



UNIVERSIDAD  
**AUTÓNOMA**  
DE ICA

UNIVERSIDAD AUTONOMA DE ICA  
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD  
PROGRAMA ACADÉMICO DE PSICOLOGÍA

**TESIS**

**“MODOS DE AFRONTAMIENTO DEL ESTRÉS Y  
ANSIEDAD EN PERSONAL PNP – SECCIÓN SEGURIDAD  
FRONTERIZA –YUNGUYO, PUNO – 2022”**

LÍNEA DE INVESTIGACIÓN:  
CALIDAD DE VIDA, RESILIENCIA Y BIENESTAR  
PSICOLÓGICO.

PRESENTADO POR:  
YHERSON ALBERTO, BORDA QUINTO  
GUADALUPE, HUAQUISTO RAMOS

TESIS DESARROLLADA PARA OPTAR EL TÍTULO  
PROFESIONAL DE LICENCIADO EN PSICOLOGÍA

DOCENTE ASESOR:  
DRA. ELIZABETH LIZBEL JURADO ENRIQUEZ  
CÓDIGO ORCID N° 0000-0002-1605-1625

CHINCHA, 2023



UNIVERSIDAD  
AUTÓNOMA  
DE ICA

## CONSTANCIA DE APROBACIÓN DE INVESTIGACIÓN

Decano(a) de la facultad de ciencias de la salud

Universidad Autónoma de Ica.

Presente. -

De mi especial consideración:

Sirva la presente para saludarlo(a) e informar que **Yherson Alberto, Borda Quinto y Guadalupe, Huaquisto Ramos** estudiantes de la Facultad de ciencias de la salud, del programa Académico de Psicología, ha cumplido con elaborar su:

PLAN DE TESIS

TESIS

TITULADO:

**"MODOS DE AFRONTAMIENTO DEL ESTRÉS Y ANSIEDAD EN PERSONAL PNP – SECCIÓN SEGURIDAD FRONTERIZA –YUNGUYO, PUNO – 2022"**

Por lo tanto, queda expedito para continuar con el desarrollo de la investigación. Estoy remitiendo, conjuntamente con la presente los anillados de la investigación, con mi firma en señal de conformidad.

Agradezco por anticipado la atención a la presente, aprovecho la ocasión para expresar los sentimientos de mi especial consideración y deferencia personal.

Cordialmente,

Dra. Elizabeth Lizbel Jurado Enriquez

CODIGO ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-1605-1625>

## DECLARATORIA DE AUTENCIDAD DE LA INVESTIGACIÓN

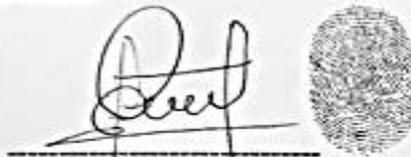
Yo, Borda Quinto Yherson Alberto, identificado(a) con DNI N° 75559359, en mi condición de Bachiller del programa de Profesional de Psicología, de la Facultad de Ciencias de la Salud, en la Universidad Autónoma de Ica y que habiendo desarrollado la Tesis titulada: "MODOS DE AFRONTAMIENTO DEL ESTRÉS Y ANSIEDAD EN PERSONAL PNP – SECCIÓN SEGURIDAD FRONTERIZA –YUNGUYO, PUNO – 2022", declaro bajo juramento que:

- a. La investigación realizada es de mi autoría
- b. La tesis no ha cometido falta alguna a las conductas responsables de investigación, por lo que, no se ha cometido plagio, ni autoplagio en su elaboración.
- c. La información presentada en la tesis se ha elaborado respetando las normas de redacción para la citación y referenciación de las fuentes de información consultadas. Así mismo, el estudio no ha sido publicado anteriormente, ni parcial, ni totalmente con fines de obtención de algún grado académico o título profesional.
- d. Los resultados presentados en el estudio, producto de la recopilación de datos son reales, por lo que, el(la) investigador(a) no ha incurrido ni en falsedad, duplicidad, copia o adulteración de estos, ni parcial, ni totalmente.
- e. La investigación cumple con el porcentaje de similitud establecido según la normatividad vigente de la Universidad (no mayor al 28%), el porcentaje de similitud alcanzado en el

7%

Autorizo a la Universidad Autónoma de Ica, de identificar plagios, falsedad de información o adulteración de estos, se proceda según lo indicado por la normatividad vigente de la Universidad, asumiendo las consecuencias o sanciones que se deriven de algunas de estas malas conductas.

