

**ESTRATEGIAS DE AFRONTAMIENTO AL ESTRÉS EN PANDEMIA
POR COVID -19 EN ESTUDIANTES DE ENFERMERIA -
UNIVERSIDAD PARTICULAR DE CHICLAYO, 2021**

PARA OPTAR EL TÍTULO PROFESIONAL DE LICENCIADO EN ENFERMERÍA

AUTOR:

Bach. Enf. LUZVINDA OLIVERA DIAZ

ASESORA

DRA. ANA MARIA ALVITES GASCO

ID ORCID: 0000 – 0003 - 49

Línea de Investigación

Salud Mental

CHICLAYO – PERÚ

2021


LIC. ENF. MARIA G. FARRO ARBOLEDA
ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-5058-4604>


Lucía Violeta Díaz Cachay
UC ENFERMERA
COP 55529

Dedicatoria

A Dios por su apoyo espiritual, por guiar mi camino y darme la mano cuando más lo necesito.

Para mis padres por su apoyo, consejos, comprensión y amor. Gracias por enseñarme valores que me han llevado a alcanzar una gran meta.

Agradecimiento

Mi agradecimiento se dirige a quien me ha llevado por el camino correcto a, Dios, el que en todo momento está conmigo. Gracias.

Índice de contenido

Dedicatoria	ii
Agradecimiento	iii
Índice de contenido	iv
Índice de tablas	v
Índice de figuras	vi
Índice de abreviaturas	viii
Resumen	ix
Abstrac	x
I. INTRODUCCIÓN	1
II. MARCO TEÓRICO	4
III. METODOLOGÍA.....	12
3.1. Tipo de investigación.....	12
3.1. Diseño de investigación	12
3.3. Variables y operacionalización	13
3.4. Población, muestra y muestro	17
3.5. Técnicas e instrumentos de recolección de datos.....	17
3.6. Procedimiento de recolección de datos.....	19
3.7. Técnicas de procesamiento y análisis de datos	19
V. ANÁLISIS Y DISCUSIÓN DE RESULTADOS	20
V. CONCLUSIONES	33
VI. RECOMENDACIONES	34
VII REFERENCIAS BIBLIOGRAFÍAS.....	35
ANEXO 1. CONSENTIMIENTO INFORMADO.....	38
ANEXO2. INVENTARIO DE ESTRATEGIAS DE AFRONTAMIENTO	39
ESCALA DE ESTRÉS PERCIBIDO (EEP-10).....	41

Índice de tablas

Tabla 1. Nivel de estrés en pandemia por covid -19 de los estudiantes de enfermería de la Universidad Particular de Chiclayo 2021.....	20
Tabla 2. Estrategias activas de afrontamiento al estrés en pandemia por Covid -19 según las dimensiones: resolución de problemas, expresión emocional, apoyo social, reestructuración cognitiva en los estudiantes de la Universidad Particular de Chiclayo, 2021.....	21
Tabla 3. Estrategias pasivas de afrontamiento al estrés en pandemia por covid -19 según las dimensiones: evitación de problemas, pensamiento desiderativo, autocrítica y retirada social en estudiantes de enfermería universidad particular de Chiclayo 2021.....	22
Tabla 4. Relación entra las estrategias de afrontamiento y el estrés en pandemia por COVID -19 en estudiantes de Enfermería Universidad Particular de Chiclayo, 2021	23

Índice de figuras

Figura 1. Nivel de estrés en pandemia por covid -19 de los estudiantes de enfermería de la Universidad Particular de Chiclayo 2021.....	20
Figura 2. Estrategias activas de afrontamiento al estrés en pandemia por Covid -19 según las dimensiones: resolución de problemas, expresión emocional, apoyo social, reestructuración cognitiva en los estudiantes de la Universidad Particular de Chiclayo, 2021.....	21
Figura 3. Estrategias pasivas de afrontamiento al estrés en pandemia por covid -19 según las dimensiones: evitación de problemas, pensamiento desiderativo, autocrítica y retirada social en estudiantes de enfermería universidad particular de Chiclayo 2021.....	22
Figura 4. Relación entra las estrategias de afrontamiento Resolución de Problemas y el estrés en pandemia por COVID -19 en estudiantes de Enfermería Universidad Particular de Chiclayo, 2021.....	23
Figura 5. Relación entra las estrategias de afrontamiento expresión emocional y el estrés en pandemia por COVID -19 en estudiantes de Enfermería Universidad Particular de Chiclayo, 2021.....	24
Figura 6. Relación entra las estrategias de afrontamiento apoyo social y el estrés en pandemia por COVID -19 en estudiantes de Enfermería Universidad Particular de Chiclayo, 2021.....	25
Figura 7. Relación entra las estrategias de afrontamiento reestructuración cognitiva y el estrés en pandemia por COVID -19 en estudiantes de Enfermería Universidad Particular de Chiclayo, 2021.....	26
Figura 8. Relación entra las estrategias de afrontamiento autocrítica y el estrés en pandemia por COVID -19 en estudiantes de Enfermería Universidad Particular de Chiclayo, 2021.....	27
Figura 9. Relación entra las estrategias de afrontamiento pensamiento desiderativo y el estrés en pandemia por COVID -19 en estudiantes de Enfermería Universidad Particular de Chiclayo, 2021.....	28
Figura 10. Relación entra las estrategias de afrontamiento evitación de problemas y el estrés en pandemia por COVID -19 en estudiantes de Enfermería Universidad Particular de Chiclayo, 2021.....	29

Figura 11. Relación entre las estrategias de afrontamiento retirada social y el estrés en pandemia por COVID -19 en estudiantes de Enfermería Universidad Particular de Chiclayo, 2021.....	30
---	----

Índice de abreviaturas

APS	Apoyo social
CDC	Centro para el Control y la Prevención de Enfermedades
OMS	Organización Mundial de la Salud
PSD	Pensamiento desiderativo
REC	Reestructuración cognitiva
RES	Retirada social

RESUMEN

El objetivo del estudio buscó Determinar las estrategias de afrontamiento al estrés en pandemia por COVID -19 en estudiantes de enfermería de la Universidad Particular de Chiclayo, 2021, estudio correlacional, de diseño no experimental transversal, la población estuvo conformado por 57 estudiantes de enfermería VI ciclo (15), VII (21) y VIII (21); la técnica de recopilación de datos fue: Encuesta con los instrumentos estrés percibido, modelo 10 (EEP-10) para medir el estrés percibido y Coping Strategies Inventory (CSI) para las estrategias de afrontamiento, los resultados muestran que el 50,9% tuvieron un estrés escaso y el 35,1% con un estrés muy alto, los estudiantes de VII ciclo tuvieron un mayor estrés muy alto (52,4%) en cambio los estudiantes del VI y VIII ciclo tuvieron un estrés escaso 60% y 57,1% respectivamente.

Entre las estrategias activas, empleada tenemos la resolución de problemas (15,8%) y con un nivel bajo el apoyo social (43,9%), estrategias pasivas de afrontamiento el mayor porcentaje, fue el pensamiento desiderativo (17,5%) y en nivel bajo la autocrítica (50,9%). Se concluye que el estrés tiene una relación indirecta con las estrategias de afrontamiento, a excepción de la autocrítica que no se relacionó con el estrés percibido.

Palabras clave: Estrés percibido, estrategias de afrontamiento del estrés, EPP-10, estudiante de enfermería.

ABSTRAC

The objective of the study was to determine the coping strategies to stress in COVID-19 pandemic in nursing students of the Universidad Particular de Chiclayo, 2021, with a correlational study, non-experimental cross-sectional design, The population consisted of 57 students of nursing VI cycle (15), VII (21) and VIII (21), the data were collected using the survey technique with the instruments perceived stress, model 10 (EEP-10) to measure perceived stress and Coping Strategies Inventory (CSI) for coping strategies, The results show that 50.9% had low stress and 35.1% had very high stress, the students of the VII cycle had very high stress (52.4%) while the students of the VI and VIII cycle had low stress 60% and 57.1% respectively. Among the active strategies the most used was problem solving (15.8%) and with a low level of social support (43.9%), in the passive coping strategies the highest percentage was desiderative thinking (17.5%) and at a low level self-criticism (50.9%). It is concluded that stress has an indirect relationship with coping strategies, with the exception of self-criticism, which was not related to perceived stress.

Keywords: Perceived stress, stress coping strategies, EPP-10, nursing student.

I. INTRODUCCIÓN

Según la Organización Mundial de la Salud, el miedo, la preocupación y el estrés son respuestas normales al enfrentarse a la inseguridad, a lo incierto y a circunstancias de alteración o riesgo. Siendo común y entendible que las personas se sientan de esta forma durante la pandemia por COVID-19. Teniendo temor ante la posibilidad de contagiarse en esta pandemia, añadiendo a esta presión los efectos de los esenciales cambios originados por el trabajo arduo para reprimir y detener la transmisión de dicho virus, frente a las recientes y retadoras situaciones como el trabajo remoto, el distanciamiento físico, la educación de los menores en casa, el desempleo y la carencia de comunicación con los familiares y amistades. ⁽¹⁾

Las actividades académicas que se llevan a cabo en la universidad representan para muchos estudiantes una fuente de estrés muy relevante debido a las altas demandas, sociales y personales que los jóvenes pasan en su quehacer diario, los estudiantes aparte de dedicarse a las labores académicas asumen funciones laborales, muchos de ellos porque ellos, pagan sus estudios con sus ingresos, por eso sufren de mucho estrés, ante esta situación desarrollan momentos de crítico estrés que los lleva a enfermar o a hacer presas de enfermedades que encuentran debilitado su sistema inmunológico.

En México el efecto psicológico en alumnos de nivel universitario mexicanos por el aislamiento social a lo largo de las fases dos y tres en la pandemia por COVID-19 se mostró graduado por la existencia de elevados indicadores de señales (moderadas a graves) de: estrés con un 31.92%, dificultades para descansar en un 36.3% y ansiedad en un 40.3%. Y con un menor índice porcentual, pero de gran relevancia, tenemos los síntomas psicosomáticos en un 5.9%, alteraciones sociales en las tareas del día a día 9.5% y depresión en 4.9%, particularmente en la población de mujeres y en el grupo de estudiantes dentro de las edades de 18 a 25 años, en este último los hombres presentaron altos niveles de ansiedad. ⁽²⁾

A nivel nacional en el Perú se han establecido algunas reglas con el objetivo de reducir la incidencia de COVID-19, en las que se incluye la educación a través de la tecnología para la educación básica, la superior universitaria y la no

universitaria. De este modo la población estudiantil se está afrontando a un entorno peculiar, sin embargo, este vendría con grandes retos como pueden ser las dificultades para acceder y conectarse al internet, y la impresión negativa de estrategias, metodologías y didácticas de educación por parte de los maestros, además del exceso de actividades educativas y el frecuente uso, no favorable, de las laptops, celulares y computadoras. ⁽³⁾

A nivel local, los estudiantes de la Universidad particular, afirman que debido al confinamiento se sienten atemorizados por los nuevos retos y disciplina que impone esta nueva modalidad. Asimismo, afirman sentirse agotados apenas empieza el día, lo cual les preocupa pues se ve reflejado en su rendimiento académico. Algunos expresaron no tener tiempo para estudiar pues deben de trabajar para sostenerse y pagar los estudios lo que los lleva a sentirse desesperados y están sufriendo de cefaleas, agotamiento e intranquilidad. De lo anterior se formula la siguiente pregunta de investigación: “¿Cuál es la relación entre las estrategias de afrontamiento y el estrés en pandemia por COVID -19 en estudiantes de Enfermería en la Universidad Particular de Chiclayo, 2021?”

