



Universidad Femenina del Sagrado Corazón

Facultad de Psicología y Humanidades

Escuela Profesional de Psicología

ESTRATEGIAS DE AFRONTAMIENTO EN ESTUDIANTES
UNIVERSITARIOS DE LIMA METROPOLITANA EN TIEMPOS DE
PANDEMIA DEL COVID19

Tesis presentada por:

YRMA FARAH ROJAS TINEO

Para obtener el Título Profesional de:
Licenciada en Psicología

Asesora:

Dra. Ysis Judith Roa Meggo
Cód. Orcid. 0000-0001-7750-9807

Lima – Perú

2022

Los miembros del jurado han aprobado el estilo y el contenido de la tesis sustentada por:

YRMA FARAH ROJAS TINEO

Dra. Ysis Judith Roa Meggo, Asesora

Mg. Juan José Gabriel Artica Martínez, Miembro

Dr. Lisle Sobrino Chunga, Miembro

Dr. Lisle Sobrino Chunga
Decano
Facultad de Psicología y Humanidades

RESUMEN

La investigación tiene como objetivo comparar las estrategias de afrontamiento y los tipos como centrado en problemas, la escala de búsqueda de soluciones y centrado en emociones entre hombres y mujeres de diferentes carreras de I, II, III ciclos, de universidades privadas de Lima Metropolitana en tiempos de pandemia del COVID - 19. El estudio de nivel descriptivo – comparativo, tipo básica y de diseño no experimental con corte transversal. La muestra de estudio es de 91 alumnos universitarios, 59 mujeres (74,2%) y 32 varones (25,8%) cuyas edades oscilan entre 18 a 25 años, el instrumento aplicado Cuestionario de Modos de Afrontamiento al Estrés (COPE) creado por Lazarus y Folkman. Así mismo, se analizó la confiabilidad de la escala total mediante el Alfa de Cronbach, donde se obtuvo 0,889. De acuerdo a resultados obtenidos muestran que los hombres obtuvieron diferencias significativas en las estrategias de afrontamiento centrada en problemas y en la escala búsqueda de apoyo.

Palabras clave: Estrategias, afrontamiento, COVID-19, estudiantes universitarios.

ABSTRACT

The research aims to compare coping strategies and types such as problem-focused coping, solution-focused scale and emotion-focused coping between men and women of different careers of I, II, III semester, of private universities of Metropolitan Lima in times of COVID - 19 pandemic. The study is descriptive-comparative, basic type and of non-experimental design with cross-sectional cut. The study sample consisted of 91 university students, 59 women (74.2%) and 32 men (25.8%), whose ages ranged from 18 to 25 years. The Ways of Coping Inventory Questionnaire (WOC-R) created by Lazarus and Folkman was used. Likewise, the reliability of the total scale was analyzed using Cronbach's alpha, where 0.889 was obtained. According to the results obtained, men obtained significant differences in the problem-focused coping strategies and in the support-seeking scale.

Keywords: Strategies, coping, COVID-19, university students.

DEDICATORIA

- A Dios y la Virgen, que me acompañan y me bendicen en cada etapa de mi vida.
- A mi familia; a mis padres, por ese amor y apoyo incondicional que siempre me brindan; a mis hermanos, por ser mis ejemplos de profesionales e inspiración para seguir adelante.
- A mi abuelo Zenón y a mis tíos Ángel, María y Beatriz que en sus ausencias guardo con afecto y nostalgia sus recuerdos de cada uno de ellos, sé que me están acompañando.
- A mis amistades, agradezco profundamente el apoyo de todas esas personas maravillosas que han sido mi soporte en esta trayectoria de la tesis.

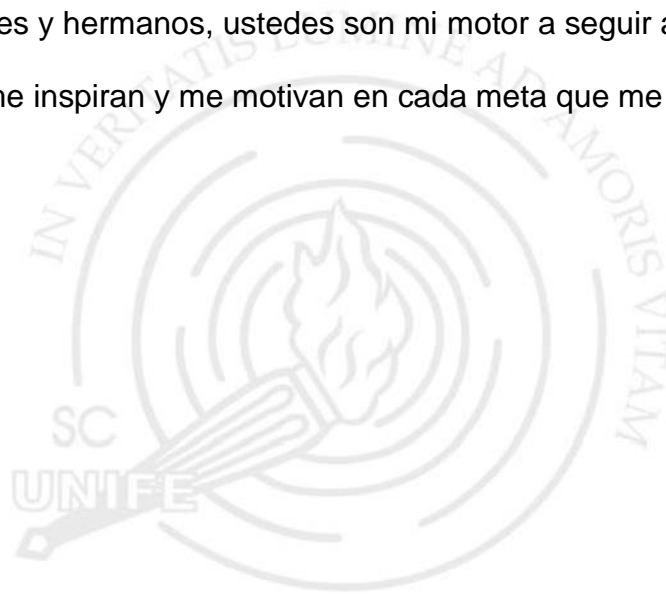
UNIFE

AGRADECIMIENTO

Para los docentes de la Universidad Femenina del Sagrado Corazón por la formación profesional brindada durante los años de estudio de psicología.

Para mi asesora Dr. Ysis Roa Meggo, por su apoyo, paciencia y ser mi guía en cada paso de esta investigación, muchas gracias.

Para mis padres y hermanos, ustedes son mi motor a seguir adelante, todos ustedes me inspiran y me motivan en cada meta que me propongo.

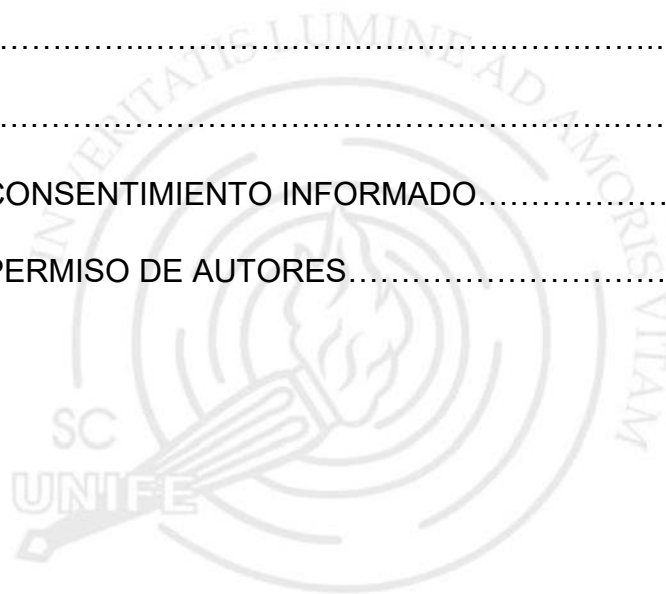


ÍNDICE

	Página
CARÁTULA.....	1
FIRMAS.....	2
RESUMEN/ABSTRACT.....	4
DEDICATORIA.....	5
AGRADECIMIENTO.....	6
ÍNDICE.....	7
LISTA DE TABLAS.....	9
INTRODUCCIÓN.....	10
CAPÍTULO I: ANTECEDENTES.....	12
1.1 Marco Teórico Conceptual.....	12
1.1.1 Afrontamiento.....	12
1.1.1.1 Estrategias de afrontamiento.....	13
1.1.1.2 Procesos de estrategias de afrontamiento.....	15
1.1.1.3 Tipos de afrontamiento.....	16
1.1.1.4 Diferencia entre estilos y estrategias de afrontamiento.....	20
1.1.1.5 Determinantes del afrontamiento.....	22
1.1.2 Pandemia y COVID – 19.....	23
1.1.3 Estudiantes antes y después del COVID – 19.....	23
1.1.4 Importancia de las estrategias de afrontamiento durante el confinamiento.....	26

	Página
1.2 Revisión de la literatura.....	27
1.2.1 Antecedentes nacionales.....	27
1.2.2 Antecedentes internacionales.....	29
1.3 Planteamiento del problema.....	31
1.4 Objetivos de la investigación.....	33
1.4.1 Objetivo General.....	33
1.4.2 Objetivos Específicos.....	34
1.5 Hipótesis.....	34
1.5.1 Hipótesis general.....	34
1.5.2 Hipótesis específicas.....	34
1.6 Definiciones operacionales de términos.....	35
1.7 Importancia y limitaciones de la investigación.....	35
1.7.1 Importancia.....	35
1.7.2 Limitaciones.....	36
CAPÍTULO II: MÉTODO.....	38
2.1 Nivel, tipo y diseño de investigación.....	38
2.2 Participantes.....	38
2.2.1 Muestra.....	39
2.2.2 Variables.....	39
2.3 Técnicas e instrumentos de recolección de datos.....	41
2.4 Técnica de procesamiento y análisis de datos.....	43
CAPÍTULO III: RESULTADOS.....	45
3.1 Análisis descriptivo.....	45

	Página
3.2 Análisis inferencial.....	45
CAPÍTULO IV: DISCUSIÓN DE RESULTADOS.....	50
CAPÍTULO V: CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES.....	53
5.1 Conclusiones.....	53
5.2 Recomendaciones.....	54
REFERENCIAS.....	56
APÉNDICES.....	64
APÉNDICE A: CONSENTIMIENTO INFORMADO.....	65
APÉNDICE B: PERMISO DE AUTORES.....	66



LISTA DE TABLAS

Tabla	Página
1. Estilos y estrategias de afrontamiento.....	21
2. Operacionalización de la variable estrategias de afrontamiento.....	39
3. Medidas de tendencia central, dispersión de los modos de afrontamiento de los estudiantes de los primeros ciclos de universidades de Lima Metropolitana.....	45
4. Frecuencias y porcentajes según sexo en estudiantes de los primeros ciclos de universidades de Lima Metropolitana.....	45
5. Normalidad de la distribución de los puntajes de las estrategias de afrontamiento, medida por la prueba de Kolmogorov-Smirnov para una muestra total.....	46
6. Niveles de las estrategias de afrontamiento según sexo.....	47
7. Niveles de la dimensión Centrado en problemas según sexo.....	47
8. Niveles de la variable de Búsqueda de soluciones según sexo.....	48
9. Niveles de la dimensión Centrado en emociones según sexo.....	49

INTRODUCCIÓN

La pandemia provocada por el COVID-19 ha generado una crisis a nivel mundial, afectando de manera negativa las diferentes actividades de las personas, esta enfermedad causada por el virus SARS-CoV-2, altamente transmisible, (que ocasiona afecciones de niveles: leves, moderados y en algunos casos graves). Los efectos negativos de esta pandemia se han visto afectados en el aspecto social, económico, político y la salud especialmente, sin embargo, los problemas de salud física y mental, no solo se deben a las infecciones o complicaciones por el COVID-19, sino también, a las medidas de prevención radicales como el aislamiento social, que si bien es una medida para no propagar el virus ha traído como consecuencia una serie de problemas de salud mental. El aislamiento social es una medida propuesta por la OMS y acatada por muchos países del mundo, pero que ha tenido como consecuencias casos de estrés, ansiedad u otros problemas psicológicos.

Esta nueva forma de vida, ha cambiado a las personas la manera de afrontar sus diversas actividades que pueden causar estrés generando problemas psicológicos o enfermedades mentales. El aislamiento social ha llevado a las personas a desarrollar sus propias estrategias de afrontamiento ante sus diversos problemas.