Chincha Alta, 28 Mayo del 2023



Yherson Alberto Borda Quinto

DNI N° 75559359

## DECLARATORIA DE AUTENCIDAD DE LA INVESTIGACIÓN

Yo, Huaquisto Ramos Guadalupe, identificado(a) con DNI N° 73638541, en mi condición de Bachiller del programa de Profesional de Psicología, de la Facultad de Ciencias de la Salud, en la Universidad Autónoma de Ica y que habiendo desarrollado la Tesis titulada: "MODOS DE AFRONTAMIENTO DEL ESTRÉS Y ANSIEDAD EN PERSONAL PNP – SECCIÓN SEGURIDAD FRONTERIZA –YUNGUYO, PUNO – 2022", declaro bajo juramento que:

- a. La investigación realizada es de mi autoría
- b. La tesis no ha cometido falta alguna a las conductas responsables de investigación, por lo que, no se ha cometido plagio, ni autoplagio en su elaboración.
- c. La información presentada en la tesis se ha elaborado respetando las normas de redacción para la citación y referenciación de las fuentes de información consultadas. Así mismo, el estudio no ha sido publicado anteriormente, ni parcial, ni totalmente con fines de obtención de algún grado académico o título profesional.
- d. Los resultados presentados en el estudio, producto de la recopilación de datos son reales, por lo que, el(la) investigador(a) no ha incurrido ni en falsedad, duplicidad, copia o adulteración de estos, ni parcial, ni totalmente.
- e. La investigación cumple con el porcentaje de similitud establecido según la normatividad vigente de la Universidad (no mayor al 28%), el porcentaje de similitud alcanzado en el

7%

Autorizo a la Universidad Autónoma de Ica, de identificar plagios, falsedad de información o adulteración de estos, se proceda según lo indicado por la normatividad vigente de la Universidad, asumiendo las consecuencias o sanciones que se deriven de algunas de estas malas conductas.

Chincha Alta, 28 de Mayo del 2023

  
  
Huaquisto Ramos Guadalupe  
DNI N° 73638541

### **Dedicatoria**

Dedicamos el presente trabajo de investigación a nuestros padres y hermanos, ya que son el pilar fundamental de nuestras vidas, por todo el apoyo y moral que nos brindaron para cumplir nuestros objetivos y metas en la etapa de estudiantes en la que nos encontrábamos.

### **Agradecimientos**

A Dios. Por darnos salud y prosperidad en nuestro día a día; a todas las autoridades de la Universidad Autónoma de Ica; a nuestra Asesora Elizabeth Lizbel Jurado Enriquez, por brindarnos su apoyo e impartirnos sus conocimientos durante todo el proceso de nuestra titulación; a los docentes que estuvieron presentes en nuestro proceso universitario.

## RESUMEN

La investigación realizada se encuentra ubicada en el campo de la conducta humana en este caso direccionada al personal PNP. Trabajo intitulado: “Modos de afrontamiento del estrés y ansiedad en personal PNP – Sección Seguridad Fronteriza –Yunguyo, Puno – 2022”; el objetivo general: determinar la relación que existe entre los modos de afrontamiento del estrés y la ansiedad; así mismo, se formula como hipótesis general: existe relación entre modos de afrontamiento del estrés y ansiedad. La investigación corresponde al enfoque cuantitativo, con el método científico, es una investigación de tipo básico o teórico de nivel o alcance correlacional, diseño no experimental, corte transversal. La muestra en estudio es de 158 efectivos de la PNP, se optó por un muestreo no probabilístico por conveniencia. La técnica que se utilizó es la encuesta, para las dos variables, se desarrolló un cuestionario de tipo escala Likert como instrumento de recolección de información, los datos son procesados en la SPSS 26, la prueba de la hipótesis se realizó con el estudio de Rho de Spearman aplicada a la cantidad total de 158 efectivos policiales, misma que dio como resultado que ambas dimensiones pertenecientes a la Ansiedad (Estado y Rasgo) no están relacionados con la variable afrontamiento del estrés.

Concluyendo que las variables trabajadas en la presente investigación, no tienen relación alguna, debido a los resultados obtenidos en la misma, dejando en claro que cada uno de estas trabaja de forma independiente.

**Palabras Clave:** Ansiedad – estado, ansiedad – rasgo, afrontamiento, estrés, modos, personal PNP.

## ABSTRACT

The research carried out is located in the field of human behavior, in this case addressed to PNP personnel. Work entitled: "Modes of coping with stress and anxiety in PNP personnel - Border Security Section -Yunguyo, Puno - 2022"; the general objective: to determine the relationship that exists between the ways of coping with stress and anxiety; Likewise, it is formulated as a general hypothesis: there is a relationship between ways of coping with stress and anxiety. The research corresponds to the quantitative approach, with the scientific method, it is a basic or theoretical investigation of correlational level or scope, non-experimental design, cross section. The sample under study 158 police personnel, a non-probabilistic sampling was chosen for convenience. The technique used is the survey, for the two variables, a Likert scale questionnaire was developed as an information collection instrument, the data is processed in the SPSS 26, The hypothesis test was carried out with the study of Spearman's Rho applied to the total number of 158 police officers, which resulted in the fact that both dimensions belonging to Anxiety (State and Trait) are not related to the stress coping variable.

Concluding that the variables worked in the present investigation, have no relationship, due to the results obtained in it, making it clear that each of these works independently.

