

**UNIVERSIDAD PRIVADA ANTONOR ORREGO**

**FACULTAD DE MEDICINA HUMANA**

**ESCUELA PROFESIONAL DE PSICOLOGÍA**



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

---

**“PROPIEDADES PSICOMÉTRICAS DEL INVENTARIO DE RESPUESTAS DE  
AFRONTAMIENTO AL ESTRÉS EN UNIVERSITARIOS DEL ÚLTIMO SEMESTRE DE UNA  
UNIVERSIDAD DE PIURA”**

---

**Área de Investigación:**

Ciencias Médicas – Instrumentalización de la medición psicológica

**Autoras:**

Br. Cerda Neira, Luciana Nicol  
Br. Cubas Chávez, Gabriela Mercedes del Carmen

**Jurado Evaluador:**

**Presidente:** Paredes Gamarra, Yelitza Priscilla

**Secretario:** Cruz Cedillo, Aura Violeta

**Vocal:** Vélez Sancarranco, Miguel

**Asesora:**

Marcos Salazar, Yeslui Carol

**Código Orcid:** <https://orcid.org/0000-0001-7070-823X>

**Piura – Perú  
2021**

**Fecha de sustentación:** 2021/12/14



**“PROPIEDADES PSICOMÉTRICAS DEL INVENTARIO DE RESPUESTAS DE  
AFRONTAMIENTO AL ESTRÉS EN UNIVERSITARIOS DEL ÚLTIMO SEMESTRE DE  
UNA UNIVERSIDAD DE PIURA”**

## DEDICATORIA

*Esta investigación se la dedico a Dios por guiar mi camino y ser el soporte para continuar y lograr cada uno de mis sueños.*

*A mis padres por su apoyo y comprensión.*

*A mis hermanos por ser mi apoyo moral y siempre estar presentes.*

*A todas aquellas personas que fueron parte de este proceso y me brindaron su apoyo.*

**Br. Gabriela Mercedes del Carmen Cubas Chávez**

*Esta investigación se la dedico principalmente a Dios por permitirme concluir mi carrera con salud y guiar mi camino.*

*A mi madre por inculcarme el ejemplo de esfuerzo y valentía.*

*A mis hermanas por su apoyo incondicional durante este proceso.*

*A todas aquellas personas que me apoyaron e hicieron posible que esta investigación se realice con éxito.*

**Br. Luciana Nicol Cerda Neira**

## **AGRADECIMIENTO**

*Agradezco a Dios por bendecirme y guiarme a lo largo del camino, por ser mi fortaleza y apoyo ante todas las situaciones.*

*Agradezco a mis padres por motivarme siempre y brindarme su confianza y amor para lograr mis sueños.*

*Agradezco a mis docentes de la Escuela de Psicología por acompañarme en este camino, brindándome sus conocimientos e incentivándome para ser una buena profesional.*

***Br. Gabriela Mercedes del Carmen Cubas Chávez***

*Agradezco a Dios por darme la vida y ser mi guía.*

*Agradezco a mi madre por confiar en mí y ser el motor que impulsa mis sueños.*

*Agradezco a los docentes de la Escuela de Psicología que compartieron sus conocimientos conmigo y me incentivaron para ser una buena profesional.*

***Br. Luciana Nicol Cerda Neira***

## INDICE DE CONTENIDO

<b>DEDICATORIA.....</b>	<b>iv</b>
<b>AGRADECIMIENTO.....</b>	<b>v</b>
<b>INDICE DE CONTENIDO.....</b>	<b>vi</b>
<b>INDICE DE TABLAS.....</b>	<b>viii</b>
<b>RESUMEN.....</b>	<b>iv</b>
<b>ABSTRACT.....</b>	<b>x</b>
<b>INTRODUCCIÓN.....</b>	<b>xi</b>
<b>1. CAPÍTULO I: PLAN DE INVESTIGACIÓN.....</b>	<b>13</b>
1.1. El problema.....	14
1.1.1. Delimitación del problema.....	14
1.1.2. Formulación del problema.....	17
1.2. Objetivos.....	17
1.2.1. Objetivo general.....	17
1.2.2. Objetivos específicos.....	17
1.3. Justificación del trabajo.....	18
1.4. Limitaciones.....	19
<b>2. CAPÍTULO II: METODOLOGÍA.....</b>	<b>20</b>
2.1. Población.....	21
2.2. Muestra.....	21
2.3. Muestreo.....	22
2.4. Procedimiento para la recolección de datos.....	22
2.5. Instrumento.....	22
2.5.1. Ficha técnica del instrumento a validar.....	22
2.5.2. Descripción de la prueba por áreas.....	23
<b>3. CAPÍTULO III: MARCO TEÓRICO.....</b>	<b>25</b>
3.1. Antecedentes de la investigación.....	26

3.1.1. A nivel internacional.....	26
3.1.2. A nivel nacional.....	27
3.1.3. A nivel regional y local.....	29
3.2. Marco teórico.....	29
3.2.1. Variable que mide el instrumento.....	45
3.2.2. Propiedades psicométricas de la prueba.....	45
3.3. Marco conceptual.....	48
<b>4. CAPÍTULO IV: RESULTADOS.....</b>	<b>49</b>
4.1. Validez.....	50
4.2. Confiabilidad.....	55
4.3. Normas y puntos de corte.....	56
<b>5. CAPÍTULO V: DISCUSIÓN DE RESULTADOS.....</b>	<b>58</b>
5.1. Discusión de resultados.....	59
<b>6. CAPÍTULO VI: CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES.....</b>	<b>62</b>
6.1. Conclusiones.....	63
6.2. Recomendaciones.....	64
<b>7. CAPÍTULO VII: REFERENCIAS Y ANEXOS.....</b>	<b>65</b>
7.1. Referencias.....	66
7.2. Anexos.....	74

## INDICE DE TABLAS

<b>Tabla 1.</b> <i>Coeficiente de Aíken para la validez de contenido en coherencia, claridad y relevancia de los ítems del Inventario de Respuestas de Afrontamiento al Estrés.....</i>	51
<b>Tabla 2.</b> <i>Índice de Validez de constructo por medio del método dominio-total.....</i>	53
<b>Tabla 3.</b> <i>Validez de constructo a través del método análisis factorial confirmatorio del inventario de respuestas de afrontamiento al estrés.....</i>	54
<b>Tabla 4.</b> <i>Confiabilidad por consistencia interna del inventario de respuestas de afrontamiento al estrés.....</i>	56
<b>Tabla 5.</b> <i>Normas en percentiles, del inventario de respuestas de afrontamiento al estrés.....</i>	57



## RESUMEN

La presente investigación tuvo como objetivo determinar las propiedades psicométricas del Inventario de respuestas de Afrontamiento al Estrés en alumnos universitarios del último semestre académico de una universidad de Piura. El test utilizado fue el Inventario de respuestas de Afrontamiento al Estrés cuyo autor es Edmundo Arévalo Luna, para dicha investigación se empleó una muestra de 380 universitarios entre hombres y mujeres del último semestre académico entre 18 y 25 años, los cuales fueron seleccionados mediante el muestreo no probabilístico por conveniencia. Los resultados obtenidos determinaron las propiedades psicométricas del Inventario de respuestas de Afrontamiento al Estrés en estudiantes universitarios de la ciudad de Piura, donde se pudo demostrar que los ítems miden lo que realmente desean medir y son consistentes en el tiempo. Se concluye certificando que el Inventario de Afrontamiento al Estrés presenta propiedades psicométricas adaptados a la población universitaria de Piura.

**Palabras clave:** Estrés, Afrontamiento al Estrés, universitarios estresados

## **ABSTRACT**

The current research had as a goal to determine the psychometric properties of the inventory of answers about confronting stress among university students of the last academic semester at a university in Piura. The applied test was the inventory of answers about confronting stress whose author is Edmundo Arévalo Luna. For this research we used a sample of 380 university students, men and women from the last academic semester aged 18-25 years old who were selected according to a non-probabilistic sampling for convenience. The obtained outcomes determined psychometric properties of the inventory of answers about confronting stress of the universities of students in Piura city, and so we could demonstrate that the items measure what they really want to measure and that they are consistent in time. We conclude by certifying that the inventory about confronting stress presents psychometric properties adapted to the university population in Piura.

**Keywords:** Stress, Coping with Stress, stressed college students

## INTRODUCCION

En la actualidad, el problema de salud conocido como “estrés” se ha vuelto recurrente en los seres humanos, quienes en algún momento de nuestras vidas nos hemos visto afectados por este. Se conoce que dicho problema de salud ha logrado afectar en los diversos ámbitos de nuestra vida, como por ejemplo, en el ámbito social, profesional, académico, entre otros. El estrés ha incrementado y se ha demostrado que es un precursor de diversas enfermedades.

Para dicho problema de salud no existe algún medicamento efectivo que lo erradique, sin embargo existen diversos tratamientos, técnicas cognitivas, medicinas naturales y métodos de relajación que nos permitirán evitarlo en la medida de lo posible.

Se posee conocimiento que en los distintos ámbitos de la vida del ser humano existen factores que son generadores de tensiones y se sabe además que cuando intentamos erradicarlos de manera definitiva, es sumamente probable que el único resultado que se obtenga sea estresarse en demasía, por lo que lo recomendable es intentar controlar la situación y luego de ello canalizarlo de una manera adecuada que nos permita verlo constructivamente.

Ante lo mencionado anteriormente, nace la necesidad de elaborar una adaptación del instrumento llamado “Inventario de respuestas de afrontamiento al estrés”, elaborado por el autor Edmundo Arévalo Luna, en una población que en diversos escenarios se encuentra en exposición a situaciones de estrés, para ello se desarrolló esta investigación estructurada en base a un esquema previamente elaborado, en donde en el primer capítulo se podrá conocer el plan de investigación, en el segundo capítulo, la metodología; en el tercer capítulo se observará el marco teórico; en el cuarto capítulo, los resultados obtenidos; en el quinto capítulo, la

discusión de dichos resultados; en el sexto capítulo, las conclusiones y recomendaciones y finalmente; en el séptimo capítulo las referencias y los anexos.

**CAPITULO I**  
**PLAN DE INVESTIGACIÓN**

## 1.1. El problema

### 1.1.1. Delimitación del problema

En el Perú 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 pandemia que atraviesa el mundo entero, así también el 54.6% de limeños ha presentado problemas para dormir que ameritarían atención (Instituto Nacional de Salud Mental –INSM, 2021).

Por su parte la Facultad de Ciencias de la Comunicación Turismo y Psicología (FCCTP) 2020, menciona que a lo largo de la pandemia, un gran porcentaje de la población universitaria experimentó cuadros de estrés, ansiedad y depresión. “Lamentablemente, miles de jóvenes dejaron sus estudios por motivos económicos y se abocaron a la búsqueda de un empleo digno, pero al comprobar que el panorama era desolador se sumaron en una profunda tristeza”.

De igual forma el Director de Salud Mental del Ministerio de Salud Cutipé, (2018) señaló que el 30% de la población universitaria del Perú ha presenciado problemas en su salud mental debido a la presión académica. Es importante indicar que una población universitaria que se encuentre constantemente expuesta a estrés académico en largos períodos como lo son los ciclos universitarios puede originar trastornos de ansiedad, trastornos depresivos y un aumento en cuanto al consumo de alcohol como placebo. Estas afectaciones incrementan en caso la universidad no posea con políticas de prevención e intervención en la salud mental de sus estudiantes.

Así también el Instituto Integración, realizó una encuesta a 2,200 personas en 19 departamentos del Perú, donde reporta que seis de cada diez peruanos señalan que su vida ha sido estresante en el último año. De igual manera el estudio señala que las mujeres reportan mayores niveles de estrés (63%) que los hombres (52%). Las peruanas no son las únicas; el Centro de Estudios sobre Estrés Humano de Canadá y la Asociación Americana de Psicología de EE.UU. indican la misma tendencia: las mujeres experimentan mayor estrés subjetivo e incluso tiene un mayor impacto en su salud física y mental. (Radio Programas del Perú RPP 2015, cita al Instituto de Integración)

Para la OMS (2015), el estrés se ha convertido un problema de salud que afecta a las personas a nivel mundial, sin distinción de condiciones laborales, culturales o económicas en las que se encuentren. En esta sociedad que es competitiva la presencia de este problema de salud es mayor en todos los grupos etarios debido a que al enfrentarse a nuevas situaciones que le generan mayores exigencias, se desarrolla el llamado estrés. Puesto así, los jóvenes que ingresan a la vida universitaria sufren cambios debido a que el contexto de la educación secundaria es menos exigente que la universitaria ya que en ella se hace presente una mayor carga académica y nuevas responsabilidades.