La indagación es importante porque determinará la relación entre las variables en el estudio de los estudiantes de enfermería quienes constituyen un potencial humano importante dentro del personal de salud. Los beneficiados serán los estudiantes y la comunidad en general debido a que se tendrá un diagnóstico sobre el nivel de estrés en los alumnos para proponer estrategias basadas en el cuidado de la salud mental. Justificación epistemológica: El estudio se expone en un diseño humanizado, refiriéndonos a un entorno de labor arreglado y sistematizado, con un apropiado respeto por la filosofía y creencias de los alumnos analizados.

Se justifica, desde el punto de vista teórico a través del estudio del estrés se planteará las estrategias de afrontamiento desde la mirada de la enfermería. En lo colectivo los organismos de la salud, tienen la obligación de participar promoviendo la prevención de enfermedades de salud mental en jóvenes ante esta pandemia. La justificación metodológica que los resultados sirve como un aporte para futuras investigaciones que lo utilizaran la discusión y finalmente la justificación práctica: El equipo necesita ser instruido, actualizado y estar listos

para ejercer sus responsabilidades, puesto que la tecnología se muestra en avance, habiendo habituales cambios. También, en el presente estudio se determinar las estrategias planteadas en la enfermería para afrontar el estrés.

Con el objetivo general de: “Determinar las estrategias de afrontamiento al estrés en pandemia por COVID -19 en estudiantes de enfermería de la Universidad Particular de Chiclayo, 2021”. Para el logro del objetivo general se consideraron los siguientes objetivos específicos: “Conocer el nivel de estrés en pandemia por COVID-19 de los estudiantes de enfermería de la Universidad Particular e identificar las estrategias activas de afrontamiento al estrés en pandemia por COVID-19”, de acuerdo a las siguientes dimensiones: resolución de problemas, apoyo social, expresión emocional y reestructuración cognitiva en los estudiantes de la Universidad Particular. Establecer estrategias pasivas de afrontamiento al estrés en pandemia por COVID-19 según la: evitación de problemas, autocrítica, pensamiento desiderativo y retirada social en estudiantes de enfermería de la Universidad Particular.

Hipótesis de estudio: Existe relación entre las estrategias de afrontamiento y el estrés en pandemia por COVID -19 en estudiantes de Enfermería Universidad Particular de Chiclayo, 2021.

II. MARCO TEÓRICO

Entre los antecedentes internacionales, se tiene a Kar N, Kar B y Kar A (2021) Reino Unido. Evaluaron el estrés, la ansiedad, la depresión y las estrategias de afrontamiento durante la pandemia de COVID-19. Utilizaron la evaluación del trastorno de estrés postraumático (TEPT), en 733 estudiantes, el 21,2% tenía ansiedad moderada a severa (21,2%) y depresión (15%); los encuestados que evitaban pensar en la pandemia o parecían inseguros de las estrategias de afrontamiento y los que luchaban por afrontar la situación tenían una ansiedad y depresión significativamente mayores. Como una gran proporción de personas tiene síntomas de ansiedad, depresión y estrés en relación con la COVID-19, es necesario establecer un sistema de apoyo a la salud mental que pueda abordar las necesidades de la población en general. ⁽⁴⁾

González N, Tejeda A, Espinoza C y Ontiveros Z. (2020) México. Impacto psicológico en el alumnado mexicano de nivel universitario por el aislamiento a lo largo de la pandemia por COVID-19. El estudio consistió en la evaluación de los niveles de ansiedad, estrés, depresión y en la primera apreciación de la situación con respecto a la salud. El tipo de investigación fue observacional y de diseño no experimental. Concluyéndose que aumentó la ansiedad, estrés y depresión, siendo requerido la inclusión de programas de previsión, vigilancia y reducción de las consecuencias psicológicas producidas por el confinamiento en el transcurso de las pandemias ⁽⁵⁾.

Nebhinani M, Kumar A, Parihar A, Rani R, (2020) establecieron el estrés y las estrategias de enfrentamiento entre los alumnos de enfermería ubicados al oeste de Rajasthan. Utilizaron el índice estandarizado de estrés de las enfermeras estudiantiles y la escala breve de afrontamiento en 221 estudiantes de enfermería, con un estudio descriptivo, el 82,4% de los estudiantes informó un nivel de estrés moderado. El afrontamiento activo fue la estrategia de afrontamiento más utilizada. Se encontró que el nivel de estrés tiene una asociación significativa con el interés de los estudiantes en enfermería. Concluyeron que las preocupaciones relacionadas con la interfaz y las preocupaciones académicas surgieron como una fuente importante de estrés. ⁽⁶⁾

Subba R, Subba H, Singh J, Kumar R (2020) Nepal. Evaluaron el efecto psíquico

y las estrategias de afrontamiento durante el surgimiento de la enfermedad del virus de la corona en Bharatpur, Nepal. Utilizaron la escala de estrés percibido y el inventario COPE breve de 28 ítems transversal descriptiva en 207 estudiantes de enfermería de primer y segundo ciclo, el 45,4% experimentaba una ansiedad leve y el 84,1% de los estudiantes percibía un grado moderado de estrés. La mayor parte de los estudiantes tenían estrategias de afrontamiento moderadas (63,3%) y el estilo adaptativo fue el más alto, con una media de 31,29. Concluyeron que los estudiantes de enfermería experimentaron cualquier forma de ansiedad y estrés percibido.⁽⁷⁾

Perilla, et al. (2020), en Colombia, investigaron sobre “Depresión, estrés y ansiedad: una condición en la población de alumnos de Enfermería en una universidad pública”, cuyo objetivo fue describir los niveles alcanzados en estos problemas psicológicos. “Se realizó un estudio observacional, descriptivo y transversal, mediante una encuesta auto administrada de 21 ítems de la Escala DASS-21, en una muestra de 307”. Se determinó un 65,1% sin depresión, sin ansiedad un 59,5% y sin estrés un 39%, no encontrándose un riesgo reflejado en estas dimensiones, pero, en el resto de estudiantes se identificó un grado de ansiedad, estrés y depresión. Concluyendo que existe un bajo grado de depresión, estrés y ansiedad.⁽⁸⁾

Palomino C y Huarcaya, V. realizaron un estudio de “Trastornos por estrés debido a la cuarentena durante la pandemia por la COVID-19”. El contexto de esta pandemia, muestra algunas peculiares que conseguirían aumentar los niveles de respuesta al estrés en toda la población y también en quienes laboran en el ámbito de la salud. De tal manera, que aquellos que se hallan en aislamiento están especialmente indefensos a complicaciones neuropsiquiátricas a causa del distanciamiento progresivo, es por esta razón que existe la probabilidad de que surjan trastornos de ansiedad y depresión. Se conoce que, en el marco de otras crisis, el trastorno por estrés postraumático (TEPT) logra manifestarse en las personas perjudicadas en un 30 a 40%. La intención de esta investigación fue el llevar a cabo una exploración narrativa de los efectos estresantes con relación a la salud mental provocados por la cuarentena en el transcurso de las epidemias y pandemias anteriores y lo que se produce hoy en día por la COVID-19.⁽⁹⁾

En los estudios nacionales; Mori Y Ruiz R (2021) Cajamarca. Determinó la relación del estrés y las estrategias de afrontamiento, 2021. El trabajo cuantitativo y de tipo básico, de corte transversal y no experimental, con un diseño correlacional, utilizándose la “Escala de estrés de la Pontifica Universidad Javeriana de Colombia y las estrategias de afrontamiento con la Escala de Afrontamiento BriefCope 28”, aplicados a 66 estudiantes de psicología. Según los resultados sí “existe correlación relevante baja y directa entre estrés y estrategias de afrontamiento ($r = ,252$)”, concluyéndose que a un alto grado de estrés se requerirá una mayor cantidad de estrategias para su superación. ⁽¹⁰⁾

Troyes K y Abad J (2021) Lima. Estudiaron el “Estrés académico y estrategias de afrontamiento en estudiantes de la Universidad Peruana Unión en la pandemia COVID-19”. Se realizó el análisis de la información de 310 alumnos del nivel universitario tanto del sexo femenino como del masculino de la “Facultad de Ingeniería y Arquitectura de la Universidad Peruana Unión sede Tarapoto”, aplicándoseles el instrumento de evaluación de Brief Cope de Carver, Scheiner y Weintraub y a la vez se empleó un cuestionario sobre el estrés académico. Teniendo como resultado que si hay relación estadísticamente reveladora entre “estrés académico y la estrategia centrada en la evitación del problema ($\rho=.291$, $p=0.00$)”, por otro lado, se descubrió que no existe correlación entre el “estrés académico” y la “estrategia centrada en la emoción y en el problema” ($p > .05$). ⁽¹¹⁾

En el ámbito local Pérez A. (2021) Lambayeque. Se analizó la existencia de una conexión entre estrés y las formas de afrontamiento, de igual manera se incluyó la identificación de los niveles de estrés y aquellas estrategias de afrontamiento mayormente usadas de acuerdo al sexo. Siendo una investigación de tipo descriptivo correlacional, utilizándose la “Escala de Percepción Global del Estrés y el Inventario de Estimación de Afrontamiento COPE” en 110 estudiantes, obteniéndose que los alumnos que presentaron un estrés moderado fue el 51, 8%, de modo que se encontró una relación entre las dimensiones positiva y negativa del estrés con las maneras de confrontación. Por otra parte, el grado de estrés que prevalece en los dos sexos es moderado y generalmente las estrategias empleadas son el suprimir las actividades y la planificación, siendo estas las estrategias de los hombres, mientras que en las mujeres resulta ser la “búsqueda de apoyo social por motivos instrumentales” y la planificación. ⁽¹²⁾

Se ha producido gran ansiedad en todo el mundo debido a la transmisión de un reciente coronavirus, que surgió en Wuhan, una ciudad china. La Organización Mundial de la Salud (OMS) comunicó el 11 de febrero del año 2020 que la enfermedad que estaba provocando el brote del nuevo coronavirus 2019 tiene por nombre “COVID-19”. De este modo, los “Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades (CDC)” están analizando de forma cercana esta enfermedad respiratoria originada por el reciente coronavirus. ⁽¹³⁾

El estrés es un síndrome muy notable a lo largo del mundo, habiendo sido determinada por diversos autores que participan en el flujo de la idea. No obstante, aludiendo a la corriente conceptual, se define como una reacción ante la adaptación, otorgándosele muchas definiciones, tomándose a manera de conclusión como la respuesta de un individuo frente a “un estímulo ya sea externo o interno, de cuadro no patológico o patológico”. ⁽¹⁴⁾

Generando efectos perjudiciales, que genéricamente aparecen como fruto de un procedimiento constante, en el cual las estrategias que se usan habitualmente incluso en las situaciones como profesionales de enfermería no tienen éxito. Es necesario destacar que el síndrome de burnout suele presentarse como contestación al estrés crónico. Siendo las estrategias de afrontamiento, entidades mediadoras entre el síndrome y los efectos producto del estrés. ⁽¹⁵⁾

Las señales que se presentan en circunstancias estresantes son: negatividad, temor, preocupación, inseguridad, miedo, palpitaciones y excesos como fumar, beber o comer. El estrés puede hacer que nuestro ánimo varíe frecuentemente como: depresión, tristeza, irritabilidad, agotamiento mental y físico. En lo fisiológico se suele manifestar tensión muscular, náuseas, mareos, sequedad de boca, dificultad al ingerir alimentos; generalmente son temporales, pero en ciertos casos logran ser duraderos. ⁽¹⁵⁾

Actualmente, se sabe mundialmente que una gran porción de la población ha padecido de estrés en algún punto de su vida, y que varios desconocen o no poseen los medios para recuperarse luego de sufrir una situación traumática que puede impactar al individuo deteriorando su salud.