Esta medida radical de aislamiento y sus consecuencias en la salud mental, también se presentan en el ámbito de la educación superior. La pandemia por el COVID-19 ha hecho que se usaran medios de enseñanza a distancia y nuevos criterios de evaluación al estudiante de nivel superior. Se creó una nueva dinámica de enseñanza, con nuevas actividades académicas, diferente a la educación presencial, y con distintas exigencias que generaron

altos niveles de presión en los estudiantes. Sumado a esto, la poca capacidad de afrontamiento por parte de los estudiantes en esta etapa de pandemia, es decir una escasa capacidad de gestión de emociones, ocasionando altos niveles de frustración, enojo, tristeza, miedo, irritabilidad, entre otros.

La presente investigación se enfocará en las estrategias afrontamiento que viven los estudiantes universitarios de nivel pregrado, en la etapa de pandemia por el COVID19. Se vio conveniente para esta investigación, desarrollar y comparar las estrategias de afrontamiento, según mujeres y hombres, de diversas carreras de universidades privadas de Lima Metropolitana; así mismo, esta investigación sobre estrategias de afrontamiento se organizó en cinco capítulos y conclusiones.

El primer capítulo refiere al marco teórico conceptual, se revisó la literatura diversificada y relacionada a la variable de interés, los antecedentes de las investigaciones internacionales y nacionales, la descripción y planteamiento del problema. En este mismo capítulo se mencionan los objetivos, se formula las hipótesis de estudio, para luego dar cabida a la definición operacionales de los términos y las limitaciones del estudio.

El segundo capítulo comprende la metodología de estudio; nivel, tipo y diseño de la investigación. El estudio es de nivel descriptivo - comparativo, tipo básica y de diseño no experimental con corte transversal. Además, se describe la población y la muestra, así como se presentan el instrumento empleado para la recolección de información y su procesamiento.

El tercer capítulo corresponde al análisis y resultados obtenidos de la muestra. Además, se contrastó la relación de los resultados obtenidos con las hipótesis planteadas.

El cuarto capítulo abarca la discusión de los hallazgos obtenidos y que fueron analizados en base a diversas teorías relacionadas al problema.

En el quinto capítulo se presentan las conclusiones y las recomendaciones correspondientes a la investigación estudiada.

Por último, se reportan las respectivas referencias y los apéndices correspondientes.



CAPÍTULO I: ANTECEDENTES

1.1 Marco teórico conceptual

1.1.1 Afrontamiento

Durante el contexto de la pandemia que se vive, la población enfrenta diferentes situaciones que demandan diversos tipos de respuestas y cada recurso de los individuos debe de determinar efectividad para así generar respuesta que logren solucionar las exigencias del entorno.

La investigación sobre el afrontamiento inicia con Lazarus y Folkman en los años 80, pioneros del tema, refieren la palabra "coping" que traducido al español es "afrontamiento" (como se citó en Córdova y Sulca, 2018) como un proceso dinámico, considerado como recursos, que incluye esfuerzos cognitivos, afectivos y conductuales que manejan por exigencias internas o externas. Comprendiendo como un grupo de acciones, comportamientos y pensamientos que se deberían gestionar, controlar, reducir ante las circunstancias que genera dificultad o conflicto, ya sean interiorizadas o externas; incluso para el manejo de los mecanismos conscientes, que posibilitan una adecuada interacción entre los estresores y así poder tener un apropiado manejo, lo que reduce los niveles estrés. Asimismo, existen diversos autores que plantean sobre el afrontamiento de manera semejante.

Desde el punto de vista de English, Zeng y Ma (2015) refieren que el afrontamiento puede determinarse como un mecanismo que por medio del cual el individuo logra establecer la sensación de control sobre sí mismo y su ambiente en respuesta a una situación estresante.

Por otro lado, Roy et. al (2016) determinan como el afrontamiento de manera individual que responde a las exigencias del entorno logrando así un bienestar, también las diversas estrategias que emplea la persona para poder lidiar con ello, siendo fundamental para la salud y la integridad.

Según Camacho (2020a) refiere las dos funciones principales que posee el afrontamiento: eliminar o cambiar cada condición problemática en la relación a ambiente-persona y el estrés emocional sea regulado; por otro lado, Gaxiola (como se citó en Abente y Ratti, 2017) incluye indicadores como: buscar el apoyo de otros cuando necesite su ayuda; si tiene problemas y enfrentarlos inmediatamente; no importa cuán difíciles sean las situaciones en la vida de cada persona, ya que el individuo es capaz de enfrentarlas y superar; por tanto, se puede decir que el afrontamiento es el elemento esencial que utiliza la persona para gestionar el estrés, intentando reducir o eliminar los niveles de amenazas.

De este mismo modo, comprendemos que el afrontamiento se considera como un estado transitorio ya que cambia su patrón según la situación que se presente cada persona en ese momento; cabe resaltar que estos recursos cognitivos, personales, emocionales y conductuales que son aplicados para dar respuestas de cada situación que implican elevadas exigencias siendo estas consideradas como estrés para así lograr gestionar de manera adecuada y generando un bienestar a la persona.

1.1.1.1 Estrategias de Afrontamiento

Las estrategias de afrontamiento definido por diversos autores están vinculado a varios tipos, especialmente relacionados con estrés como el reducir o controlar y, la resolución de problemas y centrado en las emociones.

Según Brougham, Zail, Mendoza y Miller (como se citó en Camacho, 2020a) mencionan que las estrategias de afrontamiento se desenvuelve como procedimiento dinámico que va depender de la manera en la que el entorno es percibido por el individuo transformándose en relación de persona y ambiente y que puede cambiar; ello incluye a las respuestas cognitivas, conductuales y emocionales , estas se configuran como estrategias o patrones de afrontamiento no continuo y gradual, sino que fluctúan en el tiempo y de acuerdo al entorno. Comprendiendo que las estrategias de afrontamiento son cambiantes ante situaciones que cada individuo enfrentan que demanda la vida diaria. De la misma forma Cacay (2021) plantea las estrategias que proporciona el afrontamiento protege y concede al sujeto habilidades para gestionar de manera adecuada emociones y pensamientos perjudiciales que comúnmente son derivados de eventos estresantes como el confinamiento, otorgándole la posibilidad de continuar con las actividades que anteriormente le resultaban incómodas o que le generaban un alto grado de malestar.

Por otra parte, Camacho (2020b) afirma que no existen estrategias de afrontamiento malas o buenas, desadaptadas o adaptadas, ya que eso dependerá de las situaciones que enfrenta la persona, el entorno y otras variables; no obstante, se puede mencionar sobre el afrontamiento efectivo, esto quiere decir que cuando las estrategias de afrontamiento cumplen con la función de brindar y restaurar el equilibrio, y de reducir el estrés, por consiguiente un entorno que produzca un elevado estrés que podría ser moderado por un afrontamiento efectivo y de manera viceversa. Esto significa que el emplear las estrategias de afrontamiento efectivo logra conseguir mantener un equilibrio y puede minimizar los efectos negativos del evento

estresante, y en contraste, un afrontamiento ineficaz, que falla en su función de solventar la situación problemática y/o reducir el estrés, puede lograr aumentar los efectos negativos del mismo como consecuencia del resultado, considerando que es una variable dinámica ya que puede funcionar o no de acuerdo con el entorno, cada persona y situación (Elsayed, Hasan y Musleh, 2018).

En consecuencia, lo que determina si el afrontamiento es efectivo dependerá de cada individuo, como lo emplea y bajo qué condiciones ambientales e intrapsíquica lo aplica; por lo que una persona puede llegar a usar diversas estrategias, asimismo estos recursos, considerados como dinámicos, están ligados a la emoción que cada individuo percibe en el contexto, así como también lo cognitivo, conductual y afectivo.

1.1.1.2 Procesos de estrategias de afrontamiento

Lazarus y Folkman (como se citó en Vaca, 2016) refieren que estos *procesos cognitivos* son desarrollados por cada individuo para enfrentar alguna situación estresante debido a que algunos acontecimientos de la vida tienen la capacidad de ser provocadores de estrés conduciendo a un desequilibrio en las emociones, además menciona que el sujeto realiza una evaluación primaria y secundaria del factor estresor lo que le permite realizar un esfuerzo cognoscitivo y en su conducta para manejar las demandas del ambiente y/o de las emociones, a este proceso se denomina individual. En el cual se sobreentiende que el afrontamiento es dinámico y de naturaleza cognitiva y conductual generando así diversos recursos (González et. al, 2018). Entonces el afrontamiento cognitivo, como tal, comprende como el manejo del

problema en busca de un sentido para afrontarlo mentalmente, lo que hace que la situación sea menos hostil.

Solano y Serrano (2017) postulan que el afrontamiento como *proceso conductual y cognitivo* aborda directamente un problema o situaciones que pueden generar alguna incomodidad o ansiedad; no obstante, logra mejorar los resultados mediante las acciones; además, se considera la evitación como reacción y respuesta.

Gutiérrez (como se citó en Muro, 2017b) también afirma que las estrategias también son conductuales y tienen como objetivo controlar directamente el estímulo o factor de estrés, y abordar el problema que la persona cree que es propenso a cambiar. Estos también pueden aludirse si la persona tiene la sensación de que no puede actuar frente al estímulo conocido como evitación siendo este una estrategia de afrontamiento.

Según Lazarus y Folkman (como se citó en Garvich y Taco, 2017) se comprende cómo el individuo busca el equilibrio afectivo logrando minimizar los efectos emocionales de una circunstancia intensa. Este aporte da cabida en lo que refieren Nuñez y Delgado (2019a) mencionando dentro de los procesos de afrontamiento lo *afectivo* que es el control de las propias emociones, el estado emocional es uno de los factores que determina la accesibilidad de la información o el pensamiento, por lo que un estado de ánimo adecuado o inadecuado hará que los pensamientos positivos o negativos sean más accesibles respectivamente.

1.1.1.3 Tipos de afrontamiento

Las estrategias de afrontamiento son herramientas empleada por todas las personas al momento de confrontar una situación analizada como

amenazante, las personas utilizan diferentes estrategias dependiendo la postura y funcionalidad que decida ejecutar la persona, existen instrumentos que permiten medirlas y aportar una visión objetiva del manejo que un sujeto o un grupo de personas mantiene. Existen diferentes estrategias planteadas por diversos autores; no obstante, uno de los modelos más eminentes y atribuido a esta variable, el más usado en la literatura es el propuesto por Lazarus y Folkman; por ende, el afrontamiento conlleva ciertas características, ya que ellos proponen dos categorías o formas de afrontamiento conocidas como estrategias centradas en el problema donde se realizan comportamientos concretos para dar solución al problema y reducir el estrés; y la estrategias centradas en la emoción refiere que expresan emociones y se intenta revalorar la situación, debido que engloban una gran variedad de estos patrones y que con el tiempo serían desarrolladas por distintos investigadores que clasifican como tipos de estrategias de afrontamiento. López y Vélez (2018) refieren que el primero va dirigido alterar o manejar el problema y el segundo afrontamiento va orientados a moderar las respuestas emocionales a la que los problemas dan lugar; es decir, el primero en la literatura representa como el afrontamiento dirigido a los problemas y el consiguiente es el afrontamiento dirigido a las emociones. Continuamente, eso fue de manera sistematizada y valorada entre ocho estrategias específicas, tres dirigidas a las estrategias centradas los problemas que son: confrontación, búsqueda de apoyos sociales y de soluciones; y otras referentes a las estrategias centradas en las emociones considerando el distanciamiento, reevaluaciones positivas, autocontrol, aceptación de la responsabilidad y escape/evitación.