De igual forma El Diario (2014) señaló que el 60% de estudiantes universitarios sufren estrés en México. El Diario determinó según un estudio realizado por académicos y estudiantes de la Universidad Nacional Autónoma de México (UNAM) que las principales causas del estrés son el temor de tener calificaciones inferiores al promedio, el no poder definir los conocimientos más relevantes y la proximidad a tener exámenes departamentales.

Frente a lo mencionado es necesario señalar que la relación que existe entre las personas y su entorno es de suma importancia para su desarrollo en diferentes contextos de la vida. Uno de estos contextos es la educación, en donde las personas se desenvuelven en un ambiente de exigencias y responsabilidades, teniendo en cuenta que la calidad educativa es relevante para formar a las personas que tendrán un buen desempeño profesional. Actualmente el estrés es considerado uno de los problemas que aquejan a las personas en los ámbitos de la vida profesional, social y académica. El estrés es originado ante la presencia de un evento amenazante o cuando se sobrepasan los recursos con los que cuenta una persona. Sin embargo, cuando se origina este problema, no solo afecta a la persona, sino también a todo su entorno social. (Sandín, 2003)

En tal sentido podemos inferir que la sobrecarga que sufren los estudiantes en estas situaciones estresantes puede generar consecuencias negativas, ya sea en la salud física presentándose como hipertensión arterial, coronaria, úlcera péptica, alergias, diabetes o infecciones o en la salud mental presentándose como ansiedad y depresión.

Los estudiantes son una población muy vulnerable ante este fenómeno llamado estrés, incluso se conocen casos en donde ellos mismos ignoran estar expuestos, sin embargo, las reacciones o los síntomas se desencadenan de igual manera. Es por ello por lo que es de gran importancia poder demostrar las propiedades psicométricas en el inventario de respuestas de afrontamiento al estrés en universitarios del último semestre, con la finalidad de contar con un instrumento válido y confiable para dicha población.



### 1.1.2. Formulación del problema

¿Cuáles son las propiedades psicométricas del inventario de respuestas de afrontamiento al estrés en universitarios del último semestre de una universidad de Piura?

### 1.2. Objetivos

#### 1.2.1. Objetivo general.

Determinar las propiedades psicométricas del inventario de respuestas de afrontamiento al estrés en universitarios del último semestre de una universidad de Piura.

#### 1.2.2. Objetivos específicos.

Determinar la validez de contenido a través del método de criterio de expertos del inventario de respuestas de afrontamiento al estrés en universitarios del último semestre de una universidad de Piura.

Determinar la validez de constructo a través del método dominio total del inventario de respuestas de afrontamiento al estrés en universitarios del último semestre de una universidad de Piura.

Determinar la validez de constructo a través del método análisis factorial confirmatorio del inventario de respuestas de afrontamiento al estrés en universitarios del último semestre de una universidad de Piura.

Determinar la confiabilidad interna a través del método de Alfa de Cronbach y del coeficiente omega del inventario de respuestas de afrontamiento al estrés en universitarios del último semestre de una universidad de Piura.

Elaborar los baremos del inventario de respuestas de afrontamiento al estrés en universitarios del último semestre de una universidad de Piura.

### 1.3. Justificación del trabajo

Esta investigación se justifica de manera metodológica porque gracias a este estudio se obtuvo un instrumento de investigación con propiedades psicométricas de validez y confiabilidad, el cual permite tener estudios en el campo de la psicología clínica en cuanto a las respuestas de afrontamiento al estrés.

Asimismo, esta investigación se justifica socialmente puesto que beneficia a universitarios del último semestre académico, pues de esta investigación se obtendrá como resultado un instrumento confiable y se podrá conocer las respuestas de afrontamiento al estrés y así atender las necesidades de los estudiantes universitarios.

A la vez esta investigación se justifica teóricamente debido a que este estudio aporta al campo de la psicología sirviendo de referencia a quienes deseen ampliar sus conocimientos sobre la variable mencionada y también podrá ser empleado como antecedente a futuras investigaciones psicométricas. De igual forma esta investigación permite ahondar en las características propias del constructo reafirmando sus fundamentos teóricos en nuestra sociedad actual.

Por último esta investigación se justifica de forma práctica ya que sus resultados permiten comprender problemas de estrés y cómo es que estos son afrontados por los universitarios del último semestre, puesto que en la actualidad el estrés se ha incrementado en un 52.2%, necesitando con suma urgencia brindar alternativas de solución.

#### 1.4. Limitaciones:

Nuestra investigación se limitará a las bases teóricas del autor creador del presente cuestionario.

Solo se podrá aplicar en una población con similares características.

**CAPÍTULO II**  
**METODOLOGÍA**

## 2.1. Población

La población estuvo constituida por universitarios del último semestre académico de una universidad de Piura de la carrera de Ingeniería, Derecho, Arquitectura y Administración, que suman un total de 874 tal como se aprecia en la siguiente tabla:

<b>FACULTADES</b>	<b>TOTAL</b>	<b>PORCENTAJE</b>
Ingeniería	325	37.19%
Derecho	287	32.83%
Arquitectura	156	17.85%
Administración	106	12.13%
	874	100%

## 2.2. Muestra

La muestra estuvo constituida por estudiantes universitarios del último semestre académico, los cuales suman un total de 380 universitarios de una universidad de Piura.

<b>FACULTADES</b>	<b>GENERO</b>	<b>TOTAL</b>	<b>PORCENTAJE</b>
<b>Ingeniería</b>	Hombre	102	26.84%
	Mujer	46	12.11%
<b>Derecho</b>	Hombre	37	9.74%
	Mujer	22	5.79%
<b>Arquitectura</b>	Hombre	64	16.84%
	Mujer	36	9.47%
<b>Administración</b>	Hombre	32	8.42%
	Mujer	41	10.79%
		380	100%

### 2.3. Muestreo

Se realizó un muestreo no probabilístico por conveniencia debido a que el acceso a la población y la viabilidad fueron limitados.

### 2.4. Procedimiento para la recolección de datos

Entre los procedimientos realizados para la recolección de datos primero, se ejecutó un documento que permitió formalizar el permiso de llevar a cabo el trabajo de investigación en una universidad de Piura, el cual fue entregado a las autoridades correspondientes. Así mismo, se coordinó el día de la aplicación del Inventario de Respuestas de Afrontamiento al Estrés, el cual se aplicó en universitarios del último semestre académico. El día de la aplicación del instrumento se entregó el consentimiento informado con el fin de que la participación sea voluntaria, seguido de ello se repartieron los protocolos de prueba que contuvieron los ítems y las opciones de respuesta, luego se leyeron las instrucciones que debían seguir las personas que ejecutaron el test. Finalmente, cuando culminaron de realizar el test se procedió a revisar que todos los protocolos estén adecuadamente llenados.

### 2.5. Instrumento

El instrumento que se empleó en esta investigación es el Inventario de Respuestas de Afrontamiento al Estrés de Edmundo Arévalo Luna (2008).

#### 2.5.1. Ficha Técnica del Instrumento a validar.

Nombre del Test: Inventario de Respuestas de Afrontamiento al Estrés.

Autor: Edmundo Arévalo Luna

Procedencia: Universidad Privada Antenor Orrego -Escuela de Psicología-  
Trujillo-Perú

Año de Publicación: 2008

Ámbito de Aplicación: será aplicado en individuos de 18 a 25 años de edad.

Propósito: Lograr que el individuo mismo reconozca su situación actual de respuestas de afrontamiento al estrés, tomando las medidas correspondientes al caso y ayude a las personas a administrar los recursos humanos de manera más eficaz, eficiente y efectiva.

Tipos de Normas que ofrece: Puntuaciones Percentil (PC)

Duración: No hay tiempo límite (15 a 20 minutos)

Validez: El método utilizado para hallar la validez fue el de Ítem-Test, el cual consiste en correlacionar cada ítem con el puntaje total y se determinó que los coeficientes alcanzados en el instrumento, son bastante válidos para el tipo de prueba.

Confiabilidad: El método utilizado fue el Coeficiente de Consistencia Interna o Método de las Mitades, el cual consiste en dividir la prueba en mitades equivalentes donde se obtienen dos puntajes de cada persona. La confiabilidad de división por mitades proporciona una medida de la consistencia del contenido muestreado, pero no de la estabilidad temporal de las puntuaciones.

#### 2.5.2. Descripción de la prueba por áreas.

En esta investigación se empleó el Inventario de Respuestas de Afrontamiento al Estrés el cual tiene como autor a Edmundo Arévalo Luna. Este instrumento fue elaborado en el año 2008, en la Universidad Privada Antenor Orrego – Escuela Profesional de Psicología, Trujillo - Perú.

El Inventario de Respuestas de Afrontamiento al Estrés puede ser empleado en personas que tengan entre las edades de 18 y 25 años. Dicho instrumento tiene como

propósito que el individuo reconozca su situación actual de respuestas de afrontamiento al estrés y tome las medidas correspondientes al caso, este instrumento ayuda a las personas a administrar los recursos humanos de manera más eficaz, eficiente y efectiva.

El Inventario de Respuestas de Afrontamiento al Estrés evalúa a las personas en base a tres dimensiones las cuales son: Afrontamiento directo; que es el grado en que el individuo plantea y desarrolla estrategias mediante; aceptación de la realidad, concentración de esfuerzos, planificación y afrontamiento activo con el fin de solucionar los problemas de la vida diaria. (Lazarus, 1993), Afrontamiento defensivo; que es el grado en que el individuo afronta las situaciones con demandas desbordantes de la vida cotidiana, centrado en sus emociones, humor y búsqueda de apoyo social. (Lazarus, 1993) y Afrontamiento desadaptativo; que es el grado de planteo de estrategias como negación de la realidad, abandono de esfuerzos y evasión; que hace el individuo frente a las exigencias que se les plantea. (Lazarus, 1993). Asimismo presenta 40 ítems los cuales cuentan con las siguientes alternativas de respuesta: 1 punto Si nunca le ocurre, 2 puntos A veces ocurre, 3 puntos Casi siempre ocurre, 4 puntos Siempre ocurre.



**CAPÍTULO III**  
**MARCO TEÓRICO**

### 3.1. Antecedentes de la investigación

#### 3.1.1. A nivel internacional.

Navarrete et al. (2020), en Chile, en su investigación titulada “Propiedades psicométricas del inventario SISCO-II de estrés académico” tuvieron como propósito realizar la evaluación de las evidencias psicométricas de una versión previamente adaptada del inventario SISCO del estrés académico llamada SISCO-II, en la cual emplearon a 1.126 estudiantes universitarios de tres universidades chilenas para realizar la aplicación del instrumento, mostrando mediante el análisis factorial un adecuado ajuste a las estructura propuesta de los cuatro factores (Reacciones del comportamiento social, reacciones psicológicas y físicas, afrontamiento y estresores), finalmente los resultados avalaron la utilidad de SISCO-II para emplear en el diagnóstico, la evaluación y las intervenciones, puesto que es una escala confiable y válida.

Godoy, D.; Godoy, J.; López; Martínez; Gutiérrez; Vázquez (2008) en su investigación que lleva por título “Propiedades psicométricas de la Escala de Autoeficacia para el Afrontamiento del Estrés (EAEAE)”, en la que participaron 812 adultos de 18 a 64 años ( $M= 26,46$ ;  $dt= 9,93$ ;  $62,6$  por ciento mujeres y  $37,4$  por ciento hombres) procedentes de diferentes contextos. Los participantes contestaron la EAEAE junto con otras medidas de constructos teóricamente relacionados con esta autoeficacia específica. Tanto la escala completa como sus dos subescalas de Expectativas de Eficacia y Expectativas de Resultado muestran una adecuada fiabilidad, así como una apropiada validez de constructo factorial, que señala la bidimensionalidad del instrumento, y validez convergente con el resto de medidas. Las características de brevedad y facilidad de administración de la escala y la constatación

de sus adecuadas propiedades psicométricas indican que la EAEAE es un instrumento apropiado para la evaluación e investigación sobre la autoeficacia específica para el afrontamiento del estrés en contextos de investigación y clínicos.