Según Cannon (1932), “el estrés es como una perturbación de la homeostasis ante situaciones de frío, falta de oxígeno, descenso de la glucemia, etc.” De acuerdo a Lazarus y Folkman (1986), “el estrés es una relación particular entre el individuo y el entorno que es evaluado como amenazante o desbordante de sus recursos y que pone en peligro su bienestar”. Inicialmente se consideraba que el estrés en las personas era originado por alguna alteración en el organismo, pues dañaba el bienestar de la persona a un grado biológico. Sin embargo, a lo largo de los años se logró distinguir que no solamente el malestar era debido a la variación biológica, sino que además era provocado por agentes externos que la persona calificaba como positivos o negativos. ⁽¹⁵⁾

Para Selye, año 1936 consideraba que: “El término estrés, en un sentido técnico muy especial, definiendo con él un conjunto coordinado de reacciones fisiológicas ante cualquier forma de estímulo nocivo, incluyendo las amenazas psicológicas, una reacción que llamó Síndrome General de Adaptación. Así, el estrés no era una demanda ambiental (estímulo estresor), sino un grupo universal de reacciones orgánicas y de procesos originados como respuesta a tal demanda” Ambos definiendo el estrés como una inestabilidad en el individuo; pero, Cannon fue quien incluyó la expresión “homeostasis” para desarrollar el estrés como alteraciones de esta. Por otra parte, Selye insertó el “estrés” en el ámbito de la salud causando mucha controversia con la finalidad de descubrir si el estrés era reacción del organismo o en los estímulos y circunstancias del ambiente alrededor.

Entre las dimensiones, referentes a la respuesta física del estrés, esta puede presentarse mediante síntomas orgánicos como la boca y garganta seca, dificultades respiratorias, dolores musculares, aumento de la frecuencia cardiaca y presión sanguínea, desarreglos digestivos y cambios metabólicos. En lo asociado a lo psicológico, se pueden evidenciar problemas como: dificultad de la concentración, irritabilidad, baja autoestima, depresión, aburrimiento, apatía, dificultar en la toma de decisiones, olvidos frecuentes y ansiedad. ⁽¹⁶⁾

Además, suelen aparecer cambios en el comportamiento de la persona, entre estos tenemos: alteraciones en el habla, consumo de alcohol o drogas, exceso en la ingestión de alimentos, pérdida del apetito, problemas de rendimiento, intentos

de suicidio y conductas impulsivas con risas que denotan inquietud. En lo social se puede separar en dos planos, los cuales son: satisfacción alcanzada y la manera en la que el individuo intuye sus roles dentro de la sociedad. ⁽¹⁶⁾

El afrontamiento, es un proceso de control de las necesidades que surgen acerca de una situación y los medios con los que se cuentan en la ocasión, dirigiéndonos a una evaluación situacional estresante. La forma de enfrentar la situación o el problema pueden ser muchas y no obligatoriamente puede obtenerse una sola solución, sino que a la vez la persona es lo suficiente competente para cambiar la percepción del caso y conformarse, esquivarla o aceptarla. ⁽¹⁶⁾

Las teorías sobre el afrontamiento al estrés tiene su comienzo desde una perspectiva biológica, pero, fueron dos autores los que ampliaron su conocimiento con el desarrollo de teorías con respecto al estrés, teniendo la “Teoría de Hans Selye”: determinando el estrés como “una respuesta fisiológica” citado por Rojas, (2007) apoyándose en la teoría de Cannon, llevó a cabo diversos estudios sobre la reacción del organismos frente a hechos de estrés, hallando tres etapas de respuesta, llamadas “fases del síndrome general de adaptación”:

La “Fase de Alarma”, está conformada por el comunicado claro de la existencia de un “agente estresante”. Apareciendo primeramente las respuestas fisiológicas con la intención de alertar al propio impactado para que este pueda tener cuidado y se mantenga atento. De esta manera, hay posibilidad de que, una vez identificada la razón del estrés, se logre afrontarla y se solucione exitosamente. Sin embargo, hay ciertas situaciones en las que el individuo no logra superar las barreras del estrés, siendo así que el sujeto se mantiene activo y “en guardia” para dar una “respuesta de ataque” o tomó la decisión de huir para recuperar su estabilidad perdida o en riesgo.

“Ocurren cambios bioquímicos en el organismo: el sistema nervioso simpático y la medula suprarrenal aumentan grandemente su actividad, de igual forma se incrementa la actividad cardiovascular y respiratoria, aumenta el tono muscular, hay aumento en la dilatación pupilar, disminuyen los linfocitos, etc.”

Las estrategias para hacerle frente a los diferentes casos son medios psicológicos que toda persona tiende a activar para enfrentar las causas del estrés. Una vez activadas comienzan a ejecutarse, pero no necesariamente nos

ayudarán a salir de esa situación satisfactoriamente, aunque se logran reducir o esquivar conflictos, ayudándonos a fortalecernos y alcanzar frutos. ⁽¹⁷⁾

Los esfuerzos conductuales y conectores se desarrollan con la finalidad de aumentar las demandas internas o externas con que se acaban las herramientas propias, se destacan tres maneras de afrontamiento: centrado en la evitación, en el problema y en la emoción. Estas estrategias, son el trabajo que se hace para lograr el control sobre el estrés, reconocidas a la vez como “mecanismos de defensa”. Con frecuencia usamos técnicas de afrontamiento con referencia al estrés inconscientemente, en el momento en que este no es regulado apropiadamente, tiende a convertirse en un problema mayor y de gran intensidad, y es así que corren el peligro de sufrir consecuencias de gravedad. Podemos destacar las siguientes estrategias para el manejo del estrés: ⁽¹⁷⁾

La resolución de problemas (REP), consiste en que el individuo realiza una evaluación de la situación con una mirada positiva, aplicando medidas propicias considerando el caso de estrés y se adquiere de esto un aprendizaje que será empleado en un futuro. Búsqueda de orientación y apoyo, incluye la búsqueda de ayuda, orientación, información y sugerencias de diferentes personas con el objetivo de hallar una solución para la situación estresante. ⁽¹⁷⁾ La autocrítica (AUC), se refiere al control que se debe poseer en la situación estresadora, con base en la planificación de estrategias y organización, tomando una decisión al momento de escoger la mejor táctica para la solución del problema. Resolución de problemas: en esta se utilizan conductas dirigidas a hallar la solución de una situación estresadora, siguiéndose medio regular para la prevención de otros elementos estresadores. ⁽¹⁷⁾

Expresión emocional (EEM). Es la manifestación afectiva que tiene una persona según su estado de ánimo, orientado a lo emocional que está viviendo, de acuerdo al contexto o a lo que está sucediendo en su alrededor. Está regulado dentro de los procesos de la personalidad que están situados en lo afectivo, que desarrolla la parte de la inteligencia emocional de los individuos. Pensamiento desiderativo (PSD) Es eminentemente concreto, se dirige a lograr un objetivo en el menor tiempo posible. Apoyo social (APS), reconoce los retos y ve los elementos positivos de un problema. Evitación cognitiva: erradica los pensamientos desfavorables a través del entretenimiento y la negación.

Expresión emocional abierta: se reflejan los desafíos como un método para hacerle frente a las emociones que han surgido debido al estrés. Espera: es una estrategia conductual y conductiva que consiste en buscar la solución del problema con el paso del tiempo. ⁽¹⁷⁾

Reestructuración cognitiva (REC). Proceso técnico en el que la persona tiene el conocimiento suficiente para poder modificar su pensar distorsionado que genera el malestar emocional y el sentimiento de fracaso. Es por ello, que nuestros pensamientos involuntarios no pueden ser percibidos por uno mismo. La evitación de problemas (EVP), se trata de evitar las situaciones que provocan ansiedad, siendo una de las reacciones habituales para hacer el intento de controlar esta. Siendo más sencilla de aplicar cuando nos enfrentamos a “estímulos exteriores o ambientales” que en ocasiones en las que estamos ante “estímulos internos o de valoración social”, y por último tenemos la Retirada social (RES): definida como el aislamiento del individuo, evitando la comunicación con otros. En algunos casos las personas demuestran un interés mayor por los objetos, lo cual los lleva a desarrollar una timidez que puede obligarlos a alejarse de su contexto social. ⁽¹⁷⁾

III. METODOLOGÍA

3.1. Tipo de investigación

Se desarrolló el enfoque cuantitativo de tipo correlacional. Para Hurtado y Toro (1998), afirman que la investigación cuantitativa tiene una concepción lineal, es decir que haya claridad entre los elementos que conforman el problema, que tenga definición, limitarlos y saber con exactitud donde se inicia el problema, también le es importante saber qué tipo de incidencia existe entre sus elementos, también realiza la relación entre dos o más variables.

3.1. Diseño de investigación

No experimental transversal; Hernández (2010). La presente investigación asumirá un diseño no experimental de corte transversal; siendo no experimental porque es sistemática y empírica en las variables independientes la cual no se manejan porque ya han ocurrido. Las consecuencias sobre las relaciones entre variables se efectúan sin mediación o influencia directa y las pautas se analizan de manera original y natural, sin modificación alguna.

Es transversal porque se recolectaron fichas en un solo momento, en un único lapso. Con el objetivo de precisar las variables y estudiar su ocurrencia e interrelación en un punto visto, presentándose de la forma siguiente:

Esquema:

M: Ox - Oy

M: Estudiantes

Ox: Estrategia de afrontamiento

Oy: Estrés

3.3. Variables y Operacionalización

Variable Independiente: Estrategia de afrontamiento

Indicadores:

- Reconocimiento del problema actual.
- Propone alternativas de solución.
- Identifica y juzga rápidamente aspectos negativos de sí mismo.
- Se identifica como responsable del problema.
- Percibe sus emociones como mediadores de alivio.
- Identifica emociones
- identifica aspectos positivos de sí mismo.
- Evade el problema.
- Reconoce recursos externos como apoyo para afrontar el problema.
- Cambia positivamente la perspectiva de la situación.
- Resta importancia al problema actual.
- Rechaza todo tipo de acompañamiento durante el problema.
- Oculta emociones generadas por el problema.