**Keywords:** Anxiety - state, anxiety - trait, coping, stress, modes, personal PNP.

## INDICE GENERAL

CONSTANCIA DE APROBACIÓN.....	ii
DECLARATORIA DE AUTENTICIDAD DE LA INVESTIGACIÓN .....	iii
Dedicatoria.....	v
Agradecimientos .....	vi
RESUMEN .....	vii
ABSTRACT.....	viii
INDICE GENERAL.....	ix
INDICE DE TABLAS .....	xii
INDICE DE FIGURAS.....	xiii
I. INTRODUCCIÓN .....	14
II. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA.....	16
2.1. Descripción de problema .....	16
2.2. Pregunta de investigación general.....	19
2.3. Preguntas de investigación específicas .....	19
2.4. Objetivo general y específicos .....	19
2.4.1. Objetivo general .....	19
2.4.2. Objetivos específicos .....	19
2.5. Justificación e importancia.....	20
2.5.1. Justificación.....	20
2.5.2. Importancia .....	21
2.6 Alcances y Limitaciones .....	21
III. MARCO TEÓRICO .....	22
3.1 Antecedentes.....	22
3.2 Bases Teóricas.....	26
3.2.1 Variable Modo del afrontamiento del estrés. ....	26
3.2.2. Variable Ansiedad.....	30

3.3 Marco conceptual .....	36
IV. METODOLÓGICA .....	38
4.1. Tipo de investigación.....	38
4.2. Diseño de Investigación.....	38
4.3. Hipótesis general y específicas .....	39
4.3.1. Hipótesis general.....	39
4.3.2. Hipótesis específicas .....	39
4.4. Variables.....	39
4.5. Operacionalización de variables.....	41
4.6. Población – Muestra .....	43
4.6.1. Población.....	43
4.6.2. Muestra .....	43
4.7. Técnicas e Instrumentos de recolección de información .....	44
4.7.1. Técnica.....	44
4.7.2. Instrumento. ....	44
4.8. Técnicas de análisis e interpretación de datos .....	46
V. RESULTADOS .....	48
5.1 Presentación de resultados .....	48
5.2. Interpretación de resultados .....	55
VI. ANALISIS DE LOS RESULTADOS .....	57
6.1 Análisis de Fiabilidad.....	57
6.2 Análisis de normalidad.....	58
6.3 Estadística descriptiva .....	60
6.4. Prueba de hipótesis .....	61
VII. DISCUSION DE RESULTADOS .....	66
7.1. Comparación de los resultados. ....	66
VIII. CONCLUSIONES.....	69

IX. RECOMENDACIONES .....	70
XI. REFERENCIA BIBLIOGRAFICA .....	71
ANEXOS .....	76
Anexo 1: Matriz de consistencia .....	77
Anexo 2: Instrumentos de recolección de datos, Modos de Afrontamiento del Estrés y Ansiedad. ....	79
Anexo 3: Ficha de Validación de Instrumentos de Medición.....	83
Anexo 4: Base de Datos .....	89
Anexo 5: Evidencias Fotográficas.....	95
Anexo 6: Informe de Turnitin al 28% de similitud .....	108

## INDICE DE TABLAS

<b>Tabla 1.</b>	Operacionalización de la variable modos de afrontamiento del estrés	39
<b>Tabla 2.</b>	Operacionalización de la variable ansiedad	40
<b>Tabla 3.</b>	Tabla de personal de la PNP evaluados	47
<b>Tabla 4.</b>	Tabla de intervalos para las edades del personal PNP - sección seguridad fronteriza de Yunguyo	47
<b>Tabla 5.</b>	Puntajes para la Interpretación por categoría del STAI	48
<b>Tabla 6.</b>	Tabla de Resultados para la Ansiedad como Estado (A/E)	48
<b>Tabla 7.</b>	Tabla de Resultados para la Ansiedad como Rasgo (A/R)	49
<b>Tabla 8.</b>	Tabla del indicador para los estilos de afrontamiento del estrés	50
<b>Tabla 9.</b>	Tabla para Estilo de afrontamiento enfocado en el problema	50
<b>Tabla 10.</b>	Tabla para el Estilo de afrontamiento enfocados en la emoción	51
<b>Tabla 11.</b>	Tabla para los Otros estilos de afrontamiento	52
<b>Tabla 12.</b>	Prueba de normalidad del Modo de Afrontamiento del Estrés	58
<b>Tabla 13.</b>	Prueba de normalidad para la Ansiedad (STAI)	58
<b>Tabla 14.</b>	Tabla de correlación entre los modos de afrontamiento del estrés vs ansiedad	59
<b>Tabla 15.</b>	Tabla de Chi-cuadrado para la correlación entre las variables	60
<b>Tabla 16.</b>	Correlación de Rho de Spearman para las variables estudiadas	60
<b>Tabla 17.</b>	Tabla de Chi-cuadrado para la correlación entre las variables	62
<b>Tabla 18.</b>	Correlación de Rho de Spearman para las variables estudiadas	62