### 3.1.2. A nivel nacional.

Torres (2018), en Lima, Perú, en la Universidad César Vallejo, ejecutó una investigación titulada “Evidencias psicométricas de Inventario SISCO SV-21 para el estudio del estrés académico en universitarios” que tuvo como finalidad establecer las propiedades psicométricas del inventario SISCO de estrés académico, empleando una población de 1427 estudiantes, que además estuvo conformada por ambos sexos ubicados entre las edades de 14 años y 17 años, los cuales además son pertenecientes a tres instituciones educativas públicas del distrito de Independencia. Los resultados demostraron la validez de contenido mediante criterio de expertos superior al 80%, seguido a ello se realizó el análisis descriptivo de los ítems, mostrando en sus 29 reactivos índices adecuados de homogeneidad, de discriminación. Sin embargo, los reactivos 3.1, 3.6 y 3.7 mostraron valores de comunalidad no aceptables. En el análisis factorial confirmatorio se observó un CFI de 0.884, un SRMR de .0487 y un GFI de .902. Se halló evidencia de confiabilidad por consistencia interna a través de coeficiente alfa para sus dimensiones estresores de .785, síntomas de .898 y estrategias de afrontamiento de .744. Por último, mediante el coeficiente Omega de McDonald se mostraron para sus dimensiones estresores .790, síntomas de .889 y estrategias de afrontamiento de .747.

Rebaza (2018), en Trujillo, Perú, en la Universidad César Vallejo, ejecutó un estudio llamado “Propiedades Psicométricas de las Escalas de Afrontamiento al estrés para Adolescentes (ACS) en estudiantes del Distrito de Cascas”, en el cual se tuvo como propósito determinar las propiedades psicométricas de las Escalas de Afrontamiento para Adolescentes (ACS) en una muestra de 447 estudiantes de 12 a 18 años de edad del Distrito de Cascas. Obteniendo en los resultados la evidencia de validez basada en la estructura interna mediante el análisis factorial confirmatorio utilizando el método de máxima verosimilitud, reporta un valor chi cuadrado/grados de libertad (CMIN/df.)  $>3$ , un error cuadrático medio de aproximación (RMSEA)  $>.050$ , un residuo estandarizado cuadrático medio (SRMR)  $>.050$ , un índice de bondad de ajuste (GFI)  $.90$ , asimismo cargas factoriales estandarizadas de  $-.05$  a  $.78$ , mientras que la confiabilidad mediante el método de consistencia interna utilizando el coeficiente Omega, reporta para el estilo referencia a los otros un valor de  $.896$ , sus factores de  $.450$  a  $.783$ ; para resolver el problema de  $.836$ , en sus factores de  $.181$  a  $.629$ ; y para el estilo no productivo de  $.871$ , en sus factores de  $.370$  a  $.584$ .

Ancajima (2017) en su investigación que lleva como título “Propiedades psicométricas del Inventario SISCO del Estrés Académico en universitarios de la ciudad de Trujillo”. La presente investigación de línea psicométrica estuvo encaminada al estudio de las Propiedades psicométricas del Inventario SISCO del estrés académico en Universitarios de la ciudad de Trujillo, teniendo una muestra de 845 alumnos de pregrado, de diferentes carreras, con edades se encuentran entre 18 a 25 años, de ambos sexos. Se analizó evidencias basadas en el contenido, mediante el criterio de jueces, encontrándose índices satisfactorios, también se analizó evidencias de validez basadas en la estructura interna basada en el AFC, siendo los índices

RMSEA .076 denotado aceptable, GFI .82 siendo un buen ajuste, (CFI) de .84. Siendo ajustes aceptables, referente a confiabilidad se obtuvo mediante el estadístico de Omega, obteniendo un resultado de .85 en la dimensión estímulos estresantes, estrategias de afrontamiento con .74 y en la dimensión de síntomas se obtuvo resultado de .94.

### 3.1.3. A nivel regional y local.

Huallpayunca (2018), en su investigación que tiene como título “Evidencias de validez de la escala de estrés académico en universitarios del distrito de Chulucanas”. El presente estudio de carácter instrumental tiene por objetivo encontrar las evidencias de validez del inventario SISCO de estrés académico (Barraza (2007)), en la relación con la autoeficacia académica. La muestra estuvo conformada por 312 universitarios, elegidos por un muestreo no probabilístico por conveniencia. Se encontró correlación positiva, moderada y significativa entre el afrontamiento del estrés y la autoeficacia para situaciones académicas (.433), y correlaciones negativas moderadas y significativas entre las reacciones psicológicas y la autoeficacia (-.306) y las reacciones comportamentales del estrés académico y la autoeficacia para situaciones de académicas (-.315). La confiabilidad se obtuvo por consistencia interna por medio del coeficiente Omega de Mc Donald obteniéndose coeficientes entre .691 y .848

### 3.2. Marco teórico

#### **Afrontamiento Al Estrés**

Teniendo presente que el constructo de estudio es el estrés Lazarus (2000) señala que las personas presentan estrés únicamente cuando el evento que sucede pone en peligro o impide realizar una meta importante o cuando se vulnera las

expectativas altamente valoradas. El grado de estrés se encuentra vinculado al grado de intensidad del compromiso que poseen las personas y parcialmente con sus expectativas y creencias que consideren que pueden ser violadas o realizadas. La teoría de Lazarus es considerada una teoría transaccional del estrés debido a que contribuye con la otra parte necesaria del proceso de estrés, la cual se encuentra basada en las valoraciones subjetivas de la importancia personal de lo que está sucediendo.

Por otro lado Hernández (2011) manifiesta que para hablar de estrés debemos conocer sus orígenes, por lo que señala que la palabra “estrés” descende del latín ‘stringere’ lo cual quiere decir empujar, estrechar, oprimir. De igual modo Mendiola (2010) hace mención que realmente el término único descende del francés antiguo ‘destresse’ que significa “ser colgado bajo estrechez u dominación”. Así también Pereyra (2010) refiere que la palabra estrés, tiene sus orígenes en anglosajón, lo que quiere decir “nerviosismo y opresión”. Por su parte Halgin y Whitbourne (2009) refieren que el estrés no es más que una reacción emocional desagradable que sufre una persona al notar un suceso amenazante.

#### Antecedentes del estrés.

Estrés es la palabra derivada del griego stringere, cuyo significado es generar tensión; dicho término se manejó por primera vez en el siglo XIV y a partir de ello se comenzó a emplear en distintos textos en inglés y se publicó como “stress”; es una palabra que viene desde la física al campo de la salud. Se empleó por Curling, en 1842 cuando se presentó el fenómeno de las hemorragias ocasionadas por úlceras agudas de duodeno ocurridas en pacientes quemados. Hans Selye, es un investigador húngaro que laboró en Canadá y EEUU, desde el año 1930 hasta la década del 70 aproximadamente, comenzó a manejar esta palabra estrés con la finalidad de

compendiar el concepto de “síndrome general de adaptación” que describe a “la serie de reacciones que ocurren de manera sistémica, instantánea y autónoma ante contextos que se observan como peligrosamente lentos para la integridad tanto física o psicoemocional de la persona o de supervivencia.” (Cólica, 2012).

Definiciones de estrés.

Lazarus y Folkman (1984a, 1984b) definen al estrés como “un proceso en el cual se suman las tensiones y los estresores a dimensión que es la interacción que existe entre el medio y la persona”. (Citado en Gutiérrez, 2008, p.60).

García, Gutiérrez y Condemarín (2007) afirma que “las interacciones (transacciones) y los ajustes que existen entre el medio y un sujeto, establecen este proceso, en el que la persona está vista como un agente activo que puede generar un cambio en el impacto del estresor con estrategias emocionales, cognitivas o conductuales”.

Liu (2017) considera que esta reacción ha estado presente desde el nacimiento del ser humano y lo acompaña de generación en generación manteniendo una respuesta ante la exposición de hechos peligrosos.

Considerando a los enfoques más importantes que definen al Stress como estímulo, como respuesta, como proceso. Así mismo Elsalem et al. (2020) consideran que el Stress es una respuesta innata del cuerpo humano, ante condiciones desafiantes, y que demandan una respuesta ante recursos físicos, mentales y conductuales, perturbando el equilibrio emocional del individuo.

Meichenbaum (1987) entiende el estrés como “la relación más dinámica que existe entre una persona, el ambiente y su cognición, generándose entre ellos

transacciones y en el cual se evidencia una perspectiva más integral del fenómeno”.  
(Citado en Gutiérrez, 2008, p.61).

Barraza (2018) menciona que el estrés es un concepto multidimensional que permite conocer los fenómenos que pasa el individuo en su periodo de adaptación.

El estrés es una situación que determina cambios significativos y diferentes en diferentes ámbitos de su vida. (González Moreno , 2017)

Selye (1978) afirmó que “el estrés es una respuesta inespecífica generada por el cuerpo ante cualquier demanda, la cual puede ser causada por las consecuencias de condiciones desagradables o agradables”. (Citado en Gutiérrez, 2008, p.61).

El estrés es un grupo de reacciones funcionales que se activan frente a un estímulo nocivo (estresores habituales), los cuales pueden ser físicos, psicológico, cognitivos o emocionales. Por lo que el individuo responde con un patrón definido ante cualquier demanda, cualquiera sea la causa, activando de manera inmediata el sistema nervioso autónomo (Fernández, 2010, como se citó en Lanchipa, 2019).

El estrés resultar ser un problema de orden biológico que experimenta el ser humano (Álvarez, 2005, citado por Ospina, 2016). Como consecuencia de los diversos problemas que se generan en el individuo. Siendo un grupo de respuestas de la persona ante situaciones de amenaza (Amoretti, 2017). Configurándose así el estrés como un comportamiento normal en la vida de los individuos (Torres, 2018).

El estrés es una respuesta de adaptación que nuestro cuerpo realiza y está destinada a emplear recursos energéticos, a largo o corto plazo, para generar una respuesta ante las demandas del medio. Sin embargo, dichos recursos son limitados. De este modo, si una respuesta que se encuentra sostenida en el tiempo es necesaria, lo que el estrés hace a largo plazo es “apagar” los sistemas que emplean mucho gasto



energético y en caso no sea necesario para esta demanda del ambiente: el sistema de defensa de nuestro organismo reacciona ante la respuesta sexual, la infección, el crecimiento, etcétera. (Redolar, 2015, p.35).

El estrés representa a la exigencia sobre las capacidades de una persona para adaptarse en mente y en organismo. Si estas capacidades consienten que el sujeto maneje tal exigencia y genere además que disfrute la estimulación implicada, entonces el estrés es provechoso y bienvenido. Sin embargo, si no lo permite y la exigencia genera que el individuo se debilite, entonces el estrés es molesto y, por consecuencia, podría ser nocivo. (Gutiérrez, 2008, p.62).

El estrés es cuando se sobre exige a las capacidades de un sujeto; se considera el grado y la naturaleza de estas capacidades y lo que decide nuestra respuesta ante esta exigencia. Si nuestras capacidades son adecuadamente buenas, respondemos bien; si no lo son, asentimos. (Gutiérrez, 2008, p.62).

Agente estresante.

Redolar (2015) describió que “un agente estresante es capaz de producir una alteración en el equilibrio de un organismo debido a que es un estímulo psicológico, físico o social. Asimismo, es importante tener en cuenta que la respuesta de estrés es considerada como el intento del organismo por restablecer el equilibrio. (p.20).

Factores del estrés.

Orlandini (1999) refiere que los factores del estrés se clasifican en trece criterios:

- Momento de acción (actual, reciente, remoto o futuro).
- Período de acción (breve, muy breve, prolongada o crónica).

- Se genera repetición a partir del evento traumático (único o reiterado).
- El número de veces en la que se presentan (únicos o múltiples).
- El grado de intensidad del impacto que se genera (microestresores y estrés cotidiano, estresores moderados, estresores intensos, estresores de gran intensidad).
  - El ambiente del agente (físicos, químicos, fisiológicos, intelectuales, psicosociales).
  - La magnitud social que se genera (microsociales, macrosociales).
  - El traumático evento (sexual, marital, familiar, ocupacional, etc.).
  - El estímulo real (real, representado, imaginario).
  - La situación de la demanda (exógena o ambiental, endógena, intrapsíquica).
    - Las relaciones intrapsíquicas (sinergia positiva, sinergia negativa, antagonismo, ambivalencia).
    - Las consecuencias ocasionadas por la salud (positivo o eustrés, negativo o distrés).
    - Fórmula diátesis/estrés (factor formativo o causal de la enfermedad, factor mixto, factor precipitante o desencadenante de la enfermedad).