Variable dependiente: Estrés

Indicadores:

- Aspecto físico
- Aspecto psicológico
- Aspecto conductual
- Aspecto social

Tabla 1. Operacionalización de la variable Estrategia de afrontamiento

Variable	Definición conceptual	Definición operacional	Dimensiones	Indicadores	Índice	Escala de medición	Instrumento
Estrategia de afrontamiento	Recursos psicológicos que el sujeto pone en marcha para hacer frente a situaciones estresantes. Aunque la puesta en marcha de estas no siempre garantiza el éxito, sirven para generar, evitar o disminuir conflictos en los seres humanos, atribuyéndoles beneficios personales y contribuyen	Se mide mediante Cuestionario de estrategias de Afrontamiento	Resolución de problemas (REP)	- Reconocimiento del problema actual. - Propone alternativas de solución.	En absoluto (0) Un poco (1) Bastante (2) Mucho (3) Totalmente (4)	Ordinal	Cuestionario
			Autocrítica (AUC)	- Identifica y juzga rápidamente aspectos negativos de sí mismo. - Se identifica como responsable del problema.	En absoluto (0) Un poco (1) Bastante (2) Mucho (3) Totalmente (4)		
			Expresión emocional (EEM)	- Percibe sus Emociones como mediadores de alivio. - Identifica emociones Como aspectos positivos de sí mismo.	En absoluto (0) Un poco (1) Bastante (2) Mucho (3) Totalmente (4)		
			Pensamiento desiderativo (PSD)	- Reconoce el problema como una situación negativa para su vida.	En absoluto (0) Un poco (1) Bastante (2) Mucho (3) Totalmente (4)		

	do a su fortalecimiento (8)			- Evade confrontar el problema.			
			Apoyo social (APS)	- Reconoce recursos externos como apoyo para afrontar el problema. - Busca apoyo de familiares, amigos y/o centros especializados.	En absoluto (0) Un poco (1) Bastante (2) Mucho (3) Totalmente (4)		
			Reestructuración cognitiva (REC)	- Cambia positivamente la perspectiva de la situación. - Evalúa el problema antes de tomar una decisión.	En absoluto (0) Un poco (1) Bastante (2) Mucho (3) Totalmente (4)		
			Evitación de	- Evita conocer información adicional sobre el problema. - Resta importancia al problema actual.	En absoluto (0) Un poco (1) Bastante (2) Mucho (3) Totalmente (4)		
			Retirada social (RES)	- Rechaza todo tipo de acompañamiento durante el problema. - Oculta emociones generadas por el	En absoluto (0) Un poco (1) Bastante (2) Mucho (3) Totalmente (4)		

				problema.			
Variable 2: Estrés	Remor (2006) Sostiene que el nivel de Estrés Percibido tiene que ver con el grado en el cual el sujeto va a considerar su vida como agotadora e incontrolable.	La variable se medirá a través de la Escala de Estrés Percibido-10. (Campo-Arias et al.,2009)	Percepción del estrés Capacidad de afrontamiento	Aspecto físico Aspecto psicológico Aspecto conductual Aspecto social	Nunca=0 Casi nunca=1 De vez en cuando=2 A menudo=3 Muy a menudo=4	Ordinal	Escala de Estrés Percibido-10.

3.4. Población, muestra y muestro

La población estuvo conformada por 57 estudiantes, distribuidos en los siguientes ciclos.

Tabla 3. Población de estudiantes de enfermería de la universidad de Chiclayo, 2021.

Ciclo	Estudiantes
VI	15
VII	21
VIII	21
Total	57

Fuente: Data de la Escuela

Criterios inclusivos en la población:

Estudiantes que acepten participar del presente estudio firmando el consentimiento informado.

Estudiantes que se encuentren matriculados en la escuela de enfermería de la universidad de Chiclayo

Criterios excluyentes

Estudiantes que no acepten participar del presente estudio firmando el consentimiento informado.

Estudiantes que no se encuentren matriculados en la escuela de enfermería de la universidad de Chiclayo

3.5. Técnicas e instrumentos de recolección de datos

La técnica fue la encuesta.

Para la variable Estrés percibido. - El instrumento es de estrés percibido, modelo 10 (EEP-10) tiene 10 ítems que mensuran las dos dimensiones que señala la operacionalización. El diseño original fue ejecutado por 13 Cohen et al., (1983), quien se fundamentó en la teoría del estrés de

Lazarus y Folkman (1986) y fue ajustada al español por Remor (2006) quien reportó resultados positivos con relación a consistencia interna. Los ítems se encuentran distribuidos en; Percepción del estrés (1,2,3,6,9 y 10) y Capacidad de afrontamiento (4,5,7 y 8).

Referente a la calificación de ítems, se debe evaluar en una escala de 0 a 4 de acuerdo a lo que mejor detalle la realidad de encuestado. En cuanto al rigor metodológico este es validado en contenido mediante la V. de Aiken y un alfa de Cronbach de 0,8, lo cual confirma la confiabilidad.

Para la variable Afrontamiento estrés

Nombre original : Coping Strategies Inventory (CSI) o: Inventario de Estrategias de Afrontamiento; Autores: Tobin et al. 1984. Inglaterra
Adaptación : Ronald Escalante Soria (2012) Universidad Cesar Vallejo. Significación : Evaluación de las estrategias de afrontamiento.
Administración : Individual y colectiva.
Duración : Variable 15 a 20 minutos
Aplicación : Adultos de 17 a 57 años.

Validez y confiabilidad del inventario de Estrategias de Afrontamiento: Con relación a la confiabilidad, se llevó a cabo el análisis empleando el “coeficiente Alfa de Cronbach”, recibiendo como resultado el valor de 0.91, determinando el cuestionario como fidedigno. Igualmente, se ejecutó un análisis con el mismo coeficiente a cada ítem de la lista, obteniendo un valor de 0.90 a 0.91, eso significando que el inventario tiene consistencia interna.

Tocante a la validez para evaluar los ítems coherentes con las dimensiones del inventario de estrategias de afrontamiento, se empleó la “Validez por Criterio de Jueces”. Llamándose a cinco jueces expertos especializados en Psicología clínica y entre ellos investigadores. Los resultados siendo inferiores a 0.05, existiendo concordancia entre los jueces.

Dimensiones:

Resolución de problemas (REP): P1, P9, P17, P25, P33

Autocrítica (AUC): P2, P10, P18, P26, P34

Expresión emocional: (EEM): P3, P11, P19, P27, P35

Pensamiento desiderativo (PSD): P4, P12, P20, P28, P36

Apoyo social (APS): P5, P13, P21, P29, P37

Reestructuración cognitiva (REC): P6, P14, P22, P30, P38

Evitación de problemas (EVP): P7, P15, P23, P31, P39

Retirada social (RES): P8, P16, P24, P32, P40

3.6. Procedimiento de recolección de datos

Se solicitó los permisos correspondientes a la directora de la Escuela de enfermería y los datos fueron recolectados vía virtual a través del formulario de Google a cada aula se le asignó un delegado para que pueda apoyar en el recojo de la información.

3.7. Técnicas de procesamiento y análisis de datos

En la investigación se utilizó para el procesamiento estadístico de los datos el software SPSS versión 26 y los resultados fueron presentados en tablas y gráficos detallando la frecuencia y porcentajes, así como la estadística inferencial para la contratación de hipótesis.

V. ANÁLISIS Y DISCUSIÓN DE RESULTADOS.

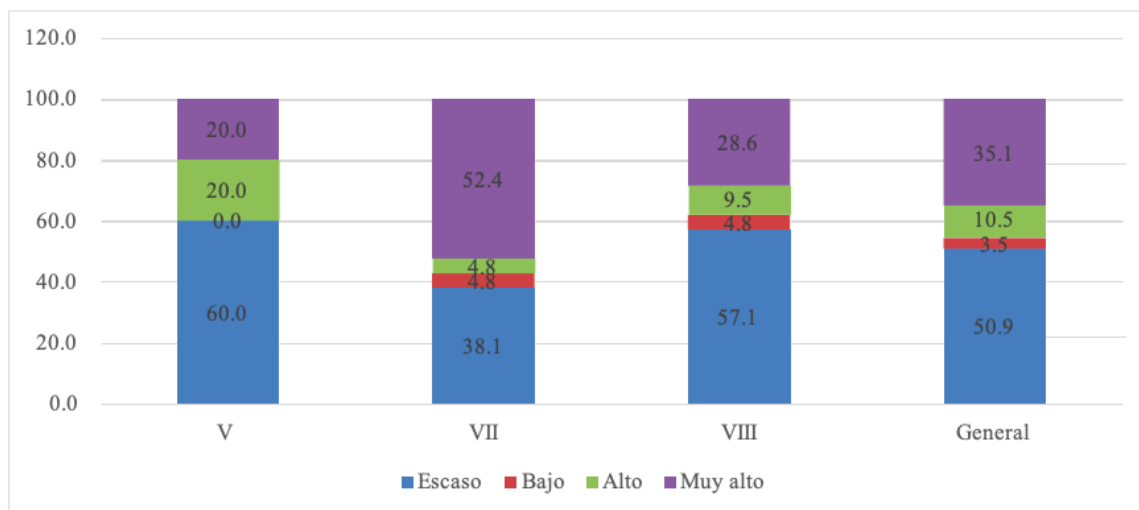
Tabla 1.

Nivel de estrés en pandemia por covid -19 de los estudiantes de enfermería de la Universidad Particular de Chiclayo 2021.

Estrés	Ciclo							
	VI		VII		VIII		General	
	N	%	N	%	N	%	N	%
Escaso	9	60,0	8	38,1	12	57,1	29	50,9
Bajo	0	0,0	1	4,8	1	4,8	2	3,5
Alto	3	20,0	1	4,8	2	9,5	6	10,5
Muy alto	3	20,0	11	52,4	6	28,6	20	35,1
Total	15	100,0	21	100,0	21	100,0	57	100,0

Fuente: Cuestionario estrés percibido EEP-10

Figura 1. Nivel de estrés en pandemia por COVID-19 de los estudiantes de enfermería de la Universidad Particular de Chiclayo 2021.



En la mitad de los estudiantes de enfermería del VI al VIII ciclo de enfermería predominó el estrés escaso en el 50,9%, mientras el 35,1% y 10,5% tuvieron un estrés muy alto y alto y el 3,5% un estrés bajo, respecto al ciclo en el VI y VIII predominó estrés escaso con 60% 57,1% respectivamente; sin embargo, los estudiantes de VII ciclo tuvieron muy alto estrés (52,4%). Pero no se encontró diferencia del estrés según el ciclo en los estudiantes.

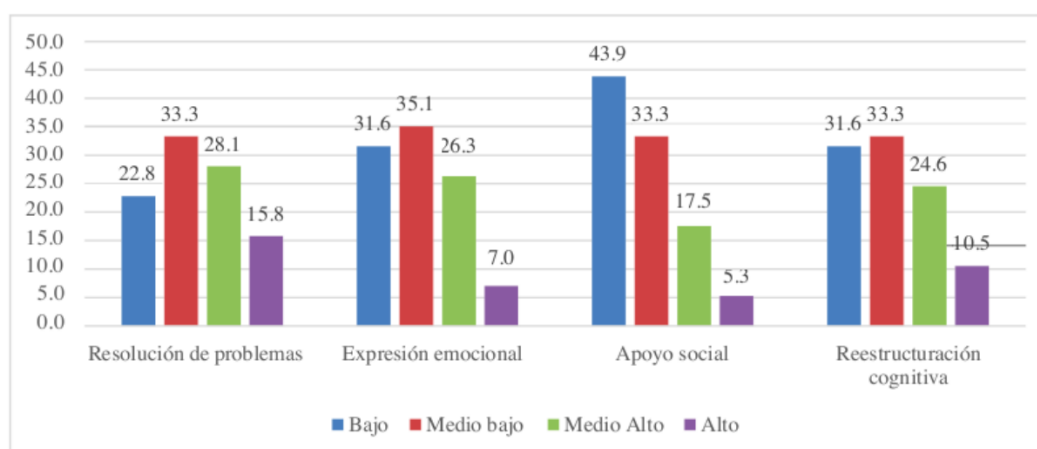
Tabla 2.