Desarrollos posteriores provocaron distintas clasificaciones para estas estrategias como propuesta por Deatherage, Servaty-Seib, & Aksoz (como se citó en Camacho, 2020b) la cual se divide las estrategias de afrontamiento en tres: centrado a los problemas, emocional activo y emocional evitativa. Estas divisiones entre emocional activo y emocional evitativa surgen ante la respuesta a los estudios en las que se generaliza a las estrategias centradas en la emoción como desadaptativas, esto debido a que estas correlacionaron positivamente con niveles altos de ansiedad y estrés, principalmente en conductas como la negación, evitación o huida (Schoeps, Tamarit, de la Barrera, González Barrón, et al, 2017).

Las estrategias centradas en el problema mencionado por Lazarus y Folkman consideraran que la confrontación como determinante para actuar de manera directa para cambiar la situación; búsqueda de apoyo social, se relaciona a esfuerzos que cada persona hace para dar solución a un problema para ello pide ayuda a su entorno con el fin de ser asesorado y ser comprendido recibiendo apoyo y la búsqueda de soluciones que son acciones centradas en buscar alternativas posibles para que la persona pueda controlar y regular con sus propias acciones y respuestas emocionales (como se citó en López y Vélez, 2018a).

En el caso de la estrategia centrada en la emoción Brougham, Zail, Mendoza y Miller (como se citó en Camacho, 2020c) mencionan sobre el autocontrol que es el estrategia de afrontamiento activo considerado por los autores ya que indican esfuerzos que la persona puede controlar y regular por propias acciones y respuestas emocionales; distanciamiento, considerado como acciones la persona realiza para alejarse de problema y evitar que

afecte; la reevaluación positiva que se centra en aspectos positivos que genera una situación estresante, todo ello son esfuerzos para crear una connotación positiva ante la circunstancia; la autoinculpación que se comprende como la persona se autorreproche o autocastiga, ya que se considera responsable de los problemas que está vivenciando.

Por tal razón, se puede establecer que las estrategias de afrontamiento suelen ser usadas bajo contextos de desgaste considerados por el individuo como peligro al bienestar, usando para contrarrestar los mismos, características psicológicas o conductuales que engloban a la capacidad en resolución de inconvenientes, facilidad de expresión emocional, dar paso a modificar la visión de una dificultad, apoyarse en familiares, amistades, además en profesionales competentes que contribuyan a formular una solución, con el objetivo de minimizar el malestar creado frente a situaciones estresantes para la persona que incluyan la afectación del propio individuo y además a todo lo que le rodea.

En conclusión, el emplear estas estrategias no muestra un patrón consistente debido a que cada persona las ejecuta por distintas causas por lo cual no es viable generalizarlas ya que se encuentra una gran diversidad de estrategias como pueden ser: evitación o huida, confrontación, autocontrol, negación, aceptación, auto culpa, revaloración positiva, expresión emocional o búsqueda de apoyo. Se hallaron que algunas de estas estrategias aparecen en situaciones semejante por ejemplo: las estrategias orientadas a las soluciones del problema aparecen en situaciones que son comprendidas con posibilidad de cambiar las circunstancias, y en respuesta al contexto como pueden ser la confrontación o la búsqueda de apoyo, mientras tanto que en situaciones

percibidas como inalterables, surgen estrategias como la aceptación o la evitación, así como la expresión emocional, por ende el individuo utiliza diferentes estrategias de afrontamiento como las conductuales, afectivas y cognitivas.

1.1.1.4 Diferencia entre estilos y estrategias de afrontamiento

Es inevitable mencionar las diferencias entre estilos y estrategias de afrontamiento ya que diversos autores coinciden en la definición.

Lazarus y Folkman han conceptualizado cada tipo y dimensión de la personalidad que intervienen en el afrontamiento, las que hoy se denominan estilos y estrategias (Espinoza, Guamán y Sigüenza, 2018; Solís y Vidal, 2006).

Casullo y Fernández (como se citó en Romero y Verde, 2021a) señalan que se comprende por estrategias de afrontamiento como una serie de respuestas como las emociones, pensamientos y cada acción que usan la persona para solucionar situación problemática que afronta y lograr así el reducir las tensiones que esta situación le genera, estas estrategias de afrontamiento son procesos concretos, ya sean psicológicos o conductuales que se emplean en diversos contextos y pueden ser cambiantes, dependiendo de las condiciones que lo desencadene.

Otros estudios revisados concluyen que hay diferencias con estilo de afrontamiento y estrategia de afrontamiento, en el que el primero sobresale las tendencias individuales que posee cada persona en función a sus experiencias pasadas y vividas. Referido al segundo, se trata de realizar actividades dirigidas a un determinado objetivo, ejecutando el uso de herramientas personales; sin embargo, este método tiene como fin común, que es afrontar toda situación estresante o amenazante hacia el individuo (Orihuela, 2018).

Como Tapia (2018) refiriendo que los estilos son tendencia o recursos que tiene un individuo al utilizar diferentes estrategias, de la misma manera para Frydenberg y Lewis (como se citó en Mendoza, 2018a), pioneros de los estilos de afrontamiento en adolescentes, consideran que son variables que están a disposición sobre la elección de las estrategias de afrontamiento.

En la tabla 1, creada por Mendoza, V. (2018b) la cual realizó en su investigación sobre estilos y estrategias de afrontamiento en adolescentes de una institución educativa superior, planteó y elaboró un cuadro donde distingue los estilos y estrategias de afrontamiento en base a la teoría de Frydenberg y Lewis ya que hacen una clasificación de estilos:

Tabla 1

Estilos y estrategias de afrontamiento

ESTILOS	ESTRATEGIAS
Resolución de problema	<ul style="list-style-type: none"> - Centrarse en resolver el problema - Esforzarse y tener éxito - Bienestar emocional - Buscar actividades relajantes - Distracción física
Afrontamiento en relación a los demás	<ul style="list-style-type: none"> - Búsqueda de apoyo social - Actividades sociales - Búsqueda apoyo espiritual - Búsqueda de ayuda profesional - Búsqueda de pertenencia
Afrontamiento improductivo	<ul style="list-style-type: none"> - Preocupaciones - Hacerse ilusiones - Falta de afrontamiento - Ignorar el problema - Reducción de tensión - Reservado para sí mismo - Autoinculparse

1.1.1.5 Determinantes del afrontamiento

Los determinantes de afrontamiento como aquellas situaciones que intervienen en la elección de los afrontamientos. Lazarus (como se citó en Muro, 2017) separa las determinantes del afrontamiento en dos grupos según su objetivo: las personales (salud y capacidad para enfrentar situaciones adversas, creencias positivas, habilidades sociales) y las ambientales (apoyo social, recursos materiales, bienes y servicios facilitadores).

Relacionado con lo mencionado, en la determinación del afrontamiento ante lo social, va referirse a nuestro ambiente o entorno de cada individuo, también fue considerado por Delgado y Nuñez (2019b) refiriéndose como el medio social ya que se encuentra involucrado la cultura, el aprendizaje, la población, el entorno, se vuelven importantes para el comportamiento, la mentalidad de las personas y la manera de cómo enfrentará diversas situaciones. Así mismo, Rodríguez (2017) considera que el vínculo emocional, comprendida como un proceso de manera dinámica del afrontamiento, consideran que la personalidad determina de una u otra forma en que el sujeto afrontará diferentes situaciones.

Finalmente, en el afrontamiento implica algunas determinantes; mucha de ellas dependerá del entorno y la personalidad del individuo ya que puede cambiar de acuerdo a la valoración y percepción de la circunstancia en sí y los recursos que posee; algunas estrategias serán más repetitivas y permanentes que otras; la evaluación de lo que se puede hacer o no frente a un problema tendrá efecto en el tipo de afrontamiento que se adopte.

1.1.2 Pandemia y COVID - 19

Es importante mencionar el contexto en el cual se desarrolló el presente estudio ya que se situó durante el brote de COVID - 19 provocando el aislamiento a nivel mundial generando, así, perjudicando en todos sus niveles y estratos. Sus consecuencias se otorgan en cada una de las esferas en que se desenvuelve la persona: económica, social, salud, educativa y familiar. La Organización Mundial de la Salud (OMS, 2020) da a conocer cómo la salud mental y el COVID - 19 ha generado una serie de respuestas que ocasionaron miedo, preocupación y estrés ante la incertidumbre; sin embargo, resaltan que es comprensible que las personas experimentaron estas emociones en el contexto de la pandemia. En base a la publicación también se realizaron estudios en Perú del Ministerio de Salud (MINSA, 2021) en el cual revelaron que el 52.2% de la población de Lima Metropolitana sufre de estrés de moderado a severo, causado principalmente por los problemas de salud, económicos o familiares, como consecuencia de la epidemia. Otra investigación a nivel internacional de Huang y Zhao (2020) en China, con 7236 participantes, encontró un número alto de personas con síntomas significativos que afectaron su salud mental, el 35.1% cumplía con criterios de ansiedad generalizada, un 20.1% con depresión y un 18.2% con insomnio. Por tal fundamento, el efecto de la existencia del coronavirus sobre las reacciones, recursos como estrategias de afrontamiento en la población estudiantil es el primordial motivo de análisis.

1.1.3 Estudiantes antes y después del COVID – 19

La etapa universitaria es considerada un periodo en la que se puede producir altos niveles de estrés debido al desempeño de roles educativos y las

relaciones interpersonales que cada estudiante pueda presentar de manera individual, así como la toma de decisiones acerca del proyecto de vida y la adaptación de cada individuo ante el medio social. Debido a estas demandas los jóvenes requieren poner en práctica las estrategias de afrontamiento, es decir, que desplieguen comportamientos orientados a dar respuestas a las nuevas exigencias que provienen tanto del propio proceso evolutivo, como del contexto social en el que el individuo se desarrolla y en este caso, en el ámbito educativo (Uribe, Ramos, Villamil, Palacio, 2018), así como la preparación de exámenes, la elaboración de tareas impredecibles o la realización de intervenciones en público son algunas de las situaciones percibidas como estresantes por los estudiantes con mayor frecuencia (Arribas, 2013; Cabanach, Souto, Freire y Ferradás, 2014; Vizoso y Arias, 2016). Por ende, es imprescindible que los estudiantes demuestran estrategias de afrontamiento saludables para enfrentar los factores o situaciones de riesgo a los que generalmente están expuestos ya que se considera que el manejo adecuado de las estrategias de afrontamiento se relaciona íntimamente con la prevención del malestar psicológico (Kramtsova, Saarnio, Gordeeva & Williams, 2007; Pozos-Radillo et al., 2016).

En el transcurso de los años y bajo el contexto de la pandemia, hubo cambios en la metodología educativa, modificando así las clases presenciales a la virtualidad.