## INDICE DE FIGURAS

<b>Figura 1.</b>	Personal PNP - sección seguridad fronteriza de Yunguyo evaluados por sexo	48
<b>Figura 2.</b>	Gráfico de los intervalos de edad del personal PNP - sección seguridad fronteriza de Yunguyo	47
<b>Figura 3.</b>	Figura Resultados para la Ansiedad como Estado (A/E)	49
<b>Figura 4.</b>	Gráfico del Resultados para la Ansiedad como Rasgo (A/R)	50
<b>Figura 5.</b>	Gráfico para Estilo de afrontamiento enfocado en el problema	50
<b>Figura 6.</b>	Gráfico para el Estilo de afrontamiento enfocados en la emoción	51
<b>Figura 7.</b>	Gráfico para los Otros estilos de afrontamiento	52

## I. INTRODUCCIÓN

Este estudio de investigación se encuentra en el marco del desarrollo del ser humano, en el cual se puso énfasis desde sus propias estructuras internas a modo de sistema inmunológico tienen en sí la capacidad de protegerse de estímulos externos. La llamada enfermedad del siglo XXI en el mundo: estrés y a esta agregamos la ansiedad, que cada día se expande en la población de diferentes edades tal como muchos investigadores han confirmado nuestra afirmación, como bien aporta Rojas (2021) “A nivel mundial el estrés es uno de los principales problemas de salud presentando efectos negativos de tipo físico, psicosomáticos, psicosocial y enfermedades circulatorias”, cuando este trastorno se mantiene por un tiempo largo puede convertirse en una enfermedad crónica difícil de erradicar sin intervención especializada.

Cuando a una enfermedad se asocia otra que puede complicar aún más la salud mental de las personas se hace necesario identificar ambas para intervenir de manera focalizada y amenguar los efectos, para tener mayor certeza esta investigación exploró la presencia de la ansiedad, que por lo general se presenta a la par con el estrés, asimismo se ha encontrado que su presencia no es menos peligrosa que el estrés ni pocos pobladores del mundo la padecen de este modo.

La presente investigación tuvo como objetivo establecer la existencia de relación o no entre los modos del afrontamiento del estrés y la ansiedad. La población materia de estudio fue constituida por sujetos que enfrentan estados de estrés a partir del cumplimiento de sus funciones ya que están permanentemente vigilantes de su entorno debido a que cuidan la tranquilidad y orden público en calidad de miembros de la policía nacional peruana. El uso de metodología científica nos permitió establecer con certeza si estos están o no afectados por el estrés y si éste se presenta asociado con la ansiedad.

El presente trabajo de investigación plantea en su Capítulo I: Una breve introducción sobre el tema dando a conocer alcances generales. En su II Capítulo: Se realiza el planteamiento del problema, fijando el problema general y específicos, así como el objetivo general y objetivos específicos. El III Capítulo: Detalla los antecedentes internacionales y nacionales relacionados con la presente investigación, de igual forma se plantea las bases teóricas. El IV Capítulo: Se define la metodología a emplear y plantea las hipótesis de estudio.

En el Capítulo V: Se dio a conocer los resultados estadísticos sobre la presente investigación e interpretación de la misma. El Capítulo VI: Plasma los análisis de resultados. En el Capítulo VII: Se da a conocer las discusiones de los resultados obtenidos. En Capítulo VIII: Da a conocer las conclusiones obtenidas de la presente investigación, del Capítulo IX: Se puede observar las recomendaciones emanadas por los autores del presente trabajo de investigación. En el Capítulo X: Se estableció las referencias Bibliográficas.

Los autores.

## II. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

### 2.1. Descripción de problema

En la actualidad existe una problemática respecto a los modos de afrontamiento del estrés en el personal policial, asimismo presentan altos índices de ansiedad debido a la vida castrense que estos conllevan, al enfrentarse a los diversos actos delictivos que se dan en una determinada sociedad.

Un investigador define “La actividad laboral ejerce presión sobre la persona generando estrés; en EEUU el estrés ha generado un déficit anual que va de 5,000 a 10,000 millones de dólares”. (Jeffrey, 2019). Como podemos ver los países desarrollados también tienen que afrontar situaciones agudas de estrés que han afectado el sistema financiero incluso donde se supone se encuentran las mejores condiciones para los trabajadores, lo que implica que estas afecciones no solo alteran la salud mental de los países en vías de desarrollo, sino que ataca a todo tipo de población.

Según el estudio de Wang (2021) “Los factores estresantes más comunes para los oficiales de policía militar en China incluyen el alto nivel de responsabilidad, el exceso de trabajo y la falta de apoyo social. Se encontró que el 89,5% de los oficiales de policía militar en China experimentan algún nivel de estrés laboral, y el 21,9% informó niveles altos de estrés laboral. Además, se encontró que la falta de apoyo social es un factor de estrés importante para los oficiales de policía militar en China”. Claramente se puede deducir que la gran mayoría de los oficiales experimentan algún grado de estrés laboral dando cumplimiento a sus funciones, muchos de ellos con un porcentaje significativo reportando niveles altos de estrés debido a la falta de afrontamiento a estas reacciones, de tal manera que es sumamente necesario el apoyo emocional y social en el ámbito en el que laboran, ya que son factores fundamentales para el cumplimiento de sus funciones que estos vienen realizando día a día en resguardo de la sociedad.