Estrategias activas de afrontamiento al estrés en pandemia por Covid -19 según las dimensiones: resolución de problemas, expresión emocional, apoyo social, reestructuración cognitiva en los estudiantes de la Universidad Particular de Chiclayo, 2021

Estrategias activas	Resolución de problemas		Expresión emocional		Apoyo social		Reestructuración cognitiva	
	N	%	N	%	N	%	N	%
Bajo	13	22,8	18	31,6	25	43,9	18	31,6
Medio bajo	19	33,3	20	35,1	19	33,3	19	33,3
Medio Alto	16	28,1	15	26,3	10	17,5	14	24,6
Alto	9	15,8	4	7,0	3	5,3	6	10,5
Total	57	100,0	57	100,0	57	100,0	57	100,0

Fuente: Inventario de Estrategias de Afrontamiento

Figura 2. Estrategias activas de afrontamiento al estrés en pandemia por Covid -19 según las dimensiones: resolución de problemas, expresión emocional, apoyo social, reestructuración cognitiva en los estudiantes de la Universidad Particular de Chiclayo, 2021



Se observa, que la estrategia activa de afrontamiento del estrés que obtuvo el nivel alto fue la resolución de problemas (15,8%), seguido de la reestructuración cognitiva (10,5%), con bajo apoyo social (43,9%), cabe mencionar que todas las dimensiones de las estrategias activas destacó el nivel medio.

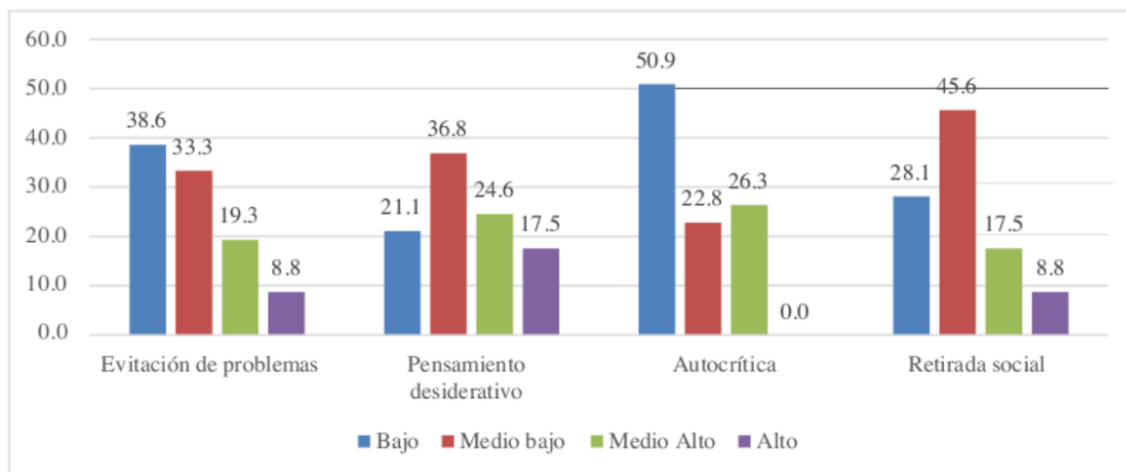
Tabla 3.

Estrategias pasivas de afrontamiento al estrés en pandemia por covid -19 según las dimensiones: evitación de problemas, pensamiento desiderativo, autocrítica y retirada social en estudiantes de enfermería universidad particular de Chiclayo 2021.

Estrategias pasivas	Evitación de problemas		Pensamiento desiderativo		Autocrítica		Retirada social	
	N	%	N	%	N	%	N	%
Bajo	22	38,6	12	21,1	29	50,9	16	28,1
Medio bajo	19	33,3	21	36,8	13	22,8	26	45,6
Medio Alto	11	19,3	14	24,6	15	26,3	10	17,5
Alto	5	8,8	10	17,5	0	0	5	8,8
Total	57	100,0	57	100,0	57	100,0	57	100,0

Fuente: Inventario de Estrategias de Afrontamiento

Figura 3. Estrategias pasivas de afrontamiento al estrés en pandemia por covid - 19 según las dimensiones: evitación de problemas, pensamiento desiderativo, autocrítica y retirada social en estudiantes de enfermería universidad particular de Chiclayo 2021.



Se identifica que las “estrategias pasivas de afrontamiento” con un mayor porcentaje alto fue el pensamiento desiderativo (17,5%), seguido de la evitación de problemas y retirada social ambos con 8,8%. Destacaron en un nivel medio las “estrategias pasivas de afrontamiento de estrés”, a excepción de la autocrítica que destacó el nivel bajo.

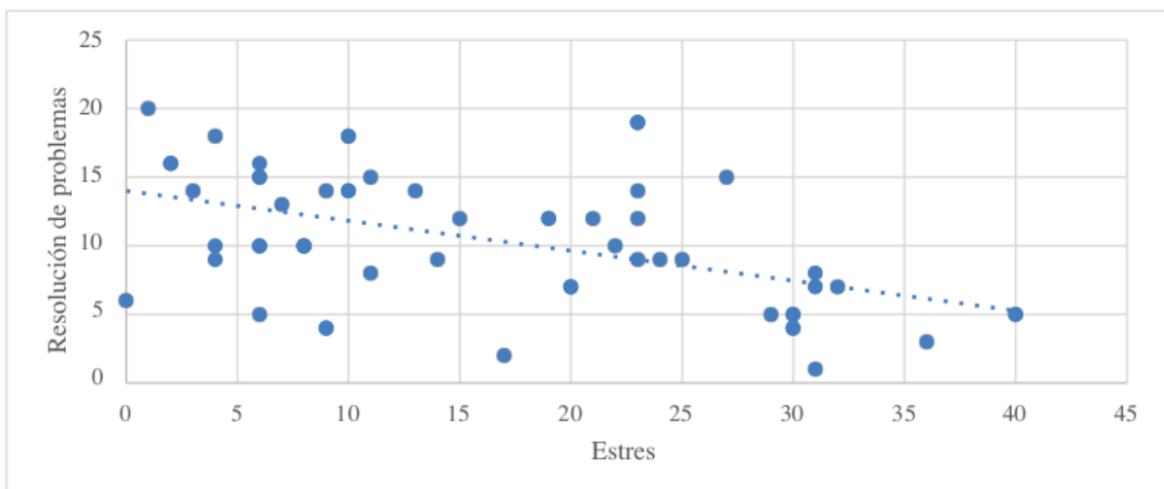
Tabla 4.

Relación entre las estrategias de afrontamiento y el estrés en pandemia por COVID -19 en estudiantes de Enfermería Universidad Particular de Chiclayo, 2021

Estrategias de afrontamiento		Estrés	
		Rho	P.valor
Activas	Resolución de problemas	-,482**	,000
	Expresión emocional	-,344**	,009
	Apoyo social	-,320*	,015
	Reestructuración cognitiva	-,474**	,000
	Autocrítica	-,048	,725
Pasivas	Pensamiento desiderativo	-,311*	,018
	Evitación de problemas	-,335*	,011
	Retirada social	-,330*	,012

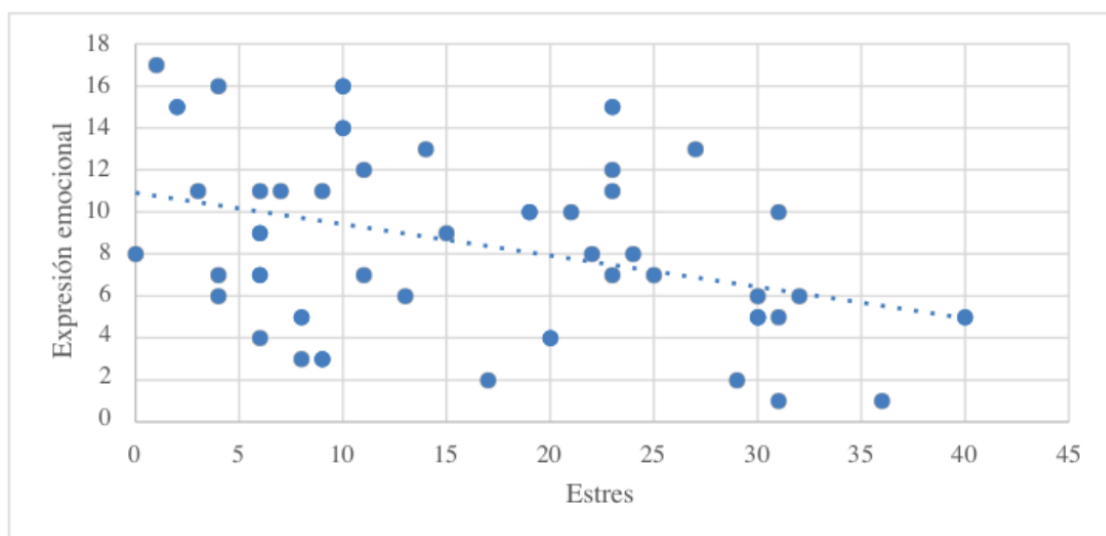
Se encontró correlación indirecta del estrés con las estrategias de afrontamiento, a excepción con la dimensión autocrítica.

Figura 4. Relación entre las estrategias de afrontamiento Resolución de Problemas y el estrés en pandemia por COVID -19 en estudiantes de Enfermería Universidad Particular de Chiclayo, 2021



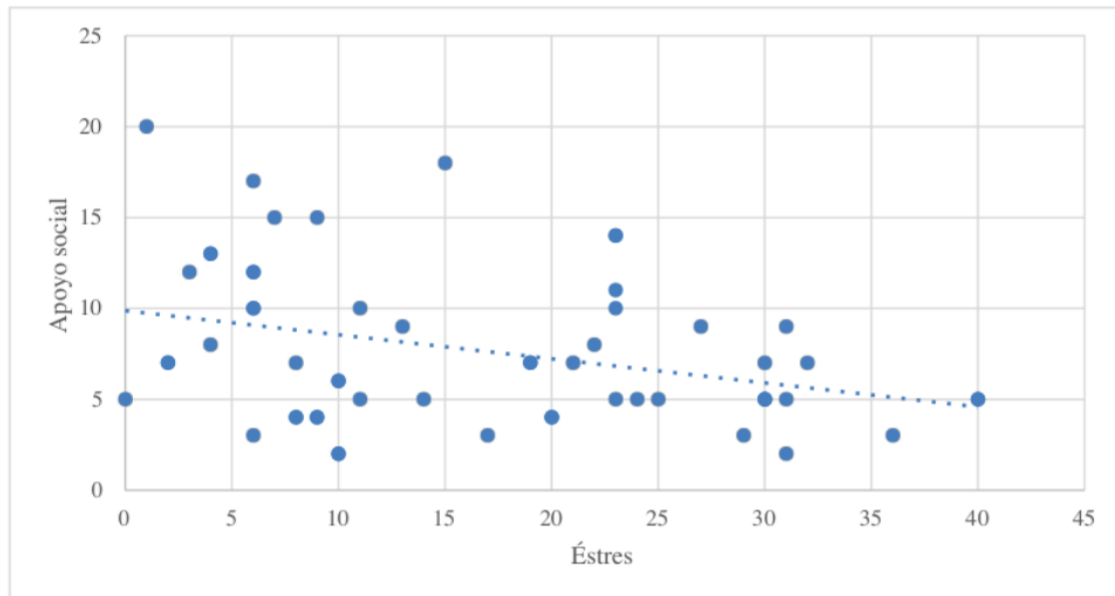
Se observa en la figura 4, una línea descendente entre el estrés y la resolución de problemas, además con un $Rho = -0,482$ y $p = 0,000 < 0,05$; se establece que existe una relación indirecta significativa entre el estrés y la resolución de problemas en los estudiantes de enfermería de la Universidad Particular de Chiclayo, que muestra que tiempo de pandemia los estudiantes de enfermería con mayor estrés, menos usan las estrategias de afrontamiento de resolución de problemas. Asimismo, el estrés afecta en la correcta resolución de los problemas de los estudiantes.