Por consiguiente, cuando surgió el confinamiento, las instituciones educativas superiores en clases presenciales tuvieron que cambiar de forma urgente a lo que Hodges et al. (2020) lo nombra como “enseñanza remota de emergencia” y de la misma manera, Zubillaga y Gortazar (2020) aporta que esa

modalidad, refiriéndose a la educación a distancia, implica la planificación, el diseño de experiencias de enseñanza y aprendizaje online. Esta forma de aprendizaje a larga distancia por el confinamiento ha generado otras dificultades; si bien la educación antes de la pandemia demostraron que los estudiantes experimentaron elevados niveles de estrés ante la falta de tiempo para cumplir con las actividades académicas (García, 2012; Montalvo y Simanca, 2019). La investigación de González et al. (2020) refieren a los impactos psicológicos en alumnos universitarios de México, debido al confinamiento durante la pandemia por COVID - 19, este estudio consistió en evaluar los niveles de ansiedad, depresión, estrés y la percepción del estado de salud de los estudiantes que estuvieron durante siete semanas de confinamiento por la pandemia de Covid-19, en los resultados arrojados se encontraron síntomas de estrés (31.92%), psicósomáticos (5.9%), problemas para descansar y dormir (36.3%), disfunción social en la actividad diaria (9.5%), y depresivos(4.9%), especialmente en el grupo de mujeres y en los alumnos más jóvenes de edades entre 18 a 25 años. Del mismo modo, se encontraron que existen mayores niveles de ansiedad de un 40.3% en los hombres.

Teniendo en cuenta las diferencias entre el estudiante de antes y el estudiante durante la pandemia, se comprende que habrá cambios y, dando resultados que son y seguirán siendo relevantes para el campo de la Psicología así logrando un aporte valioso. Asimismo, Lorenzo, Díaz, Zaldívar (2020) reafirman que existe la necesidad de proseguir laborando en el diseño de programas e investigaciones psicológicas adecuados al entorno y ámbito cultural, por ende, es importante resaltar que este contexto no solo modificó la modalidad de aprendizaje, sino la capacidad de las estrategias de

afrontamiento y generando impacto en diversas áreas de la salud mental y física.

1.1.4 Importancia de las estrategias de afrontamiento durante el confinamiento

Villarroel (2018) argumenta que las estrategias de afrontamiento son recurrentes en cada persona y gestionarla de manera deficiente puede generar afectación en diferentes áreas en las que se desarrolla el sujeto, su importancia en el ámbito psicológico como en el ámbito clínico, educativo u organizacional, puesto que en cada una de ellas se trata a un individuo o a un grupo de personas que puede tener impedimento en la relación consigo mismo, su ambiente social, educativo y laboral, por ende las estrategias de afrontamiento son esenciales para contrastar la relación entre todos los aspectos encaminados al bienestar.

En relación con las estrategias de afrontamiento que se vinculan con la reducción de la ansiedad y así no logra afectar la salud mental, ya que en la revisión teórica se menciona como factores protectores que tienen en cuenta los contextos de cada situación que pueden generar complicaciones a la persona; en otras palabras, las estrategias de afrontamiento hacen frente a innumerables problemas de manera de solución; estudios recientes han destacado la significancia del uso de estrategias de afrontamiento como factores que contribuyen en diferentes variables psicológicas.

La investigación de Villegas, Zambrano y Villegas (2020) desarrollaron un estudio de las estrategias de afrontamiento en familiares que contaban con algún miembro de la familia infectado por la Covid-19, en el cual se hallaron que las familias emplean estrategias de afrontamiento para no sentir el miedo,

la soledad y evitar la sobreexposición a la información durante la pandemia, logrando así una disminución de los niveles de depresión y estrés frente a quienes no emplean las estrategias de afrontamiento, ya que gracias a estas estrategias mantienen un ambiente adecuado.

El empleo de las estrategias de afrontamiento es relevante para ayudar a paliar los cambios en el entorno de cada individuo ya que surgen de las nuevas demandas a las que se enfrentan, así también, se entiende que existen diferentes formas de emplear el afrontamiento ante una situación, en la manera que empleamos las estrategias se sabrá si son eficaces o no. En el siguiente apartado se mencionará la revisión literaria para remarcar las investigaciones que se dan en el ámbito nacional e internacional.

1.2 Revisión de la literatura

1.2.1 Antecedentes Nacionales

Ardiles (2020) realizó una investigación método descriptivo-correlacional y tipo no experimental, cuya finalidad era relacionar nivel de ansiedad estado – rasgo y estilo de afrontamiento, en mujeres gestantes del centro de salud de Lima Metropolitana. La población fue conformada por 100 mujeres embarazadas que se escribieron al servicio de psicoprofilaxis entre los meses de julio y de noviembre del 2019 de un centro de salud, en la cual se escogió una muestra de tipo no probabilística - accidental, obteniendo la interacción muy significativa y directa entre ambas variables mencionadas, por tanto, se concluye que los estilos de afrontamiento al estrés implican un vínculo al relacionarlo con los niveles de ansiedad.

Núñez y Delgado (2019) desarrollaron un estudio de tipo de investigación sustantiva de diseño descriptivo-correlacional, cuyo objetivo era

conocer la relación entre los estilos de afrontamiento con ansiedad estado y ansiedad rasgo en alumnos de una Universidad Privada de Lima Metropolitana, su población fue 94 alumnos de la Facultad de Psicología, sus resultados indicaron la existencia de correlación contrariamente y proporcional en la que fueron no significativas entre las variables de los estilos de afrontamiento centrado en la emoción, en el problema y ansiedad estado, entre las variables los estilos de afrontamiento y ansiedad rasgo centrado en la dimensión de la emoción y problema mostraron ser no significativos.

Córdova y Sulca (2018) realizaron una investigación de tipo descriptivo-correlacional, cuyo objetivo era entender las peculiaridades con relación a felicidad y estilos de afrontamientos en estudiantes de la carrera de Psicología en una universidad privada de Lima Metropolitana. La población consistió en estudiantes de una sola facultad entre 17 a 30 años, en total la muestra fue de 103 universitarios. Como resultado, obtuvieron la identificación de las peculiaridades de las interacciones entre felicidad y estilos de afrontamiento en alumnos del Departamento de Psicología de una Universidad particular, de esta manera hallaron la correlación significativa entre cada escala y la felicidad.

Carlos (2017) en su estudio sobre modos de afrontamiento, menciona que cada persona piensa en una situación estresante, buscan reducir la ansiedad de esta forma descubrir nuevamente el dominio del caso y la igualdad perdido. La presente indagación tuvo como objeto general detectar los métodos de afrontamiento usados por mujeres víctimas por sus parejas del poblado de Cerro Sión, 2017. El diseño no empírico, de corte transversal, la población es de 160 casas y la muestra fue de 106 damas víctimas de maltrato ejercido por su pareja, después de hacer la aplicación de la ficha demográfica. El

instrumento que aplicó fue COPE (1989), adaptado por Cassuso, además realizó una prueba piloto. En su estudio obtuvo como consecuencia que el modo de afrontamiento más empleado dirigido a los problemas y dirigidos a la emoción.

1.2.2 Antecedentes Internacionales

Canto y Engracia (2020) plantean características sobre los estilos de afrontamiento en jóvenes de la capilla La Toma en tiempos de pandemia. La metodología empleada fue cualitativa, mediante un análisis de caso que se hizo entre julio y septiembre en Guayaquil, los participantes eran 6 jóvenes de 14 a 18 años en hombres, miembros de la capilla La Toma; utilizaron como pruebas la Escala de afrontamiento para jóvenes (ACS) de Fydenberg y Lewis, el Cuestionario de estrategias de afrontamiento al estrés (COPE) de Carver y colaboradores. Obtuvieron como resultado que la mayor parte de los jóvenes estudiados adoptaron el estilo centrado en el problema frente a la separación social, valiéndose de tácticas como: buscar actividades relajantes, fijarse en lo positivo, realizar actividades, aceptación de problemas y desarrollo personal. Concluyeron que los adolescentes se valieron de nuevos recursos para poder hacer frente al aislamiento de la mejor forma y encarar a los cambios e impactos que experimentaron en la etapa del COVID- 19.

Mamani (2020) durante su investigación que realizó sobre estrategias de afrontamiento y dependencias emocionales en mujeres víctimas y siendo maltratadas por sus parejas que asisten a los servicios brindados por el centro San Antonio y Tiahuanacu. Su investigación es descriptiva y transversal, obteniendo como fin entablar el nivel de interacción en medio de las cambiantes estrategias de afrontamiento y dependencia emocional en la

población escogida, su objetivo fue profundizar en el problema de la permanencia como víctima de maltrato ejercida por la pareja, el análisis fue llevado a cabo con una muestra constituida por 43 féminas voluntarias que denunciaron en Servicios Legales e Integrales (SLIMs) de San Antonio y Tiahuanacu de la ciudad de La Paz. Debido a ello, optó por la utilización del Cuestionario de Dependencia emocional y el Inventario de Estrategias de Afrontamiento. El resultado obtenido poblacional SLIM de San Antonio sugiere una correlación de Pearson - 0.775 negativa destacable y en el SLIM de Tiahuanacu se muestra una correlación de Pearson de -0.754 negativas notables. Los resultados entre las dos variables presentaron que la dependencia emocional está relacionada con las tácticas de afrontamiento negativamente destacables. Dichos resultados permitieron proponer ocupaciones de participación y prevención sobre la población estudiada y aportan al desarrollo del entendimiento en la indagación de las ciencias humanas.

Baratucci y Diez (2017) realizaron su estudio aplicando el análisis cuantitativo y experimental y las frecuencias en los usos de estrategias de afrontamiento como relación los alumnos universitarios de los primeros ciclos y del último año de la carrera de Psicología de una Universidad Nacional de Argentina. Se realizó con la muestra de 147 estudiantes, los test aplicados fueron adaptados al Cuestionario de Ansiedad y el cuestionario Brief conocido como COPE en el cual evalúa cada estrategia de afrontamiento. El resultado presenta en un inicio la diferencia en la funcionalidad de cada género, siendo más grandes los niveles de ansiedad ante los análisis en las áreas de emoción, falta de confianza y búsqueda de apoyo social en más en las mujeres que en

los hombres. Además, el género femenino destacó más en hacer uso de estrategias de búsqueda de apoyo Social y auto distracción; por otra parte, los varones hicieron el uso frecuente de la estrategia de planificación y afrontamiento activo. En el primer y quinto año existieron diferencias, los estudiantes de los primeros ciclos fueron más frecuentes de emplearon la estrategia evitativa o pasiva, abandono y el desahogarse emocionalmente, con los otros estudiantes tienden a usar estrategias de manera activa y la Planificación. Simultáneamente, cada nivel de ansiedad es más grande en alumnos de los primeros años, especialmente en las dimensiones de Preocupación e Interferencia. Referido a las relaciones entre ansiedad frente a los exámenes y estrategias de afrontamiento, se comprueba una inclinación a encontrar relaciones de manera directa entre el uso de estrategias evitativa y la ansiedad, y por el contrario entre estrategias activas hubo diferencia entre el primer y quinto año universitario.

Quiroz y Suárez (2017) elaboraron un estudio con la muestra de 63 personas con Trastorno de Estrés Postraumático a quienes se le aplicó pruebas psicológicas, la Escala de Gravedad de indicios de Estrés Post trauma y el Inventario de Modos de Afrontamiento. La investigación se hizo por medio del Procedimiento Científico, clínico y psicométrico, La investigación de los resultados se evidencio: que el 50% de la muestra presentó el raciocinio desiderativo como táctica de afrontamiento frente a la problemática y 8% de las personas usan la evitación como táctica de afrontamiento para ofrecer solución a los inconvenientes similares por la activación del volcán Tungurahua.