Es importante que los agentes de resguardo publico comprendan que el estrés es un problema común en su profesión y que existen muchas formas de manejar y reducir el estrés. Al tomar medidas proactivas y utilizar técnicas efectivas de manejo del estrés, estos sujetos pueden mantener una salud física y emocional óptima, lo que les permitirá realizar su importante labor de manera efectiva.

Por su lado Rojas (2021) aporta que “A nivel mundial el estrés es uno de los principales problemas de salud presentando efectos negativos de tipo físico, psicosomáticos, psicosocial y enfermedades circulatorias”. Esto es todas las afecciones que pueden anular la tranquilidad de los seres humanos en su quehacer diario, impidiendo incluso que el ser felices no esté cerca a cada uno, sino que la vida se torna insoportable e inmanejable.

Asimismo, “En el Perú, el 70% de empleados padecen estrés. Motivos: por trabajo 39%, desempleo 27%, familia 8% y estudio 8%”. (Flores y Granados, 2018), los porcentajes son de temer y debemos advertir que según pasan los años los niveles de estrés irán en crecimiento por lo que se hace de suma urgencia que las investigaciones del mundo prioricen el análisis de los resultado más recientes en torno a la presencia tanto de estrés como de la ansiedad principalmente en quienes ejercen alguna actividad que no se sustrae de sufrir estos trastornos que en muchos casos en los últimos tiempos han conducido a muchas personas al suicidio o mínimamente a sufrir complicaciones en la salud física como consecuencia directa de esta afección.

Syed, et. al., (2020) “La policía se enfrenta a un mayor riesgo de desarrollar problemas de salud mental, sin embargo, se desconocen estimaciones fiables de sus dificultades psicológicas, 272 463 agentes de policía de 24 países involucro a 67 estudios de 24 países el 9,6% trastorno de ansiedad generalizada (IC del 95%: 6,7% a 12,9%), del 8,5% para la ideación suicida (IC del 95%: 6,1% a 11,2%), del 5,0% para la dependencia del alcohol (IC del 95%: 3,5% a 6,7%) y del 25,7% para el consumo peligroso de alcohol”. De lo mencionado se puede deducir que la ansiedad es uno de los

problemas más comunes en muchos miembros de la policía que laboran en las diferentes ciudades del mundo, y puede tener un impacto significativo en su salud mental y física, así como en su capacidad para realizar su trabajo de manera efectiva, los cuales pueden conllevar al sujeto a un excesivo consumo de alcohol y en casos más agravantes, una tendencia al suicidio.

Por su lado, Quispe y Molina (2021) en su investigación sobre Ansiedad Rasgo y Ansiedad Estado en el Personal de la PNP activo durante el Estado de Cuarentena por Covid - 19, Cusco. Mostró resultados donde el 93.3% evidencian altos niveles de ansiedad-estado, el 87.7% presentan altos niveles de ansiedad rasgo.”

La situación real de la zona en la que se desenvuelven el personal policial es crítica debido a la coyuntura que se vive que hace necesario identificar los modos de afrontamiento que cada sujeto maneja y el proceso ansioso que observamos que el personal policial muestra a nivel de manifestaciones fisiológicas muestran mareos que interfieren en sus estados decisivos, presentan respiración dificultosa y en algunos casos disenterías entre otros síntomas visibles; a nivel motor se observa repetición de palabras, comen en exceso, optan por fumar; en el campo cognitivo, se observa que reaccionan agresivamente cuando enfrentan pensamientos negativos respecto a lo que sucederá cuando hagan frente a los poblados que están en paro o ciertos casos particulares al recibir órdenes de su superior para intervenir; respecto a las manifestaciones psicológicas, duermen menos horas, temor por no cumplir con sus funciones, contradicciones personales, lo que genera una crisis interrelacional.

La situación descrita anteriormente amerita ejecutar evaluaciones personalizadas y grupales al personal militar que tengan carácter científico psicológico a fin de amenguar o eliminar definitivamente los efectos colaterales tanto del estrés como de la ansiedad.

## **2.2. Pregunta de investigación general**

¿Qué relación existe entre los modos de afrontamiento del estrés y la ansiedad en personal PNP – Sección Seguridad Fronteriza Yunguyo – Puno - 2022?

## **2.3. Preguntas de investigación específicas**

### **P.E.1:**

¿Qué relación existe entre los modos de afrontamiento del estrés y la dimensión Ansiedad Rasgo en personal PNP – Sección Seguridad Fronteriza Yunguyo – Puno - 2022?