Figura 5. Relación entre las estrategias de afrontamiento expresión emocional y el estrés en pandemia por COVID -19 en estudiantes de Enfermería Universidad Particular de Chiclayo, 2021



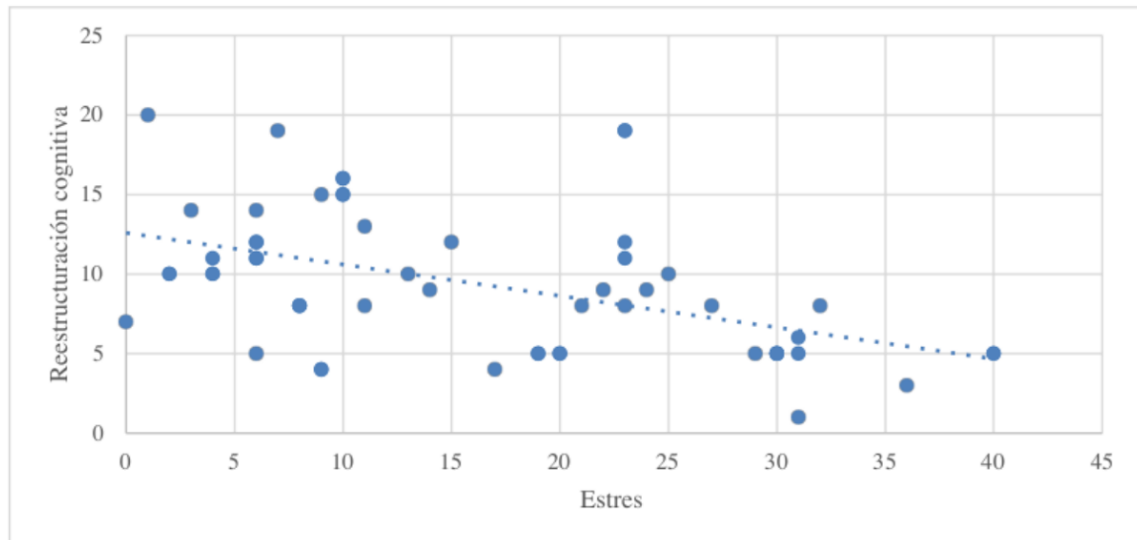
Se observa en la figura 5, una línea descendente entre el estrés y la estrategia de afrontamiento expresión emocional, además con un $Rho = -0,344$ y $p = 0,009 < 0,05$; se establece que existe una relación indirecta significativa entre el estrés y la estrategia de afrontamiento expresión emocional en los estudiantes de enfermería de la Universidad Particular de Chiclayo, esto indica que en tiempo de pandemia los estudiantes de enfermería con mayor estrés, menos usan las estrategias de afrontamiento de expresión emocional.

Figura 6. Relación entre las estrategias de afrontamiento apoyo social y el estrés en pandemia por COVID -19 en estudiantes de Enfermería Universidad Particular de Chiclayo, 2021



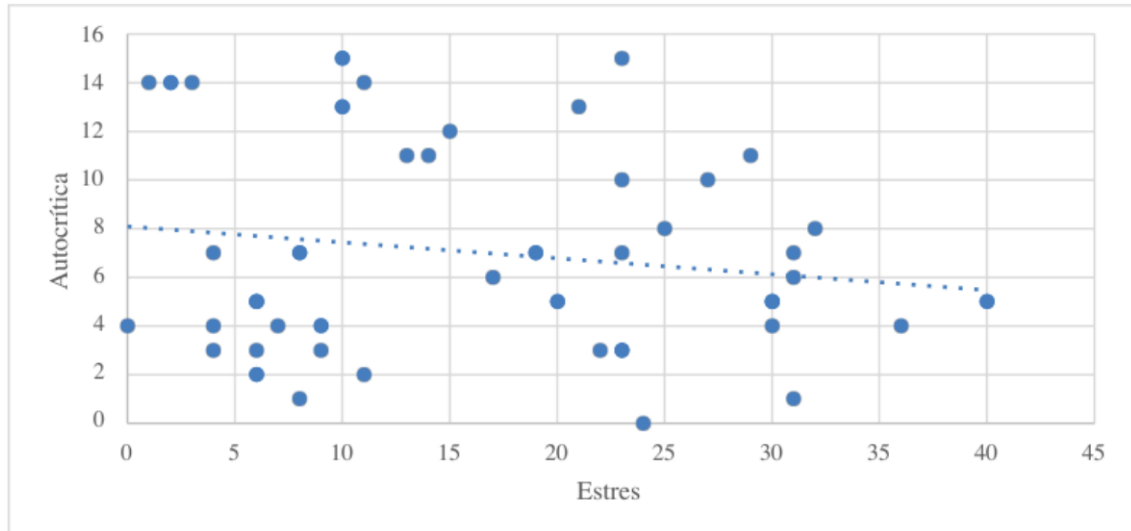
Se observa en la figura 6, una línea descendente entre el estrés y la estrategia de afrontamiento apoyo social, además con un $Rho = -0,320$ y $p = 0,015 < 0,05$; se establece que existe una relación indirecta significativa entre el estrés y la estrategia de afrontamiento apoyo social en los estudiantes de enfermería de la Universidad Particular de Chiclayo, esto indica que en tiempo de pandemia los estudiantes de enfermería con mayor estrés, menos usan las estrategia de afrontamiento apoyo social.

Figura 7. Relación entre las estrategias de afrontamiento reestructuración cognitiva y el estrés en pandemia por COVID -19 en estudiantes de Enfermería Universidad Particular de Chiclayo, 2021



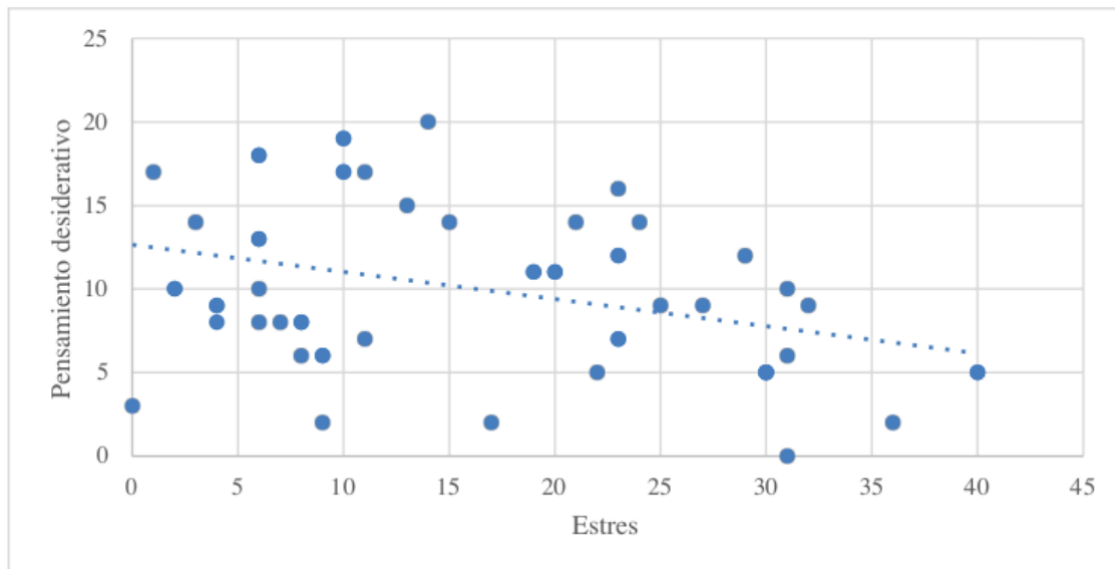
Se observa en la figura 7, un línea descendente entre el estrés y la estrategia de afrontamiento reestructuración cognitiva, además con un $Rho = -0,474$ y $p = 0,000 < 0,05$; se establece que existe una relación indirecta significativa entre el estrés y la estrategia de afrontamiento reestructuración cognitiva en los estudiantes de enfermería de la Universidad Particular de Chiclayo, esto indica que en tiempo de pandemia los estudiantes de enfermería con mayor estrés, menos usan las estrategia de afrontamiento reestructuración cognitiva.

Figura 8. Relación entre las estrategias de afrontamiento autocrítica y el estrés en pandemia por COVID -19 en estudiantes de Enfermería Universidad Particular de Chiclayo, 2021



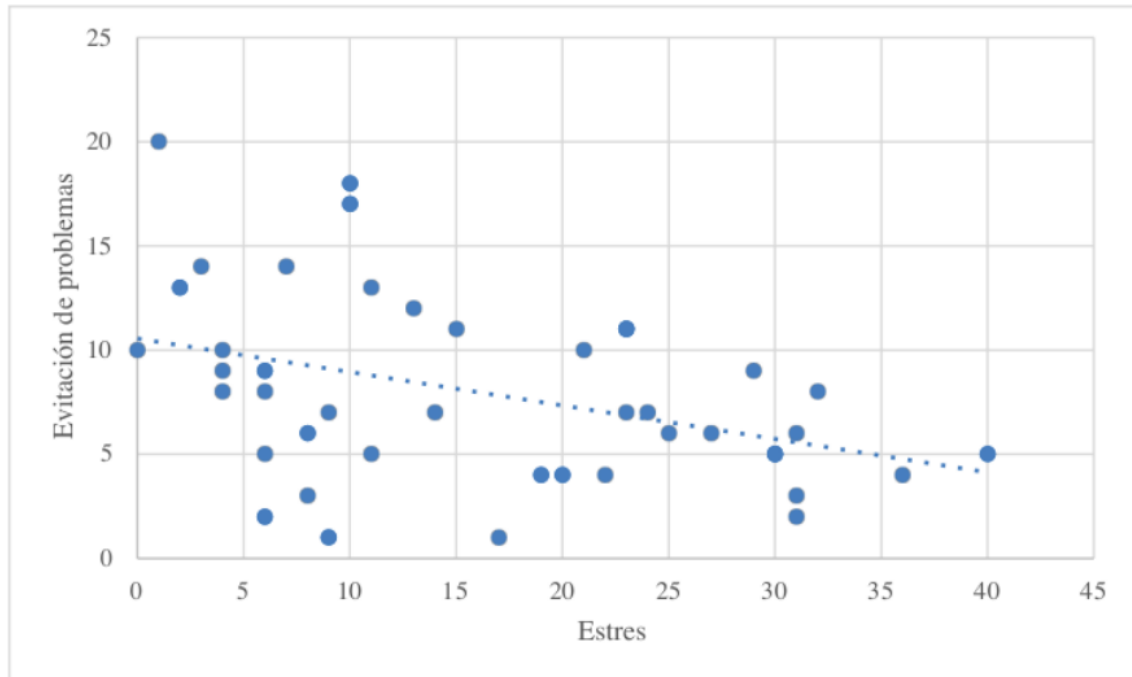
Se observa en la figura 8, un línea descendente entre el estrés y la estrategia de afrontamiento Autocrítica, además con un $Rho = -0,048$ y $p = 0,725 > 0,05$; se establece que no existe una relación indirecta significativa entre el estrés y la estrategia de afrontamiento Autocrítica en los estudiantes de enfermería de la Universidad Particular de Chiclayo, esto indica que en tiempo de pandemia los estudiantes de enfermería con mayor estrés, no se relaciona con estrategia de afrontamiento de autocrítica.