1.3 Planteamiento del problema

La enfermedad del COVID-19 ocasionó una crisis de salud pública y en el entorno de cada persona ya que modificaron rutinas, tomando prevención el aislamiento como medida de protección; así, también, como desarrollar estrategias de afrontamiento a los nuevos roles educativos, interpersonales y a la enfermedad pandémica; así como conlleva temores por la salud propia y del entorno. Según Pérez y García (2021) mencionan que se debe prestar atención a las emociones: interpretarlas correctamente, seguir estando atento a variaciones en el estado emocional o en la magnitud de ella para poder expresarlas. Así mismo, la persona en el entorno, actualmente, presencia de manera constante exigencia a los resultados frente a las demandas del ambiente que los rodea, así para lograr contestar estas demandas las personas toman diferentes estrategias para realizar sus objetivos propuestos, teniendo presente que todos ellos pueden usar estrategias o estilos diferentes, siendo unos más adecuados que otros conforme el entorno y suceso que afronten. En esta situación, los alumnos universitarios, siendo mayormente jóvenes principalmente, tienen que afrontar distintos requerimientos como las relaciones interpersonales de pareja, los estudios, con las amistades, el núcleo familiar, entre otras situaciones; y, por consiguiente, tienen que contestar correctamente frente a ellas para ajustarse, cuando los estudiantes no logran ajustarse al ámbito en el cual se desenvuelve, ocasionando distintas actitudes en relación a los diversos síntomas presentado por el estrés.

Minsa (2020) refirió que el Perú, para el día 96 del estado de emergencia, la cantidad de contagios y defunciones estaba con cifras altas, y dejando en una situación preocupante, 244 388 personas infectadas y 7 461 personas fallecidas, mientras el 10% de pacientes contagiados en salas de

internamiento de hospitales presentaron una evolución con cuadros desfavorables; así mismo, diversos estudios que se realizaron durante el 2020 proporcionaron reportes como Talevi et. al. (2020) refieren que, ante ese contexto, el COVID - 19 ha tenido un impacto directo en la salud física en cada persona y representando una amenaza para la salud mental de gran magnitud, sobre todo ha generado impactos psicológicos y sociales en los adultos mayores, y cada profesional de la salud y en toda la sociedad en general, así como han destacado las estrategias de afrontamiento frente al confinamiento y la pandemia (D'cruz y Banerjee, 2020).

Del mismo modo, es fundamental nombrar que el respectivo estudio se realizó a lo largo de una emergencia sanitaria causado por un virus, ya mencionado, mediante un mandato y por medio de una Resolución del Ministerio que suspendieron las clases de manera presencial indefinidamente, además, una de las medidas que se tomó en una obligación fue el distanciamiento social, debido a ello el recoger datos se hizo de manera virtual siendo un método correcto ante la complejidad de relación entre el evaluado y el evaluador (González, Domínguez, Chica, Pastrana & Hernández, 2018). Por consiguiente, la información que se planteó la siguiente pregunta de investigación:

¿Existen diferencias en las estrategias de afrontamiento según sexo de los estudiantes de universidades privadas de Lima Metropolitana en tiempos de pandemia de la COVID19?

1.4 Objetivos de la investigación

1.4.1 Objetivo General

Comparar las estrategias de afrontamiento según sexo de los estudiantes de universidades privadas de Lima Metropolitana en tiempos de pandemia de la COVID19.

1.4.2 Objetivos Específicos

Comparar estrategias de afrontamiento centrado en los problemas según sexo de los alumnos de universidades privadas de Lima Metropolitana en tiempos de pandemia de la COVID19.

Comparar estrategias de afrontamiento de la escala búsqueda de soluciones según sexo de los alumnos de universidades privadas de Lima Metropolitana en tiempos de pandemia de la COVID19.

Comparar estrategias de afrontamiento centrado en las emociones según sexo de los estudiantes de universidades privadas de Lima Metropolitana en tiempos de pandemia de la COVID19.

1.5 Hipótesis

1.5.1 Hipótesis general

H: Existe diferencia significativa en los niveles de estrategias de afrontamiento según sexo de los estudiantes de universidades privadas de Lima Metropolitana en tiempos de pandemia de la COVID19.

1.5.2 Hipótesis específicas

H1: Existe diferencia significativa en las estrategias de afrontamiento centrado en los problemas según sexo de los estudiantes de universidades privadas de Lima Metropolitana en tiempos de pandemia de la COVID - 19.

H2: Existe diferencia significativa según las estrategias de afrontamiento de la escala búsqueda de soluciones según sexo de los estudiantes de

universidades privadas de Lima Metropolitana en tiempos de pandemia de la COVID - 19.

H3: Existe diferencia significativa en las estrategias de afrontamiento centrado en las emociones según sexo de los estudiantes de universidades privadas de Lima Metropolitana en tiempos de pandemia de la COVID - 19.

1.6 Definiciones operacionales de términos

- Afrontamiento: Se define como esfuerzo para manejar o gestionar un evento estresor y se evidencia su ejecución mediante cada acción que la persona realiza así mismo para lograr evitar ser dañadas por las adversidades que presenta cada individuo (Morán-Astorga et. al, 2019).

- Estudiantes: Se dice al individuo que sigue estudios en un centro educativo, universitaria o no universitaria” (Real Academia Española [RAE], s.f).

- Covid-19: Enfermedad infecciosa causada por el coronavirus, recientemente descubierta, cada persona afectada experimenta problemas respiratorios y provoca otras afecciones. (Organización Mundial de la Salud [OMS], 2020).

- Pandemia: Refiere a la transmisión de una enfermedad que se propaga a muchos países o afecta a casi todas las personas en un lugar o región. (Real Academia Española [RAE], 2021).

1.7 Importancia y limitaciones de la investigación

1.7.1 Importancia

Se consideró importante investigar ya que brinda un aporte teórico comparativo y descriptivo desde la variable de estrategias de afrontamiento en varones y mujeres relacionado a la coyuntura de la pandemia para el campo de la psicología clínica pretendiendo incrementar la evidencia al campo de la investigación científica, ya que es conveniente explorar y conocer cómo los

estudiantes sobre llevan su vida académica en la que demanda tiempo y exigencias organizativas, así como, también, las relaciones interpersonales; en la práctica, el desarrollo de programas con los resultados obtenidos que logren fomentar los mecanismos o habilidades que pueda ser necesario para enfrentar cada situación difícil de cada estudiante en el periodo de su vida universitaria, ya que se lograría impulsar tácticas saludables en cada estudiante, a partir del entorno psico-educativo. Así mismo, contrastar entre las estrategias de afrontamiento de cada estudiante de los primeros ciclos universitarios con la experiencia de retornar a clases presenciales en los siguientes ciclos, de tal manera que se pueda comparar si este incrementa o disminuye.

1.7.2 Limitaciones

Dado que la investigación se realiza a jóvenes universitarios de Lima Metropolitana, la investigación será factible dentro de la población estudiada y no podrá generalizarse a otras comunidades, porque dependerá de la influencia socio cultural y del estado de emergencia sanitaria en la cual nos encontramos.

Al indagar los antecedentes de la investigación se encontraron limitaciones para encontrar estudios científicos que relacionan a la variable de interés para el trabajo planteado, ya que se hallaron muy pocos estudios que relacionan las estrategias de afrontamiento ante la situación actual en un mismo modelo y población.

Asimismo, tener en cuenta que en la pandemia limita los recursos para investigar abiertamente, al no poder aplicar los cuestionarios de manera presencial, se deberá subir los cuestionarios a la red a fin de estudiar la población, pero virtualmente; por tanto, se corre el riesgo de que los

estudiantes se rehúsan a desarrollar los formularios por motivos personales o que por falta de comprensión de los ítems envíen pruebas incompletas que invaliden el resultado.



CAPÍTULO II: MÉTODO

2.1 Nivel, tipo y diseño

Nivel

La investigación es descriptiva – comparativo. Según Sánchez, Reyes y Mejía (2018a) refieren que este diseño se basa en comparación entre dos a más muestras específicamente seleccionadas para estimar semejanzas y diferencias como constatar en grupos, clases, categorías o tipos en cuanto a alguna variable, en este caso el sexo de los estudiantes universitarios para este presente estudio.

Tipo

El tipo de la investigación es básica ya que es orientada en nuevos conocimientos y tiene como propósito recoger información de la realidad pudiendo formular nuevas teorías (Sánchez, Reyes y Mejía, 2018b).

Diseño

El diseño no experimental con corte transversal, ya que no se manipuló las variables y se realiza en un momento determinado para examinar una situación que sucede en el presente (Sánchez, Reyes y Mejía, 2018c).

2.2 Participantes

Población:

La investigación está formada por un grupo de 119 estudiantes de los primeros ciclos que conforman la población, cuyos años fluctúan entre los 18 y

25 años de edad. En cuanto a la selección de ellas, se les invita a participar por medio de un link para que accedan a los cuestionarios. Los participantes estarán conformados por los que deseen colaborar voluntariamente y se les explicará los objetivos del estudio.

2.2.1 Muestra:

Se empleó un muestreo no probabilístico, porque se tuvo una muestra identificada y constituida de 91 estudiantes universitarios según sexo pertenecientes al I, II y III ciclo de universidades privadas de Lima Metropolitana.

2.2.2 Variables

En la presente investigación se aborda el constructo psicológico:

Estrategias de afrontamiento

Definición conceptual:

De acuerdo con Lazarus y Folkman (como se citó en Ninapaitan, 2017) consideran el afrontamiento como esfuerzo cognitivo y conductual, así también son constante y cambiante ya que se ejecutan para mejorar las demandas tanto externa como interna, y que evalúan como excedente o desbordante de los recursos de las personas siendo esto como una herramienta que se utiliza frente a una situación difícil.

Definición operacional: A continuación, la definición operacional brindada por Lazarus y Folkman.

Tabla 2*Operacionalización de la variable estrategias de afrontamiento*

Estrategias	Escalas	Ítems
Centrado en problemas	Confrontación	<ul style="list-style-type: none"> - Hice algo en lo que no creía, pero al menos no me quedé sin hacer nada. - Intenté encontrar al responsable para hacerle cambiar de opinión. - Manifesté mi enojo a la persona que lo había provocado. - De algún modo expresé mis sentimientos. - Tomé una decisión muy importante o hice algo muy arriesgado. - Tuve fe en algo nuevo.
	Búsqueda de apoyo social	<ul style="list-style-type: none"> - Hablé con alguien para averiguar más sobre la situación. - Acepté la simpatía y comprensión de alguna persona. - Busqué la ayuda de un profesional. - Hablé con alguien que podría hacer algo concreto por mi problema. - Pregunté a un pariente o amigo y respeté su consejo. - Le conté a alguien como me sentía.
	Búsqueda de soluciones	<ul style="list-style-type: none"> - Me he concentrado exclusivamente en lo que tenía que hacer. - Desarrollé un plan de acción y lo seguí. - Cambié algo para que las cosas fueran bien. - Recurrí a experiencias pasadas. - Sabía lo que había que hacer, así que redoble mis esfuerzos para conseguir que las cosas marcharan bien. - Propuse un par de soluciones distintas al problema.
	Autocontrol	<ul style="list-style-type: none"> - No intente quemar mis naves, sino que dejé alguna posibilidad abierta. - Intenté guardar para mí mis sentimientos. - Intenté no actuar demasiado deprisa o dejarme llevar por mi primer impulso. - Oculté a los demás las cosas que me iban mal. - Intenté que mis sentimientos no interfirieran demasiado en otras cosas. - Repasé mentalmente lo que haría o diría. - Pensé como dominaría la situación

		alguna persona a la que admiro y decidí tomarla como modelo.
	Distanciamiento	<ul style="list-style-type: none"> - Seguí adelante con mi destino, simplemente algunas veces tengo mala suerte. - Seguí adelante como si no hubiera pasado nada. - Busqué algún resquicio de esperanza, intenté mirar las cosas por su lado bueno. - Intenté olvidarme de todo. - No permití que me venciera, rehusé pensar en el problema mucho tiempo. - No me tomé en serio la situación.
Centrado en las emociones	Reevaluación positiva	<ul style="list-style-type: none"> - Me sentí inspirado para hacer algo creativo. - Cambié, maduré como persona. - Salí de la experiencia mejor que como entré. - Tuve fe en algo nuevo. - Redescubrí lo que es importante en la vida. - Deseé cambiar lo que estaba ocurriendo, o la forma en que me sentía. - Recé.
	Aceptación de la responsabilidad	<ul style="list-style-type: none"> - Me critiqué a mí mismo. - Me disculpé o hice algo para compensar. - Me di cuenta de que yo fui la causa del problema. - Me prometí a mí mismo que las cosas serían diferentes la próxima vez.
	Escape – Evitación	<ul style="list-style-type: none"> - Confié en que ocurriera algún milagro. - Dormí más de lo habitual en mí. - Intenté sentirme mejor comiendo, bebiendo, fumando, tomando drogas o medicamentos. - Evité estar con la gente en general. - Me negué a creer lo que había ocurrido. - Deseé que la situación se desvaneciera de algún modo. - Fantaseé o imaginé el modo en que podían cambiar las cosas. - Me desquité con los demás.

