOS EVALUADOS**

	Sujeto	Sexo Masculino/Femenino	Edad	ESTILOS DE AFRONTAMIENTO ENFOCADO EN LA EMOCION	ESTILOS DE AFRONTAMIENTO ENFOCADOS EN EL PROBLEMA	OTROS ESTILOS DE AFRONTAMIENTO
<b>N</b>	Válido	220	220	220	220	220
	Perdidos	0	0	0	0	0
<b>Media</b>	110.50	Masculino 96	37.12	47.71	54.70	22.81
<b>Mediana</b>	110.50	Femenino 124	34.00	48.00	55.00	22.00
<b>Moda</b>	1 <sup>a</sup>		28	51	54 <sup>a</sup>	21
<b>Desviación estándar</b>	63.653		11.818	9.246	9.309	6.408
<b>Varianza</b>	4051.667		139.666	85.484	86.649	41.056
<b>Asimetría</b>	0.000		.748	-.081	-.419	.586
<b>Error estándar de asimetría</b>	.164		.164	.164	.164	.164
<b>Curtosis</b>	-1.200		-.067	.315	.656	-.057
<b>Error estándar de curtosis</b>	.327		.327	.327	.327	.327
<b>Rango</b>	219		57	55	54	30
<b>Mínimo</b>	1		18	20	22	12
<b>Máximo</b>	220		75	75	76	42