Figura 9. Relación entre las estrategias de afrontamiento pensamiento desiderativo y el estrés en pandemia por COVID -19 en estudiantes de Enfermería Universidad Particular de Chiclayo, 2021



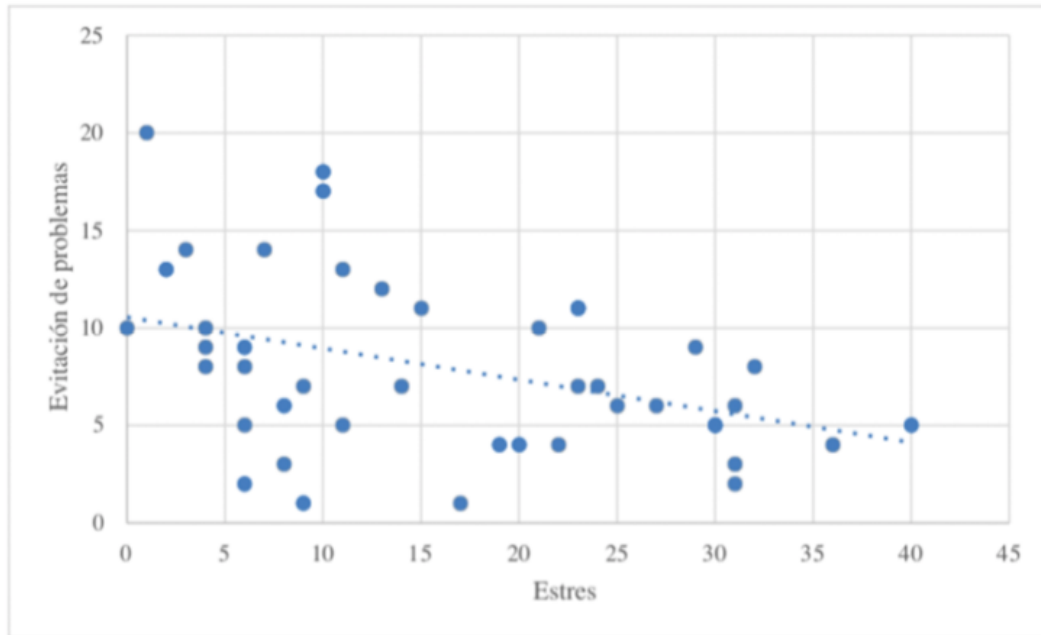
Se observa en la figura 9, una línea descendente entre el estrés y la estrategia de afrontamiento pensamiento desiderativo, además con un $Rho = -0,311$ y $p = 0,018 < 0,05$; se establece que existe una relación indirecta significativa entre el estrés y la estrategia de afrontamiento Pensamiento desiderativo en los estudiantes de enfermería de la Universidad Particular de Chiclayo, esto indica que en tiempo de pandemia los estudiantes de enfermería con mayor estrés, no se relaciona con estrategia de afrontamiento de pensamiento desiderativo.

Figura 10. Relación entre las estrategias de afrontamiento evitación de problemas y el estrés en pandemia por COVID -19 en estudiantes de Enfermería Universidad Particular de Chiclayo, 2021



Se observa en la figura 10, una línea descendente entre el estrés y la estrategia de afrontamiento evitación de problemas, además con un $Rho = -0,335$ y $p = 0,011 < 0,05$; se establece que existe una conexión indirecta significativa entre el estrés y la estrategia de afrontamiento evitación de problemas en los alumnos de enfermería de la Universidad Particular de Chiclayo, esto indica que en tiempo de pandemia los estudiantes de enfermería con mayor estrés, no se relaciona con estrategia de afrontamiento de evitación de problemas.

Figura 11. Relación entre las estrategias de afrontamiento retirada social y el estrés en pandemia por COVID -19 en estudiantes de Enfermería Universidad Particular de Chiclayo, 2021



Se observa en la figura 11, una línea descendente entre el estrés y la estrategia de afrontamiento retirada social, además con un $Rho = -0,330$ y $p = 0,012 < 0,05$; se establece que existe una relación indirecta significativa entre el estrés y la estrategia de afrontamiento retirada social en los estudiantes de enfermería de la Universidad Particular de Chiclayo, esto indica que en tiempo de pandemia los estudiantes de enfermería con mayor estrés, no se relaciona con estrategia de afrontamiento de retirada social.

Discusión

En el estudio un 45,6% de los estudiantes presentaron estrés alto y muy alto, a diferencia de los estudios internacionales de Subba R, Subba H, Singh J, Kumar R (2020) y Nebhinani M, Kumar A, Parihar A, Rani R, (2020) donde el 84,1% y 82,4% tuvieron estrés moderado respectivamente. Y en un estudio local Pérez A¹². (2021), donde encontró un estrés moderado, esto se debe a que evaluó el estrés con otras categorías y cortes de estrés.

El mismo que se corrobora con los expresado por Palomino C y Huarcaya, V⁸. Que ante la crisis sanitaria o desastres se incrementan el estrés pos traumático puede oscilar entre el 30 y 40% en especial por el problema de las medidas de distanciamiento situación que afecta en la salud mental de los estudiantes, además cabe mencionar que se ha evaluado el estrés general y no es el estrés académico.

En las estrategias activas de afrontamiento de las estudiantes se identificó en todo el nivel medio, destacando un mayor uso de la resolución de problemas y la baja búsqueda del apoyo social a diferencia del estudio de Pérez A. (2021)¹².

Donde las mujeres son las que hacen un mayormente recurren al apoyo social cuando se enfrentan al estrés, situación que no se evidencia en el estudio pese a que la mayoría de los participantes son del sexo femenino, esta situación se puede deber a que en la pandemia se ha generado un distanciamiento y no recurren a esta estrategia activa.

Se evidenció un mayor pensamiento desiderativo de los estudiantes, que no aceptan la realidad, que difiere con el estudio de Troyes K y Abad J (2021)¹¹ donde más usaron la evitación de problemas. Mientras en Subba R, Subba H, Singh J, Kumar R (2020)⁷. Predominó el estilo adaptativo

En el estudio se encontró relación entre el estrés y las estrategias de afrontamiento, a excepción con la autocrítica, pero cabe indicar que a mayor estrés menos usan las estrategias de afrontamiento en los estudiantes, que si bien coincide con los hallazgos de Mori Y Ruiz R (2021)¹⁰ Cajamarca, que también encontró relación pero esta fue directa.

Dentro de las limitaciones del estudio, se presentó la dificultada para el acceso a la muestra porque demoraron en contestar los cuestionarios por medio de los formularios de Google, y además porque literatura del estrés y estrategias de afrontamiento en la pandemia de Covid-19.

V. CONCLUSIONES

Se concluye que las estrategias de afrontamiento se relacionan indirectamente con el estrés en pandemia por COVID -19 en estudiantes de Enfermería Universidad Particular de Chiclayo, en especial cuando los estudiantes tienen estrés tienen una mayor relación con las estrategias activas como la resolución de problemas y reestructuración cognitiva, no se relacionó con la estrategia autocrítica.

La mitad de los estudiantes tuvieron un estrés escaso, mientras el 45,6% tuvieron estrés alto y muy alto, mostrando que el estrés fue escaso en los estudiantes de VI y VIII ciclo, mientras fue muy alto en los estudiantes de VII. Pero no se encontró diferencias de estrés entre los estudiantes.

Presentaron un mayor porcentaje de estrategias activas de afrontamiento de estrés en la resolución de problemas y la reestructuración cognitiva, pero hay un bajo apoyo social, asimismo predominó los niveles medio bajo de las estrategias activas de afrontamiento a excepción del apoyo social que fue bajo en los estudiantes de Enfermería Universidad Particular de Chiclayo.

El nivel de las estrategias pasivas del afrontamiento del estrés en pandemia por Covid -19 fue variadas, destacaron en un nivel bajo la evitación de problemas y la autocrítica, mientras en un nivel medio bajo fueron el pensamiento desiderativo y la retirada social, cabe indicar que el pensamiento desiderativo obtuvo una mayor porcentaje alto en los estudiantes de Enfermería Universidad Particular de Chiclayo

VI. RECOMENDACIONES

A las autoridades de la universidad brindar apoyo del área de psicología mediante talleres de estrategias de afrontamiento en los estudiantes, así como buscar estrategias para minimizar el impacto psicológico de los estudiantes por la falta de relaciones sociales, así como el cambio al entorno de la enseñanza virtual.

Se recomienda a la comunidad científica realizar estudios enfocados en analizar el impacto de la pandemia en el estrés en los estudiantes de salud, así como identificar cuales factores han influenciado más en el estrés. Y si existen diferencias con estudiantes de los últimos ciclos o en comparación con otras universidades.

Se recomienda al área de psicología brindar talleres a los estudiantes sobre manejo de fuentes estresores, así como el manejo de problemas, también mantener las líneas abiertas de apoyo a los estudiantes, así como a la familia. Para que siempre busquen el apoyo social. Y puedan hacer una buena canalización del manejo del estrés.

Se recomienda al área de psicología brindar el apoyo psicológico a los estudiantes, así como organizar reuniones con los estudiantes, con la finalidad de brindar herramientas para aceptar la realidad, así como a mejorar sus niveles de resiliencia para hacer frente a los cambios originados por la pandemia en el nivel personal, familiar, social y educativo.

VII REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. Organización Mundial de la Salud. Alocución de apertura del Director General de la OMS en la rueda de prensa sobre la COVID-19 celebrada el 11 de marzo de 2020. Ginebra: Discursos Del Director General de La OMS; 2020.
2. Suarez N, Díaz L. Estrés académico, deserción y estrategias de retención de estudiantes en la educación superior. *Revista de Salud Pública*. 2015;17(2):300-13.
3. Berrío N, Mazo R. Estrés Académico. *Revista de Psicología Universidad de Antioquia*. 2011;3(2):65-82.
4. Kar N, Kar B, Kar S. Stress and coping during COVID-19 pandemic: Result of an online survey. *Psychiatry Research*. 1 de enero de 2021;295:113598.
5. González N, Tejeda A, Mendez CM, Ontiveros Z. Impacto psicológico en estudiantes universitarios mexicanos por confinamiento durante la pandemia por Covid-19. 2020.
6. Nebhinani M, Kumar A, Parihar A, Rani R. Stress and Coping Strategies among Undergraduate Nursing Students: A Descriptive Assessment from Western Rajasthan. *Indian J Community Med*. 2020;45(2):172-5.
7. Subba R, Subba H, Singh J, Kumar R. Psychological Impact and Coping Strategies of Nursing Students during the Outbreak of Coronavirus Disease in Nepal. *Impact Factor*. 2020;8(9).
8. Perilla FE, Castro DA, Hernández KM, Rincón MF, Jaimes JA, Alba MA. Depresión, ansiedad y estrés: Una situación en estudiantes de Enfermería en una Universidad Pública. 16 de Abril. 17 de septiembre de 2020;59(278):1002.
9. Palomino C, Huarcaya J. Trastornos por estrés debido a la cuarentena durante la pandemia por la COVID-19. *Horizonte Médico (Lima)* [Internet]. octubre de 2020 [citado 16 de octubre de 2021];20(4). Disponible en:

http://www.scielo.org.pe/scielo.php?script=sci_abstract&pid=S1727-558X2020000400010&lng=es&nrm=iso&tlng=es