2.3 Técnicas e instrumentos de recolección de datos

Se aplicaron técnicas en la recolección de datos psicométrico aplicando el Cuestionario de Estrategias de Afrontamiento para recoger información de manera virtual usando la plataforma de Google Form.

El instrumento de medición de estrategias de afrontamiento en los alumnos universitarios de los primeros ciclos, según hombres y mujeres en Lima Metropolitana cuentan con validez y confiabilidad.

Para iniciar la recopilación de datos se seleccionó un instrumento para la aplicación. Primero se solicitó el permiso respectivo a las entidades correspondientes para el uso y aplicación de los instrumentos psicológicos a la muestra; por otro lado, dentro de las pruebas aplicadas de manera virtual se empleó el consentimiento informado a cada participante en consideración a los principios éticos brindando la información con relación al objetivo del estudio, así como de la naturaleza voluntaria de las participaciones anónimas y en caso de haber dudas con el estudio se facilitó un correo electrónico de las investigadoras para la aclaración.

Ficha Técnica del Inventario de Modos de afrontamiento de Richard

Lazarus y Susan Folkman:

- Nombre del Test: Cuestionario de modos de afrontamiento al estrés (COPE-28)
- Nombre original: "Ways of Coping Inventory (WOC-R)"
- Autor(es): Richard Lazarus y Susan Folkman
- Año: 1989

- Procedencia: Estados Unidos
- Adaptación peruana: Cassuso (1998)
- Administración: Aplicación colectiva o individual.
- Población: Adolescentes y adultos
- Significación: área clínica
- Duración: Entre 15 a 20 minutos.
- Objetivo: Evaluar las diferentes estrategias de afrontamiento de confrontación, distanciamiento, autocontrol, búsqueda de apoyo social, aceptación de la responsabilidad, huida-evitación, búsqueda de soluciones, reevaluación positiva.
- Fiabilidad: 0,61 - 0,79

2.4 Técnicas de procesamiento y análisis de datos

El análisis obtenido en el periodo de recolección de datos fue sistematizado por el programa Microsoft Excel y después procesada en el software estadístico SPSS v.26 (Statistical Package for the Social Sciences, versión 26).

La información se realizó en las siguientes etapas:

- a. Procesamiento de datos: recogidos los datos se organizaron en forma adecuada para la comprensión y análisis respectivos. Si el caso lo amerita se depurarán aquellas encuestas no válidas para el estudio. Luego se realizará una codificación, es decir, se clasificará y asignará códigos numéricos a los participantes de

manera general y luego se les identificará por edades, sexo y carrera.

b. Análisis de datos: en este periodo, se presentará la interpretación significativa a forma de un resumen significativo sobre las conclusiones del análisis con el detalle suficiente para entender los datos y establecer la validez de los hallazgos.



CAPÍTULO III: RESULTADOS

3.1 Análisis descriptivo

En esta investigación se muestra la estadística descriptiva en cuanto a las medidas de tendencia central, medidas de dispersión, frecuencia y porcentajes de la variable estrategias de afrontamiento según sexo en estudiantes universitarios.

En la tabla 3, la media es 76,40 de toda la prueba, así como la media es 76,40 y mediana de 77, la desviación estándar es de 18,011 de una muestra de 91 estudiantes.

Tabla 3

Medidas de tendencia central, dispersión de las estrategias de afrontamiento de los estudiantes de los primeros ciclos de universidades privadas de Lima Metropolitana

Variable	Media (M)	Mediana (Mdn)	DE
Estrategias de afrontamiento	76,40	77	18,011

N:91; DE = Desviación Estándar

En la tabla 4 se observa la distribución de participantes según la variable por sexo. Los resultados muestran que los evaluados que participaron fueron un grupo de 59 mujeres lo que equivale al 74,2% y 32 hombres que corresponde un 25,8%.

Tabla 4

Frecuencias y porcentajes según sexo en estudiantes de los primeros ciclos de universidades de Lima Metropolitana

Sexo que te identificas	F	%
Mujer	59	74,2
Hombre	32	25,8

N=91

3.2 Análisis inferencial

Con respecto al objetivo general, previamente en la aplicación del análisis estadístico que permitió establecer la relación entre las variables de la investigación, se procedió a aplicar la prueba estadística de Kolmogorov – Smirnov con la finalidad de establecer si los datos de cada variable estudiada tenían o no distribución normal.

Al realizar los análisis respectivos de normalidad, se alcanzaron los niveles de significancia de la variable Afrontamiento, así como los componentes de la variable de las estrategias de afrontamiento usando la prueba de Kolmogorov – Smirnov con corrección de significación de Lilliefors. Los valores resultantes fueron entre $p = 0,042$ hasta $p = 0,000$ (ver Tabla 5), indicando que la distribución no se ajusta a los parámetros de la normalidad.

Tabla 5

Normalidad de la distribución de los puntajes de las estrategias de afrontamiento, medida por la prueba de Kolmogorov-Smirnov para una muestra total.

	Desviación Desv.	Estadístico de prueba	Sig. Asintótica (bilateral)
Escalas			
Confrontación	3,577	,095	,042
Búsqueda de apoyo social	3,329	,097	,033
Búsqueda de soluciones	3,924	,092	,017
Autocontrol	3,360	,109	,008
Distanciamiento	2,941	,096	,033
Reevaluación positiva	4,432	,133	,000
Aceptación de la responsabilidad	2,373	,111	,007
Escape – evitación	4,33	,112	,002

En la tabla 6, la distribución de porcentaje y frecuencia total según las estrategias de afrontamiento.

Los estudiantes universitarios de Lima Metropolitana según sexo, las mujeres muestran presencia de nivel bajo de las estrategias de afrontamiento

con un porcentaje de 71,4% y con una frecuencia de 20, en el nivel medio obtuvo una frecuencia de 24 y un porcentaje de 66,7%, en nivel alto una frecuencia de 15 con un porcentaje de 55,6%; por otro lado, los hombres obtuvieron un nivel bajo con frecuencia de 8 y logrando un porcentaje de 28,6% así como un nivel medio de 33,3% con una frecuencia de 12 de la misma manera en un nivel alto con la misma frecuencia y logrando un 44,4%; sin embargo, no se encontró diferencia significativa ($X^2=1,607$; $p>,05$).

Tabla 6

Niveles de las estrategias de afrontamiento según sexo.

Sexo con el que se identificas	Niveles de las estrategias de afrontamiento					
	Nivel bajo		Nivel Medio		Nivel alto	
	F	%	F	%	F	%
Mujer	20	71,4	24	66,7	15	55,6
Hombre	8	28,6	12	33,3	12	44,4

($X^2=1,607$; $p>,05$)

Como se puede apreciar en la tabla 7, en el nivel bajo se observa la frecuencia de mujeres es de 22 logrando porcentaje de 78,6% y en los hombres una frecuencia de 6 con un 21,4%; en el nivel medio, la frecuencia de mujeres es de 24 obteniendo un 66,7% y en los hombres logró una frecuencia de 12 con un 33,3%; finalizando, en el nivel alto mujeres obtuvieron una frecuencia de 13 con un 48,1%, los hombres una frecuencia de 14 con un porcentaje de 51,9%; así mismo, se halló diferencia significativas ($X^2=5,668$; $p<.05$).

Tabla 7*Niveles de las estrategias de afrontamiento centrado en problemas según sexo.*

Sexo con el que se identificas	Niveles de las estrategias de afrontamiento centrado en problemas					
	Nivel bajo		Nivel Medio		Nivel alto	
	F	%	F	%	F	%
Mujer	22	78,6	24	66,7	13	48,1
Hombre	6	21,4	12	33,3	14	51,9

 $(X^2=5,668; p<.05)$

En la tabla 8, se observa un nivel bajo en el grupo de mujeres su frecuencia de 22 con un 75,9,3% mientras que el sexo opuesto se logra una frecuencia de 7 con un porcentaje de 24,1%; en el nivel medio la frecuencia en las mujeres es de 27 y lograron un 69,2% mientras que los hombres obtuvieron un 30,8% con una frecuencia de 12; en el nivel alto, la frecuencia de mujeres de 10 de porcentaje de 43,5% y en los hombres una frecuencia de 13 con un porcentaje de 56,5%, además esas diferencias sí son significativas ($X^2=6,478; p<.05$).

Tabla 8*Niveles de la escala de búsqueda de soluciones según sexo.*

Sexo con el que se identificas	Niveles de la escala de búsqueda de soluciones					
	Nivel bajo		Nivel Medio		Nivel alto	
	F	%	F	%	F	%
Mujer	22	75,9	27	69,2	10	43,5
Hombre	7	24,1	12	30,8	13	56,5

 $(X^2=6,478; p<.05)$

En la tabla 9, como se logra observar el grupo de mujeres tiene una frecuencia de 21, obteniendo un porcentaje de 67,7% dando como resultado un nivel alto, mientras que un grupo de hombres obtiene un 32,3% con un número de frecuencia de 10; lo que respecta un nivel medio a bajo, en el caso de los hombres obtuvieron frecuencias de 13 y 9, con porcentajes de 36,1% y 37,5%,

por otro lado, las mujeres obtuvieron un porcentaje que oscila entre 62,5% y 63,9% con frecuencia de 15 y 23; sin embargo, esas diferencias no son significativas ($X^2=,186$; $p >.05$).

Tabla 9

Niveles de las estrategias de afrontamiento centrado en emociones según sexo.

Sexo con el que se identificas	Niveles de las estrategias de afrontamiento centrado en emociones					
	Nivel bajo		Nivel Medio		Nivel alto	
	F	%	F	%	F	%
Mujer	15	62,5	23	63,9	21	67,7
Hombre	9	37,5	13	36,1	10	32,3

($X^2=,186$; $p>.05$)



CAPÍTULO IV: DISCUSIÓN DE RESULTADOS

En la presente investigación se efectuó el análisis y la comparación en la variable de estrategias de afrontamiento según sexo de los alumnos de universidades privadas de Lima Metropolitana en tiempos de pandemia del COVID19, entre las edades de 18 a 25 años.