Tipos de estrés.

Cólica (2012), manifiesta que existen tipos de estrés:

- Estrés positivo.

El estrés positivo es considerado como el estrés normal, el cual se activa de forma automática frente a un evento percibido claramente, interpretado con suma rapidez y continuado de una reacción conductual; de una decisión inmediata. Una vez

que el evento conflictivo se resuelve, el organismo regresa a tener un funcionamiento normal, recuperando su homeostasis o equilibrio.

- Estrés negativo.

El estrés negativo es al que se debería denominar “distrés”. El estrés negativo es el estrés crónico o prolongado que puede desencadenar múltiples enfermedades y trastornos. El organismo no logra recuperarse lo que genera un gran desgaste que es denominada carga alostática.

- Estrés emocional.

El estrés emocional es producido por el impacto que generan las emociones cuando no puede ser regulada por la razón.

- Estrés físico.

El estrés físico es el que se genera por la agresión al organismo debido a causas físicas, como por ejemplo enfermedades o sobreexigencias que superan las capacidades del cuerpo.

- Estrés sociológico.

El estrés sociológico es aquel que se produce cuando existe una situación de crisis social, se da ante la proliferación comunicacional de noticias negativas, ante la irritabilidad urbana, la violencia cotidiana, etc.

- Estrés laboral.

El estrés laboral es producido por las condiciones laborales que violentan a la resistencia física o a la dignidad de los individuos, quienes reaccionan de manera

distinta frente a las contingencias y condiciones del trabajo, según su personalidad y vulnerabilidad. Entre ellos se encuentran el mobbing, síndrome de burnout, etc.

- Estrés ecoambiental.

El estrés ecoambiental es generado ante los cambios ambientales desfavorables como los ruidos, luminosidad, poluciones, alteraciones del ecosistema, etc. (p.53 y 54).

Tipos de Distrés.

Bustos (2015) señala que existen tipos de distrés:

- Estrés agudo.

El estrés agudo es conocido como el estrés más común. Este tipo de estrés proviene de las presiones y las demandas del pasado inmediato, el cual se anticipa a las presiones y demandas del futuro próximo. El estrés agudo es excitante y estimulante en pequeñas dosis, pero podría volverse agotador. Es consecuencia de una agresión intensa, que puede ser violenta de manera física o emocional, la cual está limitada en el tiempo, aunque supera el umbral de la persona, lo que da lugar a una respuesta intensa, rápida y violenta.

De la misma manera un alto nivel de estrés agudo podría generar molestias psicológicas, dolor de estómago, cefaleas y otros síntomas. Puesto que, este tipo de estrés no tiene tiempo suficiente para generar las lesiones grandes asociadas al estrés crónico.

- Estrés agudo episódico.

Se padece con mayor frecuencia. Sus vidas se presentan tan desordenadas que permanecen inmersas entre caos y crisis.

Poseen escaso autocontrol e incluso son incapaces de mantener una rutina, y como consecuencia de las presiones externas e internas que nacen del deseo de instaurar el orden perdido, reclaman toda su atención.

Con frecuencia, los que padecen este tipo de estrés reaccionan emocionalmente en descontrol. Los sujetos son irritables, tensos y ansiosos; siempre tiene prisa y se describen como personas con “muchísima energía nerviosa”. Sus relaciones interpersonales rápidamente se deterioran cuando los demás reaccionan con hostilidad. En lugar de trabajo lo ven como algo estresante.

- Estrés crónico.

Cuando se presente de esta forma, se prolonga en el tiempo y no de manera intensa, pero si exige adaptación permanente, se excede el umbral de resistencia de la persona e incita las llamadas “enfermedades de adaptación”. Cuando el organismo se sobrepasa la estimulación y agota las normas fisiológicas, llega el estrés crónico. Se puede manifestar por una exposición prolongada y expuesta a factores estresantes ya sean externos (como los ejecutivos, los pilotos o médicos) o por condiciones crónicas o prolongadas de la respuesta al estrés (en personas con depresión y estrés postraumático). La persona se ve expuesta con mayor frecuencia a las llamadas del estrés (adrenalina, catecolaminas y noradrenalina liberadas por el mismo sistema nervioso simpático y los glucocorticoides).

#### Síndrome general de adaptación.

Selye (1978) realizó la definición del Síndrome General de Adaptación, establece que cuando un organismo afronta a un estresor se auto prepara para la acción por medio de las glándulas suprarrenales, siendo las que activan el Sistema Nervioso Simpático. Ante cualquier amenaza, la persona responde igual al patrón de

reacción. En cambio, la respuesta, no es específica. Selye (1978) refiere el proceso de activación (Síndrome General de Adaptación, o GAS) en relación a las tres fases: de alarma, resistencia y de agotamiento. (Citado en Gutiérrez, 2008, p.65)

Fases del estrés.

“Tras una situación de amenaza para su equilibrio, el organismo responde con el fin de intentar adaptarse. Este proceso de adaptación por parte del organismo se distinguen en las fases de alarma, adaptación y agotamiento”. (Bustos, 2015, p.45-46).

Fase de alarma.

Tras la aparición de un peligro o estresor se produce una reacción de alarma durante la cual la resistencia baja por inferior de lo normal. Es necesario resaltar que todos los procesos que suceden son reacciones que buscan encaminar al organismo para la acción de afrontamiento ante una tarea o trabajo.

- Fase de resistencia o adaptación.

El organismo en esta fase intenta superar, adaptarse o afrontar la presencia de diversos factores que se perciben como amenazantes.

- Fase de agotamiento.

Se presenta cuando la agresión adquiere una frecuencia mayor en recurrencia y perdurabilidad, junto o con la escasa adaptación del sujeto mediante la aplicación de sus recursos.

Definiciones de afrontamiento al estrés.

Castañón (1991) muestra la importancia a los procesos de afrontamiento, tras estos se escoge las estrategias ejecutadas por el individuo con el fin de restar o

eliminar previamente un daño al estimar la amenaza. Su procedimiento del afrontamiento es cognitivo y de preparación, pero no es propia la acción; se encuentran referidos tras las respuestas al estrés que podrían ser modificados en base al individuo y la situación (Citado en Gutiérrez, 2008, p.66)

La definición de afrontamiento proviene de la experimentación con animales y la teoría psicoanalítica del ego. En la primera se obtiene la influencia debido a las teorías de Darwin, por lo cual se supo que la supervivencia de un animal depende de su habilidad para poder predecir y tomar control de los hechos en su entorno y a su vez permitan estar a salvo de los factores dañinos (respuestas de la lucha o de escape). El sistema nervioso del animal apoya a discriminar con objetividad las acciones para lograr su supervivencia. Con esa perspectiva, el afrontamiento se concluye en definición como el conjunto de respuestas conductuales que se aprenden a alcanzar restar el grado de activación de su organismo a través de la evitación ante las situaciones de peligro. Sin embargo, el modelo psicoanalítico en el ámbito de la psicología del ego muestra que el afrontamiento está en los pensamientos y acciones reales que corrigen los problemas y a su vez reducen el estrés. (Gutiérrez, 2008, p.67 y 68)

Lazarus y Folkman (1991) definen el afrontamiento como “los esfuerzos conductuales y cognitivos que realizan cambios constantemente y que se desarrollan para manejar las demandas específicas internas y externas, que son evaluadas como un exceso a los recursos de las personas”. (Citado en Gutiérrez, 2008, p.68)

El afrontamiento está relacionado a un procedimiento de cognición o de interacción social que se obtiene ante una situación estresante y plantea el modo en el que una persona presenta resistencia y además supera las demandas en exceso que requieren adaptarse a una situación nueva y restablecer el equilibrio. (Rodríguez

Pastor & López, 1993; Krzemien, Urquijo y Monchietti, 2004). Por ende, se conoce que cuando las demandas de las personas sobrepasan sus propios recursos se da como resultado el estrés. (Revista Psicología desde el Caribe, Universidad del Norte, 2012. p. 213).

El “afrontamiento” es un complejo fenómeno que emplean las personas utilizando la mayoría de las estrategias básicas ante cada confrontación de estrés. Existen las estrategias de afrontamiento específicas, las cuales están vinculadas a contextos estresantes específicos, además existen también las estrategias que emplean los modelos de afrontamiento que se encuentran disponibles en un proceso de ensayo - error. (Bustos, 2015, p.22)

“El afrontamiento al estrés se desempeña como un mediador poderoso de las salidas emocionales: las salidas emocionales positivas se encuentran asociadas a algunas estrategias de afrontamiento y las salidas emocionales negativas se asocian a otras distintas”. (Bustos, 2015, p.22).

Estrategias de afrontamiento al estrés.

Sepehrian & Lotf (2017) proponen tres estrategias de afrontamiento. Uno es concentrarse en las emociones, esto quiere decir que las personas que quieren controlar todas las consecuencias emocionales de un Stress momentáneo. El otro es la solución orientada al problema, en donde la persona está lidiando con el problema, buscando sugerencias y estrategias mientras se busca una solución completa, la solución final se enfoca en evitar y empeorar la situación.

Lazarus y Folkman (1986) definen el estrés como “los esfuerzos cognitivos, emocionales y conductuales que se orientan a manejar las demandas ambientales e internas, y que pueden extralimitar o poner a experimentar los recursos de las



personas (p.350). De acuerdo a ello, afirman la existencia de tres tipos de afrontamiento:

- Afrontamiento cognitivo.

Este tipo de afrontamiento permite representar el suceso y minimizar lo desagradable del conflicto.

- Afrontamiento conductual.

Este tipo de afrontamiento está basado en las conductas confrontativas de la realidad que poseen las personas para lograr manejar las consecuencias.

- Afrontamiento afectivo.

Es considerada como la regulación de las emociones para que las personas puedan lograr un equilibrio afectivo.

Carver et al (1989), señalan que existen 3 tipos de afrontamiento (centrado en la emoción, en el problema y en la evitación) y plantean 15 estrategias que podrían ser empleadas por las personas frente a situaciones generadoras de estrés, y tales son: Afrontamiento activo, planificación, supresión de actividades distractoras, refreno del afrontamiento, reinterpretación positiva, búsqueda de apoyo social emocional, búsqueda de apoyo social instrumental, reinterpretación positiva, aceptación, desahogo, religión, negación, desconexión conductual, desconexión mental, humor y consumo de drogas.

Londoño et al (2006) afirman sobre la importancia de considerar 12 tipos de estrategias de afrontamiento, utilizadas por las personas para hacer frente a las diversas situaciones cotidianas.

- Solución de problemas.

Se da cuando la persona emplea la flexibilidad cognitiva para encontrar la solución del problema en el momento que se presente.

- Apoyo social.

Se da cuando la persona recibe el soporte social y se cree que las personas pueden significar un sostén que disminuyan las secuelas negativas del conflicto.

- Espera.

Se genera cuando la persona no afronta el conflicto, ni actúa ante ello, esperando la posibilidad de que este se solucione sin emplear sus esfuerzos.

- Religión.

Ocurre la persona emplea la oración y sus creencias religiosas para conseguir la solución del problema.

- Evitación emocional.

Es conocida como la capacidad de control que poseen las personas, en la cual se bloquean las emociones negativas que se generan del contexto estresante.

- Apoyo profesional.

Sucede cuando la persona busca otras fuentes de información, lo cual incluye la ayuda de profesionales que le den asesoría y generen que la persona pueda pensar en el conflicto de manera integral, encontrando todas las posibles alternativas de solución.

- Reacción agresiva.

Es cuando la persona reacciona de manera impulsiva y expresa sus emociones negativas hacia los demás y hacia sí mismo.

- Evitación cognitiva.

Se da cuando las personas bloquean sus pensamientos negativos, este tipo de evitación se logra tras la ejecución de actividades que lo distraigan e imposibiliten la rumiación, es decir la manera de evitar preocuparse por el problema.

- Reevaluación positiva.

Consiste en reevaluar el contexto problemático, enfocándose sólo en los aspectos positivos que disipen los aspectos negativos y que generen un afrontamiento optimista.

- Expresión de la dificultad de afrontamiento.

Es parecido al apoyo emocional, pero, este genera que la persona pueda desahogar en otros sus dificultades, sin llegar a lograr un afrontamiento adecuado y eficaz.

- Negación.