10. Mori Y del C, Ruíz RN. Estrés y estrategias de afrontamiento utilizadas en estudiantes de la facultad de psicología de los últimos ciclos de una Universidad privada de la ciudad de Cajamarca, 2021 [Internet] [Tesis de pregrado]. [Cajamarca]: Universidad Privada Antonio Guillermo Urrelo; 2021 [citado 16 de octubre de 2021]. Disponible en: <http://repositorio.upagu.edu.pe/handle/UPAGU/1724>
11. Troyes KM, Abad J. Estrés académico y estrategias de afrontamiento en estudiantes de la Universidad Peruana Unión durante la pandemia COVID-19 [Internet] [Tesis de pregrado]. [Lima]: Universidad Peruana Unión; 2021 [citado 16 de octubre de 2021]. Disponible en: <https://repositorio.upeu.edu.pe/handle/20.500.12840/4751>
12. Perez AA. Estrés y estrategias de afrontamiento en estudiantes de pregrado de ciencias de la salud, Lambayeque 2020 [Internet] [Tesis de pregrado]. [Chiclayo]: Universidad Catolica Santo Toribio de Mogrovejo; 2021 [citado 16 de octubre de 2021]. Disponible en: <http://tesis.usat.edu.pe/handle/20.500.12423/3417>
13. Vera V, Valladares M, Peralta I. Factores asociados al afrontamiento psicológico frente a la COVID-19 durante el periodo de cuarentena | Vera Ponce | Revista Cubana de Medicina Militar. Revista Cubana de Medicina Militar [Internet]. 2020 [citado 16 de octubre de 2021];49(4). Disponible en: <http://www.revmedmilitar.sld.cu/index.php/mil/article/view/870/670>
14. Carlessi HHS, Chocas LAY, Alva LJ, Nuñez LLacuachaqui ER, Iparraguirre CA, Calvet MLM, et al. Indicadores de ansiedad, depresión, somatización y evitación experiencial en estudiantes universitarios del Perú en cuarentena por Covid-19. Revista de la Facultad de Medicina Humana. abril de 2021;21(2):346-53.
15. Miguez A. El estrés en la enfermería y sus consecuencias [Tesis de pregrado]. [Madrid]: Universidad de Cantabria; 2018.

16. Ochante FDM, Pimentel SB, Tello MJ. Estrés laboral de la enfermera y la calidad de atención percibido por el familiar en el Servicio de Pediatría en un hospital nacional. Lima 2017-2018 [Internet] [Tesis de pregrado]. [Lima]: Universidad Peruana Cayetano Heredia; 2018 [citado 16 de octubre de 2021]. Disponible en: <https://repositorio.upch.edu.pe/handle/20.500.12866/4369>
17. Figueredo J. Estudio epidemiológico en trabajadores de la empresa UNICON [Internet] [Tesis de pregrado]. [Venezuela]; 2011. Disponible en: http://www.cidar.uneg.edu.ve/DB/bcuneg/EDOCS/TESIS/TESIS_POSTGRADO

ANEXOS:

Anexo 1: Constancia de autenticidad del asesor.

CONSTANCIA

Yo **Dra. Ana María Alvites Gasco**, docente de la Facultad de Ciencias de la Salud de la Escuela Profesional de Enfermería de la Universidad Particular De Chiclayo, doy fe de haber asesorado la tesis titulada: **“Estrategias De Afrontamiento Al Estrés En Pandemia Por Covid -19 En Estudiantes De Enfermería - Universidad Particular De Chiclayo, 2021”**.

Cuyo autor es la bachiller:

LUZVINDA OLIVERA DIAZ

Se expide el presente a solicitud del interesado para los fines que estime pertinente.



Dra. Ana María Alvites Gasco
C.E.P. 2139

ID ORCID: 0000 – 0003 - 49

Anexo 2: Constancia de ejecución de investigación.



“Año del Bicentenario del Perú: 200 años de Independencia”

UNIVERSIDAD PARTICULAR DE CHICLAYO

FACULTAD CIENCIAS DE LA SALUD

ESCUELA PROFESIONAL DE ENFERMERIA

CONSTANCIA

La Dirección de la escuela profesional de enfermería de la universidad particular de Chiclayo, otorga la presente constancia a:

LUZVINDA OLIVERA DIAZ

Bachiller de la carrera profesional de enfermería de la Universidad Particular de Chiclayo, identificada con DNI 71580059 que ha aplicado con una entrevista a los estudiantes de VI, VII, VIII ciclo de esta institución, como parte de investigación dominada:

“ESTRATEGIAS DE AFRONTAMIENTO AL ESTRÉS EN PANDEMIA POR COVID -19 EN ESTUDIANTES DE ENFERMERIA - UNIVERSIDAD PARTICULAR DE CHICLAYO, 2021”

Se otorga la presente a petición de la interesada para los fines pertinentes.

Dra. Rebeca Linares Samamé
Directora EPE. UDCH

Pimentel, noviembre 2021.

CONSENTIMIENTO INFORMADO

Propósito y procedimiento

Esta investigación está a cargo de Luzvinda Olivera Díaz. El propósito de este estudio es Identificar las estrategias de afrontamiento para mejorar el estrés en pandemia por covid -19 en estudiantes de enfermería Universidad Particular de Chiclayo, 2021

Los estudiantes de enfermería de una Universidad Particular de Chiclayo, participarán brindando información en un cuestionario.

Beneficios

Este trabajo de investigación permite generar reflexión sobre el cuidado ante la pandemia causada por el virus del COVID-19, también, sistematizar información actualizada sobre esta variable de estudio.

Derechos del participante y confidencialidad

La participación de los comerciantes en este estudio es completamente voluntaria. Tiene el derecho a aceptar o negarse a participar en el estudio, asimismo, puede terminar su participación en cualquier momento, sin que esto afecte su relación con el investigador. Los datos reportados por el participante serán manejados únicamente por el investigador y para efectos del estudio.

DECLARACION DE INFORME DE CONSENTIMIENTO

Yo _____

He leído el contenido de este documento de CONSENTIMIENTO INFORMADO dado por el investigador, y quiero colaborar con este estudio. Por esta razón firmo el documento.

_____ Fecha: _____ Firma

ANEXO2.

INVENTARIO DE ESTRATEGIAS DE AFRONTAMIENTO

Edad: _____

Sexo: Masculino ☐ Femenino ☐

Piense unos minutos en la situación o hecho que haya elegido. Responda a la siguiente lista de afirmaciones basándose en cómo manejó usted esta situación. Lea cada frase y determine el grado en que usted hizo lo que cada frase indica en la situación que antes eligió marcando el número que corresponda:

0: en absoluto; 1: un poco; 2: bastante; 3: mucho; 4: totalmente

Esté seguro de que responde a todas las frases y de que marca sólo un número en cada una de ellas. No hay respuestas correctas o incorrectas; sólo se evalúa lo que usted hizo, pensó o sintió en ese momento.

N	Pregunta	Puntaje				
1	Luché para resolver el problema	0	1	2	3	4
2	Me culpé a mí mismo	0	1	2	3	4
3	Deje salir mis sentimientos para reducir el estrés	0	1	2	3	4
4	Deseé que la situación nunca hubiera empezado	0	1	2	3	4
5	Encontré a alguien que escuchó mi problema	0	1	2	3	4
6	Repasé el problema una y otra vez en mi mente y al final vi las cosas de una forma diferente	0	1	2	3	4
7	No dejé que me afectara; evité pensar en ello demasiado	0	1	2	3	4
8	Pasé algún tiempo solo	0	1	2	3	4
9	Me esforcé para resolver los problemas de la situación	0	1	2	3	4
10	Me di cuenta de que era personalmente responsable de mis dificultades y me lo reproché	0	1	2	3	4
11	Expresé mis emociones, lo que sentía	0	1	2	3	4
12	Deseé que la situación no existiera o que de alguna manera terminase	0	1	2	3	4
13	Hablé con una persona de confianza	0	1	2	3	4
14	Cambié la forma en que veía la situación para que las cosas no parecieran tan malas	0	1	2	3	4
15	Traté de olvidar por completo el asunto	0	1	2	3	4
16	Evité estar con gente	0	1	2	3	4
17	Hice frente al problema	0	1	2	3	4
18	Me critiqué por lo ocurrido	0	1	2	3	4
19	Analice mis sentimientos y simplemente los dejé salir	0	1	2	3	4
20	Deseé no encontrarme nunca más en esa situación	0	1	2	3	4
21	Dejé que mis amigos me echaran una mano	0	1	2	3	4
22	Me convencí de que las cosas no eran tan malas como parecían	0	1	2	3	4

23	Quitó importancia a la situación y no quise preocuparme más	0	1	2	3	4
24	Oculté lo que pensaba y sentía	0	1	2	3	4
25	Supe lo que había que hacer, así que doblé mis esfuerzos y traté con más ímpetu de hacer que las cosas funcionaran	0	1	2	3	4
26	Me recriminé por permitir que esto ocurriera	0	1	2	3	4
27	Dejé desahogar mis emociones	0	1	2	3	4
28	Deseé poder cambiar lo que había sucedido	0	1	2	3	4
29	Pasé algún tiempo con mis amigos	0	1	2	3	4
30	Me pregunté qué era realmente importante y descubrí que las cosas no estaban tan mal después de todo	0	1	2	3	4
31	Me comporté como si nada hubiera pasado	0	1	2	3	4
32	No dejé que nadie supiera como me sentía	0	1	2	3	4
33	Mantuve mi postura y luché por lo que quería	0	1	2	3	4
34	Fue un error mío, así que tenía que sufrir las consecuencias	0	1	2	3	4
35	Mis sentimientos eran abrumadores y estallaron	0	1	2	3	4
36	Me imaginé que las cosas podrían ser diferentes	0	1	2	3	4
37	Pedí consejo a un amigo o familiar que respeto	0	1	2	3	4
38	Me fijé en el lado bueno de las cosas	0	1	2	3	4
39	Evité pensar o hacer nada	0	1	2	3	4
40	Traté de ocultar mis sentimientos	0	1	2	3	4
41	Me consideré capaz de afrontar la situación	0	1	2	3	4

ANEXO 3. ESCALA DE ESTRÉS PERCIBIDO (EEP-10)

Sexo: _____

Edad: _____

Marca con una "X" la alternativa que consideres que corresponde con tu realidad respecto a tus. Ser sincero es lo que más conviene

Ítems	Nada frecuente	Pocas veces	Regularmente	Muchas veces	Siempre
1. Encuentro la manera de obtener lo que quiero, aunque alguien me lo impida.					
2. Puedo resolver problemas difíciles si me esfuerzo lo suficiente.					
3. Persisto en lo que me he propuesto hasta llegar a alcanzar mis metas.					
4. Tengo confianza en que puedo manejar acontecimientos inesperados.					
5. Mis cualidades me permiten superar situaciones imprevistas.					
6. Permanezco calmado(a) en situaciones difíciles, porque cuento con las habilidades necesarias para superarlas.					
7. Venga lo que venga, por lo general soy capaz de manejarlo.					
8. Si me esfuerzo lo suficiente, puedo darle solución a los problemas.					

9. Sí me encuentro en una situación difícil generalmente se me ocurre que debo hacer.					
10. Al tener que hacer frente a un problema, se me ocurren varias alternativas de cómo resolverlo.					