Desde el punto de vista psicométrico, los resultados indican que los análisis de validez y confiabilidad del instrumento utilizado en la seleccionada muestra son adecuados para realizar la investigación.

Los resultados de los análisis inferenciales se observó la hipótesis en las estrategias de afrontamiento en los alumnos universitarios, según sexo, encontrando que el grupo de mujeres tienen un nivel bajo con el porcentaje de 71,4%, mientras que en los estudiantes varones sí obtuvieron un nivel alto con un porcentaje de 44,4%. Lo que evidencia que las estrategias de afrontamiento no serían adecuadas para las mujeres, como consecuencia se comprende que las mujeres pueden presentar dificultades personales y académicas; sin embargo, empleando Chi cuadrado no se observó la diferencia significativa.

Con respecto a las estrategias de afrontamiento centrados en problemas, un grupo de mujeres obtuvieron de resultados un nivel bajo con un porcentaje de 78,6% aludiendo a que no posee capacidad de resolver los problemas estudiando metódicamente y analizan diferente opción o punto de vista; por otro lado, un grupo de varones obtuvo un puntaje de nivel alto de 51,9% a diferencia de las mujeres con un porcentaje de 48,1%. Debido a las diferencias marcadas estadísticamente, en la investigación de Carrasco y Del Barrio (como se citó en León, 2020a) también encontraron diferencias

significativas relacionadas al sexo destacando a los hombres, esto quiere decir que la escala de búsqueda de ayuda social y búsqueda de soluciones son consideradas como conductas activas de afrontamiento que se asocian, más frecuentemente, con una mayor competencia y un funcionamiento adecuado (de La Rosa-Rojas et al., 2015) en la que emplean más los hombres que las mujeres.

Lazarus y Folkman (como se citó en Maldonado y Muñoz, 2019) menciona que la percepción del individuo juega un papel importante, además agrega que el uso de las estrategias de afrontamiento no garantizan que la persona perciba las situaciones académicas como menos estresantes sino que depende de otros factores individuales y sociales tales como características predisponentes, los aspectos personales, las presiones sociales, las motivaciones, actitudes, las experiencias y las diferencias culturales, todos estos factores influyen en la elección de esta estrategia de afrontamiento.

La escala búsqueda de soluciones se encuentra en las estrategias de afrontamiento centrado en el problema en el cual se observó que en nivel bajo con un porcentaje de 75,9% en las mujeres, mientras que los hombres obtuvieron un nivel alto de 56,5%, López y Vélez (2018) refieren que estas estrategias de afrontamiento se relacionan a la escala búsqueda de soluciones como acciones orientadas a buscar las posibles alternativas de soluciones que en este caso han desarrollado los hombres.

Según las teorías analizadas, tenemos la posibilidad de comprender la interacción que se vio en los resultados, observando que los alumnos tienen la elección de ciertas estrategias de afrontamiento puede tener un efecto protector ante los efectos negativos del estrés u otras emociones de manera

intensa que no logren gestionar así provocando dificultades en el rol académico e interpersonal.

Por otra parte, de acuerdo a lo investigado, en las estrategias de afrontamiento centrado en emociones no se encontró diferencia significativa entre mujeres y hombres a pesar que destacó las mujeres logrando nivel medio a alto mientras que los varones poseen nivel medio a bajo; por otro lado, Cassaretto (como se citó en León, 2020b) menciona que sí encontró diferencias significativas en su investigación sobre las mujeres y ellas emplean las estrategias de afrontamiento centrado en las emociones de manera recurrente que los hombres, ya que ellas buscan apoyo emocional y acuden continuamente a la religión; sin embargo, en estas estrategias los hombres recurren a sus amigos como soporte emocional durante los momentos en los que se sienten estresados, Gonzáles et al. (Como se citó en Rebora, 2021) mencionan que, a diferencia de las creencias sociales, no solamente las mujeres utilizan esta estrategia. Asimismo, English, Zeng y Ma (2015) encontraron que las diferencias culturales también intervienen en la selección de estrategias de afrontamiento.

Los resultados obtenidos permiten concluir que en el presente estudio se encontró diferencias significativas en las estrategias de afrontamiento de la centrado en problemas y la escala búsqueda de apoyo, no obstante, no consiguió realizar la diferencia significativa de la estrategias de afrontamiento centrada en la emoción, a pesar de ello se puede valorar los intentos de los alumnos por tener diversas estrategias de afrontamiento que los salvaguarde de daños y de ser afectados mentalmente por las circunstancias de la pandemia.

CAPÍTULO V: CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

5.1 Conclusiones

- Con relación a la investigación realizada a 119 alumnos en universidades particulares en Lima Metropolitana según sexo, hombre y mujer, y con una muestra de 91 estudiantes, siendo 59 mujeres y 32 hombres, logrando una confiabilidad y realizando pruebas no paramétricas.
- En las estrategias centradas en problemas, existe diferencia significativa de .059, entre hombres y mujeres, demostrando que los varones tienen una mejor estrategia centrada en problemas, mientras que las mujeres están entre el rango de nivel bajo a medio, por consiguiente, los hombres poseen más estrategias como confrontación, búsqueda de soluciones y apoyo social.
- En la escala de búsqueda de soluciones perteneciente a la estrategia de centrado en los problemas se logró encontrar diferencia significativa de .039 y demuestra que los varones obtienen un nivel alto, por lo cual se concluye que los estudiantes experimentan las situaciones de manera directa pidiendo soporte entre amistades o su entorno, a comparación de las mujeres.
- Finalmente, para las estrategias de afrontamiento centradas en las emociones, obtuvieron rangos desde nivel bajo a nivel medio por parte de los hombres, mientras que las mujeres lograron tener nivel medio y alto, puede predecirse que las mujeres poseen más estrategias a

moderar sus respuestas emocionales ante diversas situaciones; sin embargo, no se halló diferencia significativa.

5.2 Recomendaciones

- Desde los resultados hallados, para futuros estudios se recomiendan expandir la muestra de análisis tomando en cuenta alumnos universitarios de diferentes instituciones privadas y públicas, para realizar contrastes con los resultados, saber si dichos estudios conservan la misma predisposición o si cambian, y obtener diversos resultados estadísticos.
- Desde la psicología clínica, la investigación sobre la respuesta de las estrategias de afrontamiento, se tendría que investigar esta variable considerando también el factor en el contexto en el que se percibirá otros resultados terminando el aislamiento social u otros factores situacionales con otras variables como la ansiedad.
- Desde la perspectiva de la psicología educativa, se debe complementar el estudio con otras variables que son relevantes para entender el desempeño de los alumnos de los primeros ciclos, como el rendimiento académico y la satisfacción con la carrera seleccionada; así mismo, psicoeducar referente a las estrategias de afrontamiento que permanecen en relación con la respuesta al estrés, gestión de emociones y búsqueda de apoyo.
- Para concluir, se recomienda que las facultades de las universidades realicen programas de intervención psicológica dirigido por docentes tutores o psicólogos que apoyen en implementar nuevas estrategias de afrontamiento a los y las estudiantes.

REFERENCIAS

- Abente, M. & Ratti, L. (2017). *Nivel de resiliencia de adolescentes de 14 a 20 años en privación de libertad en tres centros educativos*. Revista estudios paraguayos (CEADUC-UC). Recuperado de:
<https://epy.dreamhosters.com/index.php/RESPY/article/view/52/48>
- Ardiles, G.D (2020). *Estilos de afrontamiento y niveles de ansiedad en mujeres embarazadas de un centro de Salud en Lima Metropolitana*. [Tesis de maestría, Universidad Nacional Mayor de San Marcos] Cybertesis. Recuperado de: <https://hdl.handle.net/20.500.12672/15459>
- Arribas, J. (2013). Hacia un modelo causal de las dimensiones del estrés académico en estudiantes de Enfermería. Revista de Educación, 360, 533-556. Recuperado de: <http://hdl.handle.net/11531/7409>
- Cabanach, R. G., Souto, A., Freire, C. y Ferradás, M. M. (2014). Relaciones entre autoestima y estresores percibidos en estudiantes universitarios. European Journal of Education and Psychology, 7(1), 43-57.
- Cacay, M. (2021). *Estrategias de afrontamiento en docentes relacionadas con el confinamiento y estrés desde la perspectiva cognitivo conductual*. [Tesis de licenciatura, Universidad Técnica de Machala] Repositorio de la Universidad Técnica de Machala. Recuperado de:
<http://repositorio.utmachala.edu.ec/handle/48000/16788>
- Camacho, O. (2020). *Relación del estrés académico con el apoyo social y el afrontamiento en estudiantes universitarios*. [Tesis de maestría, Universidad Michoacana de San Nicolás de Hidalgo] Repositorio

Universidad Michoacana de San Nicolás de Hidalgo. Recuperado de:
http://bibliotecavirtual.dgb.umich.mx:8083/xmlui/handle/DGB_UMICH/36

25

Carlos, M. (2017). Modos de afrontamiento al estrés en mujeres víctimas de violencia ejercida por su pareja del Poblado de Monte Sion - Callao. [Tesis de licenciatura, Universidad César Vallejo] Repositorio de la Universidad César Vallejo Recuperado de:
<https://hdl.handle.net/20.500.12692/3198>

Coachella, G. (2018). *Respuesta al estrés y estilos de afrontamiento en estudiantes de primer ciclo de una universidad privada de Lima Metropolitana*. [Tesis de licenciatura, Universidad San Martín de Porres]. Repositorio institucional de la Universidad San Martín de Porres. Recuperado de: <https://hdl.handle.net/20.500.12727/3695>

Córdova, J., & Sulca, L. (2018). *Estilos de afrontamiento y felicidad en estudiantes de la facultad de psicología de una Universidad Particular de Lima*. [Tesis de licenciatura, Universidad Ricardo Palma]. Repositorio institucional de la Universidad Ricardo Palma. Recuperado de: <http://repositorio.urp.edu.pe/handle/URP/1424>

D'cruz, M., & Banerjee, D. (2020). 'An invisible human rights crisis': The marginalization of older adults during the COVID-19 pandemic – an advocacy review. *Psychiatry Research*, 292 DOI: [10.1016/j.psychres.2020.113369](https://doi.org/10.1016/j.psychres.2020.113369)

Elsayed, S., Hasan, A. A., & Musleh, M. (2018). Work stress, coping strategies and levels of depression among nurses working in mental health hospital

in Port-Said city. *International Journal of Culture and Mental Health*, 11(2), 157 - 170. Recuperado de: <https://doi.org/10.1080/17542863.2017.1343859>

English, A. S., Zeng, Z. J., & Ma, J. H. (2015). The stress of studying in China: primary and secondary coping interaction effects. *SpringerPlus*, 4(1), 1–14. Recuperado de: <https://doi.org/10.1186/s40064-015-1540-3>

Espinoza, A., Guamán, M. y Sigüenza, W. (2018). *Estilos de afrontamiento en adolescentes de colegios de la ciudad de Cuenca, Ecuador*. *Revista Cubana Educación Superior* 37 (2), pp. 45 - 62. Recuperado de: http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0257-43142018000200004&lang=es

Fu, W., Wang, C., Zou, L., Guo, Y., Lu, Z., Yan, S., & Mao, J. (2020). *Psychological health, sleep quality, and coping styles to stress facing the COVID-19 in Wuhan, China*. *Translational Psychiatry*, 10(1). Recuperado de: <https://doi:10.1038/s41398-020-00913-3>

Garvich, T. & Taco, N. (2017). *Estilos de afrontamiento y depresión en pacientes con VIH SIDA de una ONG de Lima Metropolitana*. [Tesis de licenciatura, Universidad Ricardo Palma]. Repositorio institucional de la Universidad Ricardo Palma. Recuperado de: <http://repositorio.urp.edu.pe/handle/URP/2854>

Gaxiola, J.; Frías, M.; Hurtado, M.; Salcido, L. & Figueroa, M. (2011). *Validación del Inventario de Resiliencia (IRES) en una muestra del noroeste de México*, *Enseñanza e Investigación en Psicología*, 16 (1), pp. 73-83. Recuperado de:

<https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=29215963006>

González, R., Souto-Gestal, A., González-Doniz, A., Franco, V. (2018) Perfiles de afrontamiento y estrés académico en estudiantes universitarios. *Revista de Investigación Educativa*, 36(2), pp.421-433. Recuperado de: <https://doi.org/10.6018/rie.36.2.290901>

González, S., Domínguez, R., Chica, E., Pastrana, J., & Hernández, A. (2018). *Una plataforma virtual para la evaluación e investigación on-line: menpas*. Cuaderno de psicología del deporte, 26-48.