Es la predisposición a minimizar el contexto problemático, a manera de disipar los efectos negativos que se generan del mismo.

- Autonomía.

Es el afrontamiento y la resolución del conflicto que realiza una persona, sin recurrir a otras personas para poder enfrentarlo. (Revista Psicología desde el Caribe, Universidad del Norte, 2012. p. 215-216).

## **Respuestas de afrontamiento al estrés.**

Mella et al (2020) menciona que las respuestas de afrontamiento, son un proceso multidimensional y complejo, el cual incluye esfuerzos cognitivos y conductuales de cada persona para el control de diferentes situaciones estresantes, estas estarán influidas por aspectos internos y externos de cada persona.

Siegel et al. (2018) definieron el afrontamiento como el comportamiento y el coraje cognitivo que los individuos adoptan de acuerdo con sus necesidades ambientales y adoptó una variedad de procesos para mantener su personalidad. En este sentido, el cara a cara reconoce un equilibrio duradero entre la individualidad y la integridad emocional para mantener la integridad física, mental y emocional. Asimismo, se explica que estos procesos adaptativos se centran en la percepción individual y se expresan en conductas y conductas interdependientes bajo la influencia de mecanismos mentales como las reacciones físicas y la autoevaluación.

El afrontamiento, por consiguiente, es tan importante para poder hacer frente a circunstancias e influencias del contexto que le toca vivir a las personas. (Van der Hallen, Jongerling, & Godor, 2020).

### **Afrontamiento directo.**

Ree (1994) define el afrontamiento directo como los intentos que realizan las personas para reconocer el origen del estrés y así poder desarrollar una estrategia para disminuir el estresor. Este método utiliza recursos cognitivos y conductuales para generar un cambio frente a la situación estresante.

Charles (2005) manifiesta que el afrontamiento directo es un esfuerzo voluntario para generar cambios ante una situación de incomodidad.

- Confrontación.

Significa reconocer la existencia de un problema y querer darle una solución, encarándolo y avanzando hacia la meta.

- Negociación.

Significa decidir por una solución realista cuando la solución ideal no es práctica.

- Retirada.

Representa el evitar una situación incómoda cuando otras maneras de afrontamiento son realmente prácticas.

3.2.1. Variable que mide el instrumento.

#### **Afrontamiento al estrés.**

Es el modo como una persona realiza esfuerzos a nivel conductual y cognoscitivo con la finalidad de manejar el estrés psicológico (Lazarus, 1993).

3.2.2. Propiedades psicométricas de una prueba.

Para Borsboom (2015) la psicometría está referida a la construcción de modelos de medición para datos psicológicos; los cuales, a través de modelos de variables latentes, representan el constructo de intereses, la cual actúa como el determinante de un conjunto de puntaje de prueba. Por su parte Muñiz (1998) refiere que la psicometría es un conjunto de métodos, técnicas, y teorías implicadas en la medición de variables psicológicas.

## A. Validez.

Respecto a la Validez Hernández, Fernández y Baptista (1998) refieren que “la validez en términos generales, se refiere al grado en que un instrumento realmente mide la variable que pretende medir” (p.243). Así mismo, Tamayo (1998) consideran que validar es “determinar cualitativa y/o cuantitativamente un dato” (p.224). Por otro lado la validez tiene sus tipos, cómo es la validez de contenido por criterio de experto donde Muñiz (1998) manifiesta que el juicio de expertos viene a ser una opinión informada de personas con trayectoria en el tema, que son reconocidas por otros como expertos cualificados en éste, y que pueden dar información, evidencia, juicios y valoraciones. La validez de constructo es la principal de los tipos de validez, puesto que «la validez de constructo es el concepto unificador que integra las consideraciones de validez de contenido y de criterio en un marco común para probar hipótesis acerca de relaciones teóricamente relevantes» (Messick, 1980; p.1015), en este mismo sentido Ruiz (2013), señala que «la meta final de la validación es la explicación y comprensión y, por tanto, esto nos lleva a considerar que toda validación es validación de constructo».

## B. Confiabilidad.

Respecto a la Confiabilidad para Arias (2013), es un criterio sumamente importante que permite la evaluación tanto de su calidad como la correcta adecuación. La confiabilidad suele tener cierto nivel de complejidad en cuanto a su definición, lo que requerirá de estudio significativo por parte de aquellos investigadores que desean involucrarse en el tema. Es por ello que se afirma que la confiabilidad es la “exactitud o precisión de un instrumento de medición”. Es importante señalar que existen distintos tipos de confiabilidad, los cuales se mencionan a continuación:

- La estabilidad a través del tiempo (medible a través de un diseño test-retest).
- La representatividad, que indica la ausencia de variaciones en la capacidad del instrumento para medir un mismo constructo en diferentes subpoblaciones.
- La equivalencia o formas paralelas, aplicada a las variables latentes, medidas a través de múltiples indicadores, y que se pueden evaluar mediante diferentes métodos, aquí se incluye dos procesos estadísticos más utilizados en la confiabilidad, los cuales son el coeficiente Alpha de Cronbach y Omega.

### C. Normas.

Respecto a las Normas y percentiles cabe señalar que para Valero (2013) refiere que las puntuaciones percentilares ayudan a ordenar a los sujetos e indican el porcentaje del grupo que se deja por debajo. Cabe señalar que a pesar de que son fáciles de calcular, no permiten explicar las diferencias entre percentiles, ni comparar a los percentiles obtenidos por un sujeto en distintos instrumentos de evaluación. Se trata de puntuaciones de orden, que en ningún caso ponen de manifiesto la diferencia cuantitativa que existe entre los individuos al no operar con unidades constantes. Son muy útiles en pruebas de rendimiento tanto a nivel educativo como empresarial.

### **3.3. Marco conceptual**

Afrontamiento al estrés.

Es el modo como una persona realiza esfuerzos a nivel conductual y cognoscitivo con la finalidad de manejar el estrés psicológico (Lazarus, 1993).

Afrontamiento directo.

Es el grado en que el individuo plantea y desarrolla estrategias mediante; aceptación de la realidad, concentración de esfuerzos, planificación y afrontamiento activo con el fin de solucionar los problemas de la vida diaria. (Lazarus, 1993).

Afrontamiento desadaptativo.

Es el grado de planteo de estrategias como negación de la realidad, abandono de esfuerzos y evasión; que hace el individuo frente a las exigencias que se le plantea. (Lazarus, 1993).

Afrontamiento defensivo.

Afrontamiento defensivo; que es el grado en que el individuo afronta las situaciones con demandas desbordantes de la vida cotidiana, centrado en sus emociones, humor y búsqueda de apoyo social. (Lazarus, 1993)



**CAPÍTULO IV**  
**RESULTADOS**

#### 4.1. Validez

##### 4.1.1. Validez de contenido.

Los resultados del juicio de los siete expertos, que evaluaron el Inventario de Respuestas de Afrontamiento al Estrés fueron procesados con el estadístico de V de Aiken, lo que se indica en cada uno de los componentes.

##### 4.1.1.1. Validez de contenido en coherencia, claridad y relevancia.

La totalidad de los ítems que pertenecen a este componente, presentan índices de acuerdo (IA) de 1.00 y ( $p < .01$ ), lo cual indica que dichos ítems son considerados válidos y tienen relación lógica con lo que se está midiendo. Tabla (1)

En la tabla 1, se puede apreciar la validez de contenido que fue llevada a cabo mediante el criterio de jueces del Inventario de Respuestas de Afrontamiento al Estrés, los cuales fueron evaluados con el estadístico V de Aiken, y se puede observar que respecto a la claridad se logró en la totalidad de reactivos un puntaje de  $V \geq 0,70$  lo que señala que se sitúan dentro de la categoría aceptable y fuerte, reflejando que se pueden comprender con facilidad. Del mismo modo, en el aspecto de coherencia, se obtuvo en todos los reactivos un puntaje  $V \geq 0,80$ , lo que indica que se localizan en una categoría fuerte y aceptable, manifestando que los 40 ítems guardan relación con la variable a medir. Finalmente, en cuanto a la relevancia se puede demostrar que en su totalidad los reactivos de dicho test obtuvieron un puntaje  $V \geq 0,80$ , por lo consiguiente estos se encuentran ubicados, al igual que los aspectos anteriormente mencionados, dentro de una categoría aceptable y fuerte. Concluyendo así que los ítems son esenciales.

**Tabla 1**

*Coeficiente de Aiken para la validez de contenido en coherencia, claridad y relevancia de los ítems del Inventario de Respuestas de Afrontamiento al Estrés.*

Ítem	V	IA	Sig.(p)
1	1	100	.008**
2	1	100	.008**
3	1	100	.008**
4	1	100	.008**
5	1	100	.008**
6	1	100	.008**
7	1	100	.008**
8	1	100	.008**
9	1	100	.008**
10	1	100	.008**
11	1	100	.008**
12	1	100	.008**
13	1	100	.008**
14	1	100	.008**
15	1	100	.008**
16	1	100	.008**
17	1	100	.008**
18	1	100	.008**
19	1	100	.008**
20	1	100	.008**
21	1	100	.008**
22	1	100	.008**
23	1	100	.008**
24	1	100	.008**
25	1	100	.008**
26	1	100	.008**
27	1	100	.008**
28	1	100	.008**
29	1	100	.008**
30	1	100	.008**
31	1	100	.008**
32	1	100	.008**
33	1	100	.008**
34	1	100	.008**
35	1	100	.008**

36	1	100	.008**
37	1	100	.008**
38	1	100	.008**
39	1	100	.008**
40	1	100	.008**

*Nota:*

V: Coeficiente V de Aiken

IA: Índices de acuerdo

Sig. (p): Probabilidad de rechazar la hipótesis nula siendo cierta

\*\*p<.01: Valido

#### 4.1.1.2. Validez de constructo por dominio total.

En la tabla 2 podemos notar que los resultados obtenidos en cuanto a la validez de constructo convergente, los cuales fueron evaluados mediante la correlación entre los puntajes totales y de los dominios del Inventario de Afrontamiento de Respuestas al Estrés, se determinó una correlación significativa de magnitud fuerte entre los puntajes totales y el dominio Afrontamiento directo ( $r = ,548^{**}$ ), así también entre el puntaje total y el dominio Afrontamiento defensivo ( $r = ,516^{**}$ ) y entre el puntaje total y el dominio Afrontamiento desadaptativo ( $r = ,800^{**}$ ).

**Tabla 02***Índice de Validez de constructo por medio del método dominio- total*

		Afrontamiento directo	Afrontamiento defensivo	Afrontamiento desadaptativo
Inventario de Respuestas de Afrontamiento al Estrés	Correlación de Pearson Sig. (bilateral) N	,548** ,000 380	,516** ,000 380	,800** ,000 380

\*\* . La correlación es significativa en el nivel 0,01 (2 colas).

#### 4.1.1.3. Validez de constructo mediante el método análisis factorial confirmatorio.

Respecto a la validez de constructo dominio total del inventario de respuestas de afrontamiento al estrés, es observable que la prueba KMO y BARTLETT, arrojando un resultado de ,807 y ,000 con lo que se adecua para realizar el análisis factorial.

**Tabla 03***Validez de constructo a través del método análisis factorial confirmatorio*

<b>Prueba de KMO y Bartlett</b>		
Medida Kaiser-Meyer-Olkin de adecuación de muestreo		<b>,807</b>
Prueba de esfericidad de Bartlett	Aprox. Chi-cuadrado	3410,301
	GI	780
	Sig.	,000

**Matriz de componente rotado<sup>a</sup>**

	Componente		
	1	2	3
23	,648		
31	,604		
38	,604		
12	,556		
29	,544		
40	,539		
17	,532		
22	,508		
27	,481		
04	,414		
32	,405		
03	,397		
11		,348	
07		,679	
15		,647	
20		,631	
35		,615	
02		,611	
24		,561	
09		,555	
19		,547	
30		,434	
33			,619
25			,541
13			,517
26			,499
05			,495
36			,406
06			,402
28			,395
16			,363
18			,350
10			,332
34			,314
37			,314
14			,391
01			,333
39			,352
21			,321
08			,330

Método de extracción: análisis de componentes principales.

Método de rotación: Varimax con normalización Kaiser.

a. La rotación ha convergido en 9 iteraciones.

\*\* La correlación es significativa en el nivel 0,01 (2 colas).