### **P.E.2:**

¿Qué relación existe entre los modos de afrontamiento del estrés y la dimensión Ansiedad Estado en personal PNP – Sección Seguridad Fronteriza – Puno – 2022?

## **2.4. Objetivo general y específicos**

### **2.4.1. Objetivo general**

Determinar la relación que existe entre los modos de afrontamiento del estrés y la ansiedad en personal PNP – Sección Seguridad Fronteriza Yunguyo – Puno - 2022.

### **2.4.2. Objetivos específicos**

#### **O.E.1:**

Identificar la relación que existe entre los modos de afrontamiento del estrés y la dimensión Ansiedad Rasgo en personal PNP – Sección Seguridad Fronteriza Yunguyo – Puno - 2022.

#### **O.E.2:**

Identificar la relación que existe entre los modos de afrontamiento del estrés y la dimensión Ansiedad Estado en personal PNP – Sección Seguridad Fronteriza Yunguyo – Puno - 2022.

## **2.5. Justificación e importancia**

### **2.5.1. Justificación.**

A partir de la perspectiva teórica se pudo encontrar justificación en los usos y planteamientos sistémicos que se constituyen como base científica de las variables, mismo que se exploró para establecer la posible interrelación entre ellas. Para el cual hicimos uso de la teoría de Bertalanffy (1976) quien define el sistema como "conjunto de elementos interactuantes " como "conjunto de elementos que se relacionan entre ellos y con el medio".

Desde la perspectiva práctica, se ejecutó sistemas epistemológicos aprendidos en el transcurso de la realización de la carrera para ratificar información cuyo uso fue útil a la comunidad materia de estudio. Mario (1999) define la epistemología como "la rama de la filosofía que estudia la investigación científica y su producto, el conocimiento científico".

Metodológicamente en el proceso investigativo, se estudió algunas teorías que permitieron comprobar la información de la misma, el cual fue puesto en práctica en el subsistema de comprobación de información adquirida a partir de los datos recolectados en el personal PNP – Sección Seguridad Fronteriza Yunguyo – Puno en el año 2022. En otras palabras, se entiende por metodología según Hernández, et. al., (2003), "el estudio de los modos y maneras de llevar a cabo algo, es decir, el estudio de los métodos".

Se busco establecer la relación entre las variables que afectan a la población estudiada o de manera independiente tienen un impacto en el desenvolvimiento de sus funciones.

De la misma forma, se cumplió con los parámetros normativos que rigen todos los procesos de investigación científica.

Finalmente, con el trabajo de investigación se sistematizó la teoría que sustente éste; a partir de un ordenamiento de ideas se viene procurando poner a disposición los resultados de manera sistemática para que sirva de base a investigadores futuros, tanto en la parte metodológica como en el

manejo teórico de la ciencia psicológica en general y de los contenidos de las variables estudiadas.

### **2.5.2. Importancia**

Tiene carácter importante porque estará a disposición de todo aquel que desee explorar, principalmente a quienes son expertos en salud mental, aspiramos pueda servir como instrumento operativo con sustento teórico para ejecutar las actividades de distinta naturaleza en beneficio del bienestar de quienes requieran ser asistidos.

Los resultados de la investigación pretenden ser de utilidad, de tal manera que sirva para la prevención y diagnóstico a partir de la correlación entre variables y se pueda tomar medidas con certeza y mayor velocidad tanto en acciones de prevención como en los procesos que ya se han evidenciado en los sujetos de estudio.

### **2.6 Alcances y Limitaciones**

La actual investigación correspondió a miembros de la PNP que laboran en la Sección Seguridad Fronteriza Yunguyo – Puno en el año 2022, ya que estos vienen acumulando estrés laboral y a ello se le asocia la ansiedad, debido a la vida castrense que estos llevan y las diferentes situaciones negativas que afrontan en su entorno laboral.

Sobre las limitaciones que se obtuvo para la aplicación de las pruebas, fue que debido a la modalidad que laboran la población materia de estudio, es que no se optó en aplicar los instrumentos de forma presencial, ya que estos vienen trabajando rotativamente en horarios y días durante la semana.

### III. MARCO TEÓRICO

#### 3.1 Antecedentes

##### **Internacionales**

El investigador Graneros (2018), investigó “Estrés en personal policial con turnos rotativos y fijos”. Metodología: tipo de estudio fue básico de diseño comparativo correlacional. Resultado inferencial: Los policías de turno estaban más estresados que los trabajadores de turno regulares ( $t = 4,22$   $p\text{-valor} = 0,000 < 0,01$ ) y, en lo que respecta a la carga de trabajo, aquellos con mayor carga de trabajo ( $t = 4,96$   $p\text{-valor} 0,000 < ,000 < ,01$ ).  $000 < .01$ ), se encontró una correlación positiva, alta y significativa entre estrés laboral y años de servicio ( $Rho = .743$   $p\text{-valor} .000 < .01$ ). Concluyó: a mayor tiempo de servicio, mayor estrés.