González L. Tejada A. Méndez C. Ontiveros Z. Impacto Psicológico en Estudiantes Universitarios Mexicanos por Confinamiento Durante la Pandemia por Covid-19 [Internet]. 2020. DOI: <https://doi.org/10.1590/SciELOPreprints.756>. Recuperado de: <https://preprints.scielo.org/index.php/scielo/preprint/view/756>

Hernández, A. (2018). *Ansiedad social en estudiante de la facultad de psicología de una universidad pública de Lima Metropolitana* [Tesis de Segunda Especialidad, Universidad Federico Villarreal]. Repositorio de la UNFV Recuperado de: <http://repositorio.unfv.edu.pe/handle/UNFV/2504>

Hodges, Ch., Moore, S., Lockee, B., Trust, T., y Bond, A. (2020). Difference Between Emergency Remote Teaching and Online Learning. *Educause*. Recuperado de: <https://bit.ly/3dZlh6U>

Huang, Y., & Zhao, N. (2020). Generalized anxiety disorder, depressive symptoms and sleep quality during COVID-19 outbreak in China: A web based cross-sectional survey. *Psychiatry Research*, 288, 112954. Recuperado de: <https://doi.org/10.1016/j.psychres.2020.112954>

- Knubel, P. (2019). *Miedo a hablar en público y estrategias de afrontamiento en estudiantes universitarios de Paraná*. [Tesis de licenciatura, Pontificia Universidad Católica Argentina]. Repositorio institucional de la Pontificia Universidad Católica Argentina. Recuperado de: <https://repositorio.uca.edu.ar/handle/123456789/8563>
- Lazarus, R.S. & Folkman, S. (1984). *Stress, appraisal and coping*. New York: Springer.
- León, E. (2020). *Relación entre dimensiones de personalidad y modos de afrontamiento al estrés en estudiantes de una academia militarizada de Chorrillos*. [Tesis de licenciatura, Universidad San Ignacio de Loyola]. Repositorio institucional de la Universidad San Ignacio de Loyola. Recuperado de: <http://repositorio.usil.edu.pe/handle/USIL/10290>
- Lovón, M. y Cisneros, S. (2020). Repercusiones de las clases virtuales en los estudiantes universitarios en el contexto de la cuarentena por COVID19: El caso de la PUCP. *Editorial Universidad San Ignacio de Loyola*, 8(3), 1 – 15.
- López, L. (2010). *Compendio de instrumentos de evaluación psicológica*. Ciencias Médicas.
- Mamani, D. (2020). Dependencia emocional y estrategias de afrontamiento en mujeres víctimas de violencia de pareja que asisten a SLIMs de San Antonio y Tiahuanacu en La Paz. [Tesis de licenciatura, Universidad Mayor de San Andrés Bolivia]. Repositorio institucional de Universidad Mayor de San Andrés Bolivia. Recuperado de: <http://repositorio.umsa.bo/xmlui/handle/123456789/24988>

- Mendoza, V. (2018). *Estilos y estrategias de afrontamiento en adolescentes de nivel medio superior de la UAEM*. [Tesis de licenciatura, Universidad Autónoma del Estado de México]. Repositorio institucional de Universidad Autónoma del Estado de México. Recuperado de: <http://hdl.handle.net/20.500.11799/95233>
- Morán Astorga, Consuelo, Torres Calles, Juana María (2019) Factores de personalidad y estrategias de afrontamiento en mujeres: personalidad, relaciones y diferencias. *International Journal of Developmental and Educational Psychology* [Internet]. 2019;4(1):139-150. Recuperado de: <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=349861666014>
- Ninapaitan, M. (2017) *Estrategias de afrontamiento al estrés y tipos de discapacidad en padres de familia del CEBE Manuel Duato* [Tesis de Licenciatura, Universidad Católica Sedes Sapientiae]. Repositorio de la Universidad Católica Sedes Sapientiae. Recuperado de: <http://repositorio.ucss.edu.pe/handle/UCSS/504>
- Núñez, O., & Delgado, N. (2019). *Ansiedad y Afrontamiento en estudiantes de una universidad Privada de Lima Metropolitana* [Tesis de Licenciatura, Universidad Ricardo Palma]. Repositorio de la Universidad Ricardo Palma. Recuperado de: <http://repositorio.urp.edu.pe/handle/URP/2854>
- Organización Mundial de la Salud [OMS]. (2020, s.f). World Health Organization. Recuperado de: https://www.who.int/health-topics/coronavirus#tab=tab_1

Quiroz & Suárez (2017). Estrés postraumático y estrategias de afrontamiento en las personas movilizadas por la activación del volcán Tungurahua en el Cantón Penipe, periodo mayo - octubre 2016. [Tesis de Licenciatura, Universidad Nacional de Chimborazo Ecuador] Repositorio de la Universidad Nacional de Chimborazo Ecuador. Recuperado de: <http://dspace.unach.edu.ec/handle/51000/3903>

Rodríguez, J. (2017). *El vínculo afectivo entre personas con cáncer y sus familias como factor de resiliencia*. [Tesis doctoral, Universitat de Barcelona]. Repositorio institucional de la Universitat de Barcelona. Recuperado de: http://diposit.ub.edu/dspace/bitstream/2445/115643/1/JRR_TESIS.pdf

Romero, K. y Verde, M. (2021). *Clima social familiar y modos de afrontamiento al estrés durante cuarentena en alumnos de 5to de secundaria de la institución educativa Illathupa – Huanuco 2020*. [Tesis pregrado, Universidad Nacional “Hermilio Valdizán”]. Repositorio institucional Universidad Nacional “Hermilio Valdizán”. Recuperado de: <http://repositorio.unheval.edu.pe/handle/UNHEVAL/6454>

Roy, C., Bakan, G., Li, Z., y Nguyen, T. (2016). Coping Measurement: Creating Short Form of Coping and Adaptation Processing Scale Using Item Response Theory and Patients Dealing with Chronic and Acute Health Conditions. *Applied Nursing Research*. 32 (2016), 73–79.

Sampiere, H; Fernandez,C & Baptista, M (6ta. eds) (2014) *Metodología de la Investigación*. Interamericana Editores. Recuperado de:

<https://dspace.scz.ucb.edu.bo/dspace/bitstream/123456789/21401/1/11699.pdf>

Sánchez, Reyes y Mejía (2018) *Manual de términos en investigación científica, tecnológica y humanística*. Editorial Universidad Ricardo Palma Vicerrectorado de Investigación. Recuperado de: <http://repositorio.urp.edu.pe/handle/URP/1480>

Sánchez, H., y Mejía, K. (2020). *Investigaciones en salud mental en condiciones de pandemia por el COVID-19*. Edición Universidad Ricardo Palma. Recuperado de: <http://repositorio.urp.edu.pe/handle/URP/3311>

Solano, A., & Serrano, O. (2017). Estrategias de afrontamiento en pacientes distímicos oncológicos. *Conference Proceedings*, 1(1). Recuperado de: <http://investigacion.utmachala.edu.ec/proceedings/index.php/utmach/article/view/49/41>

Tapia, C. (2018). *Perfil de afrontamiento frente a la Violencia intrafamiliar de los estudiantes de bachillerato del Colegio Nacional Eloy Alfaro de Quito durante el período 2017- 2018*. [Tesis de especialización, Universidad Central del Ecuador]. Repositorio Universidad Central del Ecuador. Recuperado de:

<http://www.dspace.uce.edu.ec/handle/25000/15180>

Uribe Urzola, A., Ramos Vidal, I., Villamil Benítez, I. & Palacio Sañudo, J. E. (2018). *La importancia de las estrategias de afrontamiento en el bienestar psicológico en una muestra escolarizada de adolescentes*. *Psicogente* 21(40), 186-221. Recuperado de: <https://doi.org/10.17081/psico.21.40.3082>

Vaca, N. (2016). Estrés y tipos de afrontamiento al estrés en los estudiantes asignados por el sistema nacional de nivelación y admisión en la universidad técnica de Ambato [Tesis pregrado, Universidad Técnica de Ambato de Ecuador]. Repositorio Universidad Técnica de Ambato. Recuperado de: <http://repositorio.uta.edu.ec/jspui/handle/123456789/18011>

Villegas, M., Zambrano, R., y Villegas, H. (2020). Afrontamiento familiar en pacientes con covid 19. *Revista Científica Higía De La Salud*, 1(2). Recuperado de: <https://doi.org/10.37117/higia.v1i2.532>

Vizoso, C. M. y Arias, O. (2016). Estresores académicos percibidos por estudiantes universitarios y su relación con el burnout y el rendimiento académicos. *Anuario de Psicología*, 46(2), 90-97.

Zubillaga, A., y Gortazar, L. (2020). COVID-19 y educación: Problemas, respuestas y escenarios. Fundación COTEC para la innovación. Recuperado de: <https://bit.ly/2AtszSH>

APÉNDICES

APÉNDICE A: CONSENTIMIENTO INFORMADO

APÉNDICE B: PERMISO DE AUTORES



APÉNDICE A

CONSENTIMIENTO INFORMADO

El propósito de este consentimiento informado es proveer al participante en esta investigación una clara explicación de la naturaleza misma, así como de su rol en ella como participante. La presente investigación es conducida por Yrma Farah Rojas Tineo, bachiller de la Universidad Femenina del Sagrado Corazón.

La meta de este estudio es conocer las estrategias de afrontamiento en estudiantes universitarios de Lima Metropolitana. Si usted accede a participar en este estudio, se le pedirá completar un cuestionario. Esto tomará aproximadamente 15 minutos de su tiempo. La participación en este estudio es estrictamente voluntaria. La información que se recoja será confidencial y no se usará para ningún otro propósito fuera de los de esta investigación. Sus respuestas al cuestionario serán codificadas usando un número de identificación y por lo tanto, serán anónimas. Si tiene alguna duda sobre este proyecto, puede realizarla mediante el correo electrónico: yrma.rojast@unife.pe y desde ya agradezco su participación.

APÉNDICE B

AUTORIZACIÓN DE USO DE INSTRUMENTO

Declaro tener el permiso correspondiente de la Dra. Laura Magda López Angulo, autora del Compendio de instrumentos de evaluación psicológica en el cual se encuentra la prueba de estrategias de afrontamiento de Lazarus y Folkman, para así poder aplicar el instrumento en la recopilación de datos de esta investigación.