Podemos observar los resultados a través del análisis factorial confirmatorio de factores rotados, que los ítems que se encuentran indicados en sus tres dimensiones; poseen una correlación mayor a 0.60 y un nivel de significancia menor a 0.001, lo que nos demuestra que hay una buena validación del instrumento adaptado a la realidad local.

## **4.2. Confiabilidad**

### **4.2.1. Confiabilidad por consistencia interna.**

Respecto a la confiabilidad por consistencia interna se observa que en las tres dimensiones, en una muestra de 380 universitarios del último semestre académico de una universidad de Piura (Tabla 4), se reporta un índice de confiabilidad por encima de 0.70 siendo calificada como buena respectivamente, tanto en Alfa de Cronbach y Coeficiente Omega.

**Tabla 4***Confiabilidad del inventario de respuestas de afrontamiento al estrés*

	<b>Alfa de Cronbach</b> A	<b>Coefficiente Omega</b> $\omega$	<b>N° Ítems</b>	<b>Nivel</b>
<b>Afrontamiento al estrés</b>	,835	,923	<b>40</b>	<b>Buena</b>
<b>Afrontamiento directo</b>	,767	,780	<b>14</b>	<b>Aceptable</b>
<b>Afrontamiento defensivo</b>	,779	,825	<b>16</b>	<b>Aceptable</b>
<b>Afrontamiento desadaptativo</b>	,526	,817	<b>10</b>	<b>Aceptable</b>

*Nota: \*p<.05 / Fuente: Datos alcanzados en el estudio***4.3. Normas y puntos de corte**

En la tabla 5, se presentan los percentiles del inventario de respuestas de afrontamiento al estrés en 380 universitarios del último semestre académico de una universidad de Piura. Para efectos de nuestro estudio se realizaron percentiles de forma general y por dimensiones.



**Tabla 5**

*Normas en percentiles, del inventario de respuestas de afrontamiento al estrés.*

		<b>Estadísticos</b>				
		Afront. directo	Afront. Defensivo	Afront. Desadaptativo	PT	
N	Válido	380	380	380	380	
	Perdidos	0	0	0	0	
Desviación estándar		6,26561	7,03851	3,76984	13,23539	
Mínimo		14	16	10	40	
Máximo		53	58	33	136	
Percentiles	5	26	26	15	71	
	10	28	28	16	76	
	15	29	30	17	81	BAJO
	20	31	31	17	83	
	25	32	32	18	85	
	30	33	34	19	88	
	35	33	34	19	89	
	40	34	35	20	91	
	45	35	36	20	92	
	50	36	37	21	94	MEDIO
	55	36	38	21	95	
	60	37	38	22	96	
	65	38	39	22	98	
	70	39	40	22	99	
	75	40	41	23	101	
	80	41	43	24	104	
	85	42	44	24	107	
90	44	46	26	111	ALTO	
95	46	49	27	115		
100	53	58	33	136		

**CAPÍTULO V**  
**DISCUSIÓN DE RESULTADOS**

## 5.1. Discusión de resultados.

El presente estudio tuvo como finalidad determinar las propiedades psicométricas del inventario de respuestas de afrontamiento al estrés; después de realizar la revisión de la redacción de los ítems se toma en cuenta como primer objetivo el analizar las fuentes de validez basadas en el contenido de los reactivos, es decir, se realizó una evaluación a fin de identificar cuáles son los ítems que cuentan como indicadores para la adecuada medición de dicha variable, tomando en cuenta la claridad, relevancia y coherencia en la redacción; lo que se pudo determinar a través del uso de criterio de jueces, empleando a 07 expertos según lo propuesto por Hyrkäs et al (2003); para poder lograr el objetivo mencionado se empleó el método del coeficiente V propuesto por Aiken (1980), y además se consideró el programa de Merino y Livia (2009) quienes refieren que se debe trabajar con los intervalos de confianza al 95%. Asimismo con respecto a los puntajes conseguidos después de dicho análisis, se puede estimar que los 40 ítems evaluados, lograron puntajes de 1; lo que hace referencia a que poseen buena relevancia, coherencia y claridad; resguardando lo propuesto por Charter (2003). Manifestando a su vez el constructo psicológico del perfeccionismo.

Respecto al segundo objetivo específico donde se establece la validez de constructo, convergente dominio total; respecto a los resultados, en una muestra de 380 estudiantes universitarios de la ciudad de Piura (Tabla 2), se reporta un índice de validez entre 0,595 y 0,863 siendo calificada como buena respectivamente. Estos resultados dan a notar la correlación entre mediciones de constructos semejantes (Streiner, Norman, 2008). Según Polit (2015) cuando está ausente un estándar oro, se deben comprobar las hipótesis sobre la correlación entre puntuaciones del instrumento y los puntajes de una medición con el cual se espera convergencia conceptual. Por

tanto, la contratación de correlación entre el puntaje total del inventario de respuestas de afrontamiento al estrés y las dimensiones apunta para la adecuación de sus ítems al concepto que se propone a medir, que es una de las importantes propiedades de medida de instrumentos autorrelatados.

Respecto al tercer objetivo se establece la validez de constructo mediante el análisis factorial confirmatorio de las propiedades psicométricas del inventario de respuestas de afrontamiento al estrés. En la prueba KMO y Barlett, se obtuvo un resultado de 0,807, lo cual se considera Muy Bueno (Zegers et al, 2006), comprobando que presenta una excelente adecuación a los datos, consiguiendo un coeficiente próximo a la unidad, y 0,000 de significancia. Estos datos son similares a lo encontrado por Ancajima (2017) quien también analizó evidencias de validez basadas en la estructura interna en el AFC, siendo los índices RMSEA .076 denotado aceptable, GFI .82 siendo un buen ajuste, (CFI) de .84. Siendo ajustes aceptables.

Respecto al cuarto objetivo donde se estableció la confiabilidad basada en la estructura del método de consistencia interna del coeficiente omega de McDonald (1999) trabaja con las cargas factoriales (citado en Ventura y Caycho, 2017, p.626). Los resultados que se hallaron muestran los índices de consistencia interna, encontrándose valores entre 0.50 a .90, lo que indica que los valores van desde aceptables hasta favorables, ya que el mínimo considerado es de .526 según Katz (2006). Los resultados encontrados, son semejantes a los que obtuvieron Valdez, et. al. (2018), sin embargo, en la investigación que realizaron, creyeron conveniente hacer uso del método del alfa de Cronbach a través del cual halló el valor de .891 el cual es catalogado como buena.

Por último, en el quinto objetivo se exhiben los percentiles del inventario de respuestas de afrontamiento al estrés, para efectos de nuestra investigación se realizaron percentiles de forma general y por dimensiones. En la primera parte de dicha investigación se ha discutido de los percentiles, las puntuaciones especializadas y las normas cronológicas, puntuaciones transformadas comúnmente empleadas, dirigidas a otorgar interoperabilidad a las puntuaciones obtenidas en una medida. Los percentiles, calculados de acuerdo con la posición de una persona en un continuo y expresado como porcentajes, se convierten en una aproximación fácil de comprender y por lo tanto de propagar, incluso a personas poco acostumbradas al uso de este tipo de estrategias matemáticas. Además, el hecho de ser esencialmente insensible a los grupos de valores no ajustados a una distribución normal que permite que se puedan tomar en cuenta una transformación de amplio espectro, una estrategia útil y aplicable para la mayoría de las variables cuantitativas que son de utilidad en psicología. (Valero, 2013, p. 30).

**CAPITULO VI**  
**CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES**

## 6.1. Conclusiones

- Se determinaron las propiedades psicométricas del inventario de respuestas de afrontamiento al estrés en estudiantes universitarios de la ciudad de Piura, donde se pudo demostrar que los ítems miden lo que realmente desean medir y es consistente en el tiempo.
- Se determinó la validez de contenido tomando en cuenta la coherencia, claridad y relevancia; lo que se determinó a través del uso de criterio de jueces, considerando a 07 expertos; respecto a los puntajes logrados después de su análisis, se puede apreciar que los 40 ítems evaluados luego de su modificación, obtuvieron puntajes de 1.
- Se determinó la validez de constructo convergente dominio total del inventario de respuestas de afrontamiento al estrés, puesto que se reportó un índice de validez entre 0,595 y 0,863 siendo calificada como buena respectivamente.
- Se determinó la validez de constructo a través del método análisis factorial confirmatorio del inventario de respuestas de afrontamiento al estrés, reportando un resultado de ,807 y ,000 con lo que se adecua siendo calificada como buena respectivamente.
- Se determinó la confiabilidad interna a través del método de Alfa de Cronbach y del coeficiente omega, reportando un índice de confiabilidad 0,835 y 0.923 siendo calificada como buena respectivamente.

- Se determinó los percentiles del inventario de respuestas de afrontamiento al estrés, para efectos de nuestro estudio se realizaron percentiles de forma general y por dimensiones.

## **6.2. Recomendaciones**

- Se recomienda que el instrumento sea utilizado en diferentes poblaciones como en institutos educativos superiores y centros de laborales, debido a que es un instrumento que posee propiedades psicométricas.
- Se recomienda que los alumnos continúen realizando investigaciones de tipo psicométrica, es decir que se continúen las estandarizaciones de test psicológicos.
- Se recomienda que se emplee esta investigación para fines académicos, además de profundizar sobre el tema.



**CAPITULO VII**  
**REFERENCIAS Y ANEXOS**

## 7.1. Referencias

Amoretti Trujillo, T. (2017). ***Ansiedad frente a exámenes y afrontamiento de estrés en adolescentes de un centro educativo en adolescentes de Villa el***

***Salvador***. Obtenido de

<http://repositorio.autonoma.edu.pe/bitstream/AUTONOMA/364/1/AMORETTI%20TRUJILLO%2c%20TALIA%20MARGARITA.pdf>

Ancajima, L.(2017). ***Propiedades psicométricas del Inventario SISCO del Estrés Académico en universitarios de la ciudad de Trujillo***. Universidad César

Vallejo; Recuperado de:

[https://alicia.concytec.gob.pe/vufind/Record/UCVV\\_fb9edc9222ab8795daac163fdf30ab69](https://alicia.concytec.gob.pe/vufind/Record/UCVV_fb9edc9222ab8795daac163fdf30ab69)

Arias, C. (2013). ***Propiedades psicométricas de una escala: la consistencia interna***. Revistad de Psicología del caribe, 10, 831-839.

Barraza Macías, A. (2018). ***El estrés académico en alumnos de odontología***.

***Revista mexicana de estomatología***. Obtenido de

<https://www.remexesto.com/index.php/remexesto/article/view/236/437>

Borsboom, D. (2015). ***El ataque de los psicómetros***. Recuperado 4 de noviembre de

2021, de <https://elataquedelospsicometras.wordpress.com/tag/denny-borsboom/>

Bustos, V. (2015). ***¿Es posible evitar el estrés?: motivos y estrategias para pasar de lo urgente a lo importante***. Recuperado de

<https://ebookcentral.proquest.com>

Carver, C, Sheier, M. & Wientraub, J. (1989). ***Assessing coping strategies a theoretically based approach. Journal of personality and social psychology, 56 (2), 267-83.***

- Castañón, R. (1991). ***Emoción y estrés. La Paz: Instituto Europeo de Neurociencias.***
- Charles, S. (2005). ***Social and emotional aging. Annual Review of Psychology, 61, 383-409.***
- Cólica, P. (2012). ***Estrés.*** Argentina: Brujas
- Cutipé, Y. (2018). ***Hasta 30% de la población universitaria del Perú sufre de impactos en su salud mental por presión académica.*** Recuperado de: <https://rpp.pe/vital/vivir-bien/hasta-30-de-la-poblacion-universitaria-del-peru-sufre-de-impactos-en-su-salud-mental-por-presion-academica-noticia-1151266>
- El Diario. (2014). ***Un 60% de estudiantes universitarios sufren estrés en México.*** Recuperado de: <https://eldiariony.com/2014/04/18/un-60-de-estudiantes-universitarios-sufren-estres-en-mexico/>
- Elsalem, L., Al-Azzam, N., Jum'ah, A., Obeidat, N., Sindiani, A. M., & Kheirallah, K.A. (2020). ***Stress and behavioral changes with remote E-exams during the Covid-19 pandemic: Across-sectional study among undergraduates of medical sciences.*** Ann MedSurg(60), 271-279.
- FCCTP. (2020). ***Salud mental de estudiantes universitarios en tiempos del COVID-19. Universidad San Martín de Porres.*** <http://www.fcctp.usmp.edu.pe/noticias/vida-universitaria/salud-mental-de-estudiantes-universitarios-en-tiempos-del-covid-19>
- García, C., Gutiérrez, M. & Condemarín, M. (2007). ***A estudiar se aprende.*** Santiago de Chile: Ediciones Universidad Católica de Chile.