Según Montoya, et. al., (2021) en su investigación “Estrés laboral y agotamiento emocional en policías colombianos”. Metodología: no experimental, de diseño transversal. Resultados inferenciales: La prevalencia del estrés laboral en los policías colombianos se encontró en un rango del 33% al 79%, mientras que la prevalencia del agotamiento emocional se encontró en un rango del 15% al 62%. existiendo una relación significativa entre el estrés y el agotamiento emocional en los policías. Concluyendo: El estrés asociado con el agotamiento emocional en personal policial, puede tener consecuencias negativas en la salud física y mental de estos, incluyendo el desarrollo de trastornos como depresión, ansiedad y estrés postraumático.

Los investigadores Lázaro-Pérez, et. al., (2020), estudiaron “Pandemia de COVID-19 y ansiedad por muerte en las fuerzas de seguridad en España”. Realizaron un estudio para comprender la ansiedad ante la muerte en miembros de las fuerzas de seguridad nacional y personal institucional, así como las fuerzas armadas en España en relación con la pandemia. Desde un punto de vista cuantitativo, se utilizaron las sub-escalas del Maslach Burnout Inventory (MBI). Los autores desarrollaron un cuestionario a partir de la Escala de ansiedad ante la muerte de Collet-Lester. Los resultados

mostraron que el nivel general de ansiedad fue de 69,2%, el nivel de miedo a la muerte de los demás fue mayor en 82,1% y el nivel de miedo al proceso de muerte de los demás fue de 78,2%. Estos datos apuntan a la necesidad de formación e intervenciones relacionadas con las necesidades emocionales y psicológicas del personal militar y de seguridad nacional relacionadas con el Covid-19.

Por su lado Aldaz (2018) en su investigación “Niveles de ansiedad y depresión en los miembros de la Comandancia General de la Fuerza Aérea Ecuatoriana en el periodo enero-abril del 2018”. Tipo de Método: Científico. RESULTADOS: Los niveles informados de ansiedad y depresión indicaron que ocho de cada diez soldados tenían niveles bajos de ansiedad. Se concluyó que los niveles de ansiedad y depresión en esta población no fueron clínicamente significativos debido a los factores protectores que tenían los miembros del equipo en el desarrollo de su trabajo. Conclusión: Los efectos del nivel de ansiedad se distribuyeron por rango militar. Los datos mostraron entre los militares, el 71,4% de las personas reportaron niveles bajos de ansiedad, y más de la mitad de ellos eran militares, lo que corresponde al 84,3%.

Los investigadores Machacado y Sanchez (2020) investigaron “Inteligencia Emocional y Ansiedad en Aspirantes a Policías. Escuela de Formación de Policías. Grupo de Operaciones Especiales. Guano-Ecuador”, tuvo como objetivo Analizar las Dimensiones de la Inteligencia Emocional y nivel de Ansiedad que presentan los aspirantes a servidores técnicos operativos del Centro de Formación Profesional GOE-Guano. La población se obtuvo con la fórmula de población finita y se encontraron 33 candidatos a policías utilizando la Escala de Ansiedad de Hamilton de Inteligencia Emocional y Ansiedad. Métodos de diseño cuantitativo, bibliográfico, transversal, no experimental y niveles descriptivos. Las técnicas utilizadas son la recolección de datos, la revisión de documentos, y la observación, y como herramienta se utilizó la Escala Trait Meta-Mood Scale (MMS24). Los resultados muestran que el 48,7% muestra adecuada atención emocional, el 55,3% muestra adecuada claridad emocional y el 51,3% muestra

adecuada sanación emocional. En cuanto a la ansiedad, mientras que el 56,6% de la población no tiene ningún tipo de ansiedad, el 42,1% de los candidatos a policía tiene ansiedad baja y el 1,3% tiene ansiedad alta.

### **Nacionales**

También Rafael y Castañeda (2021) investigaron “Calidad de vida y afrontamiento al estrés en efectivos policiales durante la pandemia COVID-19-Huancayo 2021”. Metodología: cuantitativa, no experimental, transversal, prospectiva y correlacional. Resultado inferencial: La calidad de vida entre los agentes de policía era en su mayoría moderada (74,2 %), y se encontró que el afrontamiento orientado a los problemas era dominante (90,3 %). Además, también se encontró que la calidad de vida estaba asociada con los estilos de manejo del estrés (0.009). Concluyó que la calidad de vida mejoraba o disminuía cuando se utilizaban ciertos métodos para afrontar situaciones estresantes.