Godoy, D.; Godoy, J.; López, G.; Martínez, A.; Gutiérrez, S.; Vázquez, L.(2008).

***Propiedades psicométricas de la Escala de Autoeficacia para el Afrontamiento del Estrés (EAEAE).*** Psicothema 2008. Vol. 20, nº 1, pp. 155-165; ISSN 0214 - 9915 CODEN PSOTEG. Recuperado de:  
<https://redined.educacion.gob.es/xmlui/bitstream/handle/11162/4531/01720083000073.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

González Moreno, A. L. (2017). ***Estudio sobre el estrés académico y la capacidad de afrontamiento en estudiantes de Educación Social de nueva incorporación.*** 7-9. Obtenido de  
<https://digibug.ugr.es/bitstream/handle/10481/49289>

Gutiérrez, J. (2008) ***Eustrés: un modelo de superación del estrés.*** *PsicoPedia Hoy.* Recuperado de: <https://www.minsa.gob.pe/newsletter/2021/edicion-72/nota4/index.html>

Halgin, R., & Whitbourne, S. (2009). ***Psicología de la anormalidad. Perspectivas clínicas en los trastornos psicologicos.*** Recuperado el 8 de septiembre del 2020 de  
[https://www.thefreelibrary.com/Halgin%2C+R.+P.+y+Whitbourne%2C+S.+K.+\(2009\).+Psicologia+de+la...-a0225791950](https://www.thefreelibrary.com/Halgin%2C+R.+P.+y+Whitbourne%2C+S.+K.+(2009).+Psicologia+de+la...-a0225791950)

Hernández, B. (2011). ***Influencia del Estrés sobre el rendimiento académico en los alumnos del colegio de bachilleres de la comunidad de Anahuan.*** Recuperado el 4 de marzo del 2020. De:  
<http://132.248.9.195/ptb2011/mayo/0669338/Index.html>

Hernández, Fernández, & Baptista. (1998). **Metodología de la investigación.**

Recuperado 5 de marzo de 2019, de

<http://virtual.urbe.edu/tesispub/0032741/cap03.pdf>

Huallpayunca. S. (2018). **Evidencias de validez de la escala de estrés académico en universitarios del distrito de Chulucanas.**

oai:repositorio.ucv.edu.pe:20.500.12692/33798; Universidad Cesar Vallejo;

Recuperado de:

[https://alicia.concytec.gob.pe/vufind/Record/UCVV\\_77f2debc10b7a3ca90733c57c230144c/Description#tabnav](https://alicia.concytec.gob.pe/vufind/Record/UCVV_77f2debc10b7a3ca90733c57c230144c/Description#tabnav)

Instituto Nacional de Salud Mental –INSM (2021), **Salud mental: El 52.2% de limeños sufre de estrés debido a la pandemia.** Ministerio de Salud, Recuperado de:

Krzemien, D., Urquijo, S. & Monchietti, A. (2004). **Aprendizaje social y estrategias de afrontamiento a los sucesos críticos del envejecimiento femenino.**

Psicothema, 16 (3) ,350-356.

Lanchipa Tolmos, M. V. (2019). **Estresores cotidianos y el afrontamiento del estrés en niños de 8 a 11 años de la ciudad de Arequipa.** Tesis de maestría,

Universidad Nacional de San Agustín Arequipa, Unidad de Posgrado, Arequipa.

Obtenido de

<http://bibliotecas.unsa.edu.pe/bitstream/handle/UNSA/9603/PSMlatomv.pdf>

Lazarus, R. (2000). **Estrés y Emoción. Manejo e implicaciones en nuestra salud.**

Bilbao: Desclée de Brouwer

Lazarus, R. y Folkman, S. (1984). **Stress, appraisal, and coping.** Nueva York:

Springer

Lazarus, R. y Folkman, S. (1986) ***Estrés y procesos cognitivos***. Barcelona: Martínez Roca.

Lazarus, R. y Folkman, S. (1991). ***Estrés y procesos cognitivos. Evaluación, afrontamiento y consecuencias adaptativas***. Nueva York: Martínez Roca.

Lazarus, R.S. (1993). ***Emotion and adaptation***. USA: Oxford University Press.

Liu, Y. (2017). ***The longitudinal relationship between Chinese high school students academic stress and academic motivation***. Learning and Individual Differences, 38, 123-126.

Londoño, N., Henao G., Puerta, I., Posada, S., Arango, D. & Aguirre, D. (2006). ***Propiedades psicométricas y validación de la Escala de Estrategias de Coping Modificada (EEC-M) en una muestra colombiana***. Universitas Pshicologica, 5 (2), 327-349.

Meichenbaum, D. (1987). ***Cognitive-behavior modification: An integrative approach***. Nueva York: Plenum.

Mella, J., López, Y., Sáez, Y., Del Valle, M. (2020). ***Estrategias de afrontamiento al estrés***. Revista CienciAmérica, 9(2), 1-12.

<http://cienciamerica.uti.edu.ec/openjournal/index.php/uti/article/view/>

Messick, S. (1980). ***Validez de la prueba y la éticas de las evaluaciones***.

Recuperado 3 de diciembre de 2021, de

<https://es.scribd.com/document/322063235/Messick-1980>

Muñiz, J. (1998). ***La medición de lo psicológico***.

<http://www.psicothema.es/pdf/138.pdf>. Recuperado 12 de abril de 2020, de

<http://www.psicothema.es/pdf/138.pdf>

Navarrete, J., Castillo, A., Bustos, C., Zavala, W., & Vicente, B. (2020). **Propiedades Psicométricas del Inventario SISCO-II de Estrés Académico**. Recuperado 10 de agosto de 2021, de <https://aidep.org/sites/default/files/2020-08/RIDEP56-Art8.pdf>

OMS (2015). **La organización del Trabajo y el Estrés. Para la OMS (2015), el estrés se ha convertido un problema de salud que afecta a las personas a nivel mundial**. Recuperado de: [https://www.who.int/occupational\\_health/publications/pwh3sp.pdf](https://www.who.int/occupational_health/publications/pwh3sp.pdf)

Orlandini, A. (1999) **el estrés. Que es y cómo evitarlo**. (2ª ed) México: Fondo de Cultura Económica.

Ospina Stepanian, A. (2016). **Síntomas, niveles de estrés y estrategias de afrontamiento en una muestra de estudiantes masculinos y femeninos de una Institución de Educación Superior Militar: Análisis comparativo**. Tesis de maestría, Universidad Católica de Colombia , Facultad de Psicología .  
Obtenido de <https://repository.ucatolica.edu.co/bitstream/10983/3161/4/TESIS%20DE>

Radio Programas del Perú -RPP (2015). **El 58% de los peruanos sufre de estrés**.  
Recuperado de: <https://rpp.pe/peru/actualidad/el-58-de-los-peruanos-sufre-de-estres-noticia-764777>

Rebaza, M. (2018). **Propiedades Psicométricas de las Escalas de Afrontamiento para Adolescentes (ACS) en estudiantes del Distrito de Cascas. Universidad César Vallejo**. Recuperado de: <https://repositorio.ucv.edu.pe/handle/20.500.12692/24534>

Redolar, D. (2015). **Neurociencia Cognitiva**. Editorial Médica Panamericana.

- Ree, L. (1994). *¿Cómo enfrentar el estrés?: Afrontamiento al estrés*. Colombia
- Rodríguez, M.J., Pastor, M.A. & López, R.S. (1993). *Afrontamiento, apoyo social, calidad de vida y enfermedad*. *Psicothema*, 5, 349-372.
- Ruiz, G. (2013). *Construcción y Validación de Instrumentos*. *Revista Electrónica Interuniversitaria*, 15(1), 51-60.
- Sandín, Bonifacio (2003). *El estrés: un análisis basado en el papel de los factores sociales*. *International Journal of Clinical and Health Psychology*, 3(1), 141-157. [fecha de Consulta 5 de Agosto de 2021]. ISSN: 1697-2600. Disponible en: <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=33730109>
- Selye, H. (1978). *Stress without distress*. *Londres: Hodder & Stoughton*
- Sepehrian, F., & Loff, J. (2017). *The Effects of Coping Styles and Gender on Academic Procrastination among University Students*. *Journal of Basic and Applied Scientific Research*, 12(1), 2987-2993. Obtenido de [http://www.textroad.com/pdf/JBASR/J.%20Basic.%20Appl.%20Sci.%20Res.,%201\(12\)2987-2993,%202011.pdf](http://www.textroad.com/pdf/JBASR/J.%20Basic.%20Appl.%20Sci.%20Res.,%201(12)2987-2993,%202011.pdf)
- Siegel, D. M., Burke, T. A., Hamilton, J. L., Piccirillo, M. L., Scharff, A., & Alloy, L. B. (2018). *Social anxiety and interpersonal stress generation: the moderating role of interpersonal distress*. *Anxiety, Stress, & Coping*, 31(5), 526-538. Obtenido de <https://doi.org/10.1080/10615806.2018.1482723>
- Tamayo, M. (1998). *El proceso de la investigación científica, 3ª ed*. México: Ed. Limusa S.A. 1998.
- Torres, A. (2018). *Inventario SISCO de estrés académico: evidencias psicométricas en estudiantes de tercero a quinto de secundaria de tres*



**instituciones educativas públicas-Independencia, 2018. Universidad César**

**Vallejo.** Recuperado de:

<https://repositorio.ucv.edu.pe/handle/20.500.12692/29967>

Valero, S. (2013). **Transformación e interpretación de las puntuaciones.**

Psicometría. Recuperado 13 de julio de 2020, de

[http://openaccess.uoc.edu/webapps/o2/bitstream/10609/69325/1/Psicometr%C3%ADa\\_M%C3%B3dulo%204\\_Transformaci%C3%B3n%20e%20interpretaci%C3%B3n%20de%20las%20puntuaciones.pdf](http://openaccess.uoc.edu/webapps/o2/bitstream/10609/69325/1/Psicometr%C3%ADa_M%C3%B3dulo%204_Transformaci%C3%B3n%20e%20interpretaci%C3%B3n%20de%20las%20puntuaciones.pdf)

Van der Hallen, R., Jongerling, J., & Godor, B. (2020). **Coping and resilience in**

**adults: a cross-sectional network analysis.** *Anxiety, Stress, & Coping*, 1-18.

doi:10.1080/10615806.2020.1772969

Vieco, G., Caraballo, D., & Abello, R. (2018). **Factores de riesgo psicosocial de**

**origen ocupacional, estrés y enfermedad coronaria.** *Revista Psicología del Caribe*, 35(I), 210–213.

[https://www.researchgate.net/publication/328791888\\_articulo\\_Revista\\_Psicologia\\_desde\\_el\\_Caribe\\_Enfermedad\\_coronaria\\_y\\_facotres\\_de\\_riesgo\\_psicosocial](https://www.researchgate.net/publication/328791888_articulo_Revista_Psicologia_desde_el_Caribe_Enfermedad_coronaria_y_facotres_de_riesgo_psicosocial)

Vieco, G., Caraballo, D., & Abello, R. (2018). **Factores de riesgo psicosocial de**

**origen ocupacional, estrés y enfermedad coronaria.** *Revista Psicología del Caribe*, 35(I), 215–216.

[https://www.researchgate.net/publication/328791888\\_articulo\\_Revista\\_Psicologia\\_desde\\_el\\_Caribe\\_Enfermedad\\_coronaria\\_y\\_facotres\\_de\\_riesgo\\_psicosocial](https://www.researchgate.net/publication/328791888_articulo_Revista_Psicologia_desde_el_Caribe_Enfermedad_coronaria_y_facotres_de_riesgo_psicosocial)

## 7.2. Anexos

### INVENTARIO DE RESPUESTAS DE AFRONTAMIENTO AL ESTRÉS

#### INSTRUCCIONES:

Te daré un cuestionario de preguntas y una hoja de respuestas donde marcarás nunca me ocurre, a veces me ocurre, casi siempre me ocurre y siempre me ocurre; de acuerdo a tus preferencias, es necesario la veracidad en tus respuestas para el mejor análisis de tus resultados, No tienes tiempo límite, puedes empezar.

- 
- |  |  |
|--|--|
| 1. Me altero y dejo que mis emociones afloren                            | 24. Consigo el apoyo y comprensión de alguien  |
| 2. Intento conseguir consejo de alguien sobre qué hacer                  | 25. Tomo el problema como una manera de divertirme   |
| 3. Concentro mis esfuerzos en hacer algo acerca de ello                  | 26. Renuncio a conseguir lo que quiero   |
| 4. Me digo a mí mismo "esto no es así"                                   | 27. Intento firmemente que otras cosas no interfieran con mis esfuerzos para hacer frente a esto |
| 5. Me río de la situación  | 28. Siento mucho malestar emocional y termino por expresar ese malestar                          |
| 6. Admito que no puedo hacerle frente y dejo de intentarlo               | 29. Acepto la realidad del hecho que ha sucedido   |
| 7. Hablo de mis sentimientos con alguien                                 | 30. Pregunto a personas que han tenido experiencias similares, qué hicieron                      |
| 8. Me acostumbro a la idea de lo que pasó                                | 31. Llevo a cabo alguna acción directa en torno al problema                                      |
| 9. Hablo con alguien para saber más de la situación                      | 32. Me obligo a esperar el momento adecuado para hacer algo                                      |
| 10. Sueño despierto con cosas diferentes de esto                         | 33. Hago bromas de la situación  |
| 11. Me altero y soy realmente consciente de ello                         | 34. Reduzco la cantidad de esfuerzo que pongo en marcha para resolver el problema                |
| 12. Elaboro un plan de acción  | 35. Hablo con mis amigos sobre cómo me siento  |
| 13. Hago bromas sobre ello   | 36. Aprendo a vivir con ello   |
| 14. Acepto que esto ha pasado y que no se puede cambiar                  | 37. Dejo de lado otras actividades para concentrarme en el problema                              |
| 15. Intento conseguir apoyo emocional de amigos y familiares             | 38. Medito profundamente acerca de qué pasos tomar   |
| 16. Simplemente, dejo de intentar alcanzar mi objetivo                   | 39. Actúo como si nunca hubiera sucedido   |
| 17. Tomo medidas adicionales para intentar hacer desaparecer el problema | 40. Hago lo que hay que hacer paso a paso  |
| 18. Me niego a creer que ha sucedido                                     |  |
| 19. Dejo aflorar mis sentimientos  |  |
| 20. Hablo con alguien que pueda hacer algo concreto acerca del problema  |  |
| 21. Duermo más de lo habitual  |  |
| 22. Intento proponer una estrategia sobre qué hacer                      |  |
| 23. Me concentro totalmente cuando tengo que afrontar un problema        |  |

## PROTOCOLO DE RESPUESTAS DEL INVENTARIO DE AFRONTAMIENTO AL ESTRÉS

Nombres y apellidos.....Edad.....  
 Sexo.....Ocupación.....Estado civil.....Fecha.....

### INSTRUCCIONES

¿Has pasado por alguna situación que te haya producido Estrés en los últimos tres meses?

SÍ	NO
----	----

En caso afirmativo, describe dicha afirmación:

Después de escuchar o leer el cuestionario de estrategias de afrontamiento al estrés.  
 Conteste rellorando las burbujas según los siguientes criterios:

01	Si el enunciado nunca ocurre.
02	Cuando a veces le ocurre.
03	Cuando casi siempre ocurre.
04	Cuando siempre le ocurre.

Nº	1	2	3	4	Nº	1	2	3	4	Nº	1	2	3	4	Nº	1	2	3	4
1	0	0	0	0	11	0	0	0	0	21	0	0	0	0	31	0	0	0	0
2	0	0	0	0	12	0	0	0	0	22	0	0	0	0	32	0	0	0	0
3	0	0	0	0	13	0	0	0	0	23	0	0	0	0	33	0	0	0	0
4	0	0	0	0	14	0	0	0	0	24	0	0	0	0	34	0	0	0	0
5	0	0	0	0	15	0	0	0	0	25	0	0	0	0	35	0	0	0	0
6	0	0	0	0	16	0	0	0	0	26	0	0	0	0	36	0	0	0	0
7	0	0	0	0	17	0	0	0	0	27	0	0	0	0	37	0	0	0	0
8	0	0	0	0	18	0	0	0	0	28	0	0	0	0	38	0	0	0	0
9	0	0	0	0	19	0	0	0	0	29	0	0	0	0	39	0	0	0	0
10	0	0	0	0	20	0	0	0	0	30	0	0	0	0	40	0	0	0	0

NIVEL →	BAJO			MEDIO			ALTO			PD	PC
ESTRATEGIAS ↓	1	2	3	4	5	6	7	8	9		
DIRECTO	o	o	o	o	o	o	o	o	o		
DEFENSIVO	o	o	o	o	o	o	o	o	o		
DESADAPTATIVO	o	o	o	o	o	o	o	o	o		

Observaciones:

.....  
 .....

# **AUTORIZACION DEL AUTOR PARA APLICACIÓN DE PRUEBA PSICOMETRICA**

## **AUTORIZACIÓN PARA EL USO DE INSTRUMENTO PSICOMÉTRICO**

El Dr. Edmundo Arévalo Luna, Psicólogo Colegiado con el C.Ps.P.2010, autor de la Construcción del Inventario de Respuestas de Afrontamiento al Estrés, deja expresa autorización a las señoritas alumnas de psicología:

**Cerda Neira, Luciana Nicol**

**Cubas Chávez Gabriela Mercedes Del Carmen**

Para que utilicen dicho instrumento en su tesis para obtener el título de Licenciada en Psicología, por la Universidad Privada Antenor Orrego. Así mismo felicitar a las autoridades de dicha institución, quienes tienen a bien contemplar el adecuado uso de los instrumentos para la toma de datos, tal como lo indica nuestro código de ética profesional en materia de investigación y diagnósticos psicológicos.

Trujillo, 09 de diciembre del 2020.



Dr. Edmundo Arévalo Luna  
C.Ps. P. 2010

# AUTORIZACION DE LA UNIVERSIDAD PARA APLICACIÓN DE PRUEBA PSICOMETRICA

“AÑO DE LA LUCHA CONTRA LA CORRUPCIÓN E IMPUNIDAD”

**SOLICITO: PERMISO PARA APLICACIÓN DE PRUEBAS PSICOMÉTRICAS  
A ESTUDIANTES EN ULTIMO SEMESTRE DE LA UNIVERSIDAD  
NACIONAL DE PIURA.**

PIURA, 07 de septiembre 2019

**SEÑOR:**

**Dr. Luis Yaipen Hidalgo**

Presente

Tenemos el agrado de dirigirnos a usted , Luciana Nicol Cerda Neira, identificada con DNI 71559482 y Gabriela Mercedes del Carmen Cubas Chávez, identificada con DNI 71498606, alumnas de la carrera profesional de Psicología – Universidad Privada Antenor Orrego, nos presentamos ante usted para expresarle lo siguiente:

Que cursando actualmente el X ciclo de nuestra carrera profesional, dentro de nuestro plan de estudio se nos pide realizar nuestra tesis, por lo cual nosotras hemos considerado llevar a cabo la investigación denominada: **“Propiedades psicométricas del inventario de respuestas de afrontamiento al estrés en universitarios del último semestre en la UNIVERSIDAD NACIONAL DE PIURA”** ; debido a ello , recurrimos a su distinguido despacho a solicitarle la autorización para la aplicación de una prueba psicométrica a los alumnos del último semestre en esta universidad , el cual nos ayudarán en la medición de la variable de nuestra investigación.

Agradeciendo de antemano su gentil apoyo, para la realización de nuestra investigación, nos despedimos de usted brindándole nuestros mejores deseos de bien para el desarrollo de su cargo dentro de la institución que usted tan dignamente lo dirige.

**Atentamente**

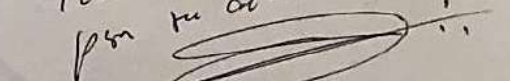


Luciana N. Cerda Neira  
DNI 71559482



Gabriela M. Cubas Chávez  
DNI 71498606

*Por la Dr. Dalva  
por su atención.*



## EVIDENCIAS FOTOGRÁFICAS DE LA APLICACIÓN DE LA PRUEBA PSICOMÉTRICA





## CARTA DE CONSENTIMIENTO INFORMADO

Yo \_\_\_\_\_ con DNI \_\_\_\_\_ y  
con domicilio en \_\_\_\_\_.

AUTORIZO ser evaluado(a) con el instrumento “Inventario de respuestas de afrontamiento al estrés”. He sido informado(a) por las alumnas Gabriela Mercedes del Carmen Cubas Chávez con DNI 71498606 y Luciana Nicol Cerda Neira con DNI 71559482, estudiantes del décimo ciclo de la carrera de Psicología, acerca del proceso de evaluación con fines académicos que dichas estudiantes llevarán a cabo como parte del curso de Tesis II.

Esta participación es voluntaria. La información recopilada será confidencial y no será empleada para ningún otro propósito.

---

FIRMA



## OPERACIONALIZACIÓN DE LA VARIABLE

Variable	Definición Conceptual	Definición Operacional	Dimensiones	Indicadores	Ítems	Escala de Medición
<b>Afrontamiento al estrés</b>	Es la manera cómo una persona emplea esfuerzos a nivel cognoscitivo y conductual con el fin de manejar el estrés psicológico (Lazarus, 1993).	El afrontamiento al estrés será evaluado en función a las tres dimensiones: afrontamiento directo, afrontamiento defensivo y afrontamiento desadaptativo. La cual consta de 40 ítems.	<b>Afrontamiento directo</b>	Planificación y afrontamiento activo	12. Elaboro un plan de acción	Intervalo
					17. Tomo medidas adicionales para intentar hacer desaparecer el problema	
					22. Intento plantear una estrategia sobre qué hacer	
					31. Llevo a cabo alguna acción directa en torno al problema	
					38. Medito profundamente acerca de qué pasos tomar	
					40. Hago lo que hay que hacer paso a paso	
				Concentración de esfuerzos	3. Concentro mis esfuerzos en hacer algo acerca de ello	
					23. Me concentro totalmente cuando tengo que afrontar un problema	
					27. Intento firmemente que	

					<p>otras cosas no interfieran con mis esfuerzos para hacer frente a esto</p> <p>37. Dejo de lado otras actividades para concentrarme en el problema</p>	
				Aceptación de la realidad	<p>8. Me acostumbro a la idea de lo que pasó</p> <p>14. Acepto que esto ha pasado y que no se puede cambiar</p> <p>29. Acepto la realidad del hecho que ha sucedido</p> <p>36. Aprendo a vivir con ello</p>	
			<b>Afrontamiento defensivo</b>	Desahogarse de emociones negativas	<p>1. Me altero y dejo que mis emociones afloren</p> <p>11. Me altero y soy realmente consciente de ello</p> <p>19. Dejo aflorar mis sentimientos</p> <p>28. Siento mucho malestar emocional y termino por expresar ese malestar</p>	Intervalo
				Sentido del humor	<p>5. Me río de la situación</p> <p>13. Hago bromas sobre ello</p> <p>25. Tomo el problema como una manera de divertirme</p>	

					33. Hago bromas de la situación
				Búsqueda de apoyo social	2. Intento conseguir consejo de alguien sobre qué hacer
					7. Hablo de mis sentimientos con alguien
					9. Hablo con alguien para saber más de la situación
					15. Intento conseguir apoyo emocional de amigos y familiares
					20. Hablo con alguien que pueda hacer algo concreto acerca del problema
					24. Consigo el apoyo y comprensión de alguien
					30. Pregunto a personas que han tenido experiencias similares, qué hicieron.
					35. Hablo con mis amigos sobre cómo me siento

					6. Admito que no puedo hacerle frente y dejo de intentarlo	Intervalo
				Abandono de esfuerzos	16. Simplemente, dejo de intentar alcanzar mi objetivo	
					26. Renuncio a conseguir lo que quiero	
					Negación de la realidad	
				18. Me niego a creer que ha sucedido		
				32. Me obligo a esperar el momento adecuado para hacer algo		
				39. Actúo como si nunca hubiera sucedido		
				Evasión	10. Sueño despierto con cosas diferentes de esto	
					21. Duermo más de lo habitual	
					34. Reduzco la cantidad de esfuerzo que pongo en marcha para resolver el problema	