El investigador Rojas (2021) en su estudio “Estrés laboral y estilos de afrontamiento en policías de la Dirección Contra Trata de Personas de Lima”. Metodología: enfoque cuantitativo, de tipo aplicada, emplea el método descriptivo correlacional y un diseño no experimental – transversal, los instrumentos fueron: el Cuestionario de Estrés Laboral OIT–OMS y el Cuestionario de Modos de Afrontamiento de Estrés - Forma disposicional. Resultados inferenciales: no existe relación significativa entre las variables de estudio estrés laboral y estilos de afrontamiento. Conclusión: No hubo correlación entre el estrés laboral policial y los estilos de afrontamiento. Mostró menor estrés laboral (91%). Asimismo, en cuanto a los estilos de afrontamiento, utilizaron mayoritariamente estrategias de reinterpretación positiva (83%), caracterizadas por estilos de afrontamiento centrados en la emoción y estrategias de búsqueda de apoyo social (73%).

Para Bazán y Cerna (2019) en su investigación “Estrés laboral y estilos de afrontamiento en policías de la comisaría central de la ciudad de Cajamarca”. Metodología: Diseño no experimental, descriptivo relacional utilizando los siguientes instrumentos: Encuesta de Estrés Ocupacional

(OIT-OMS) y Encuesta de Estilo de Afrontamiento al Estrés COPE (Carver). Hallazgos: Los factores estresantes representaron el 67 % de la estructura organizacional de nivel superior, el apoyo del grupo el 60 %, la influencia del liderazgo el 59 % y el apoyo del equipo el 60 %, siendo el resto el nivel más bajo de estrés. Concluyó: presentan un nivel alto de estrés, el 76% de los policías de la comisaría central de la ciudad de Cajamarca, presentan un nivel medio de estilos de afrontamiento enfocados en el problema.

Asimismo, Nicolás (2022) estudio “Nivel de ansiedad en la Policía Nacional del Perú, durante la pandemia COVID-19, en la Sanidad PNP de Huánuco-2020”. Metodología: tipo de investigación se Aplicada, siendo de método descriptivo con un enfoque cuantitativo. Resultado inferencial: prevalece un 51% es el nivel de Ansiedad mínima en los agentes policiales, seguido del 26% de agentes policiales no presentan síntomas de ansiedad; 16% de los agentes policías tienen un nivel de ansiedad leve y un 7% de la población presentó niveles moderados y grave. Concluyó: existe correlación entre las variables de estudio.

Los investigadores Esteves, et. al., (2021) en su investigación “Ansiedad y Estrés en Efectivos Policiales durante la Emergencia Sanitaria Covid19, Cuzco 2020”. Metodología El tipo de estudio fue básicamente de nivel descriptivo con diseño transversal, no experimental y relacional. Resultados extrapolados: correlación obtenida  $r = 0,352$ \*p-valor  $0,012 < 0,05$ , lo que indica una correlación positiva media significativa entre la ansiedad general policial y el estrés percibido durante la emergencia sanitaria por Covid-19 en Cusco 2020. Concluyó: existencia de relación positiva media significativa entre la ansiedad general y el estrés general percibido.

Por su lado, Quispe y Molina (2021) investigaron: “Ansiedad Rasgo y Ansiedad Estado en el Personal de la PNP activo durante el Estado de Cuarentena por Covid - 19, Cusco – 2020”. Metodología: descriptivo – correlacional. Resultados inferenciales: El 93,3% de los policías mostró un estado de alerta alto en ansiedad rasgo durante la cuarentena provocada

por el coronavirus, teniendo la policía de Cusco una mayor proporción, el 87,7% con un nivel de alerta alto, seguido de un nivel moderado de 12,3%. No se puede encontrar un nivel de datos moderado. Se concluyó que existe una correlación significativa entre el nivel de ansiedad rasgo y el nivel de ansiedad estado.

## **Local**

Los investigadores Ayllón y Quispe (2020), trabajaron “Ansiedad y resiliencia en el personal policial del departamento de investigación criminal durante la pandemia por el COVID 19, Puno – 2020”. Método: El tipo de estudio fue un diseño básico, descriptivo, no experimental, de corte transversal. Los siguientes hallazgos: hubo una correlación negativa moderada entre la ansiedad y la persistencia en 0,550\*\*; además, el 36,5% de los encuestados reportaron ansiedad moderada, el 42,3% de los encuestados reportaron resiliencia moderada. Se Concluyó que existía una correlación entre las variables de estudio.

## **3.2 Bases Teóricas**

### **3.2.1 Variable Modo del afrontamiento del estrés.**

#### **3.2.1.1 Definición de Modo del afrontamiento del estrés.**

El afrontamiento al estrés, según Romero y Verde (2021) definen: “cuando enfrentan un problema difícil de asumir y produce una reacción interna que ayuda hacerle frente”. Enfrentar estados de estrés implica confrontar un aspecto problemático interno que puede tener grados de dificultad para lo que hay que entender cómo se presenta de tal modo que la reacción sea por efectos naturales o por haber conocido la forma en que debemos enfrentarlo.

Para Lazarus (1991) es “el proceso por el que una persona se esfuerza cognitiva y conductualmente para enfrentar una situación estresante”, al hacer frente un estresor entran en juego los procesos de cognición, así

como la manifestación de la conducta de tal manera que la situación que se vive puede ser suprimida o disminuida mínimamente.

Para los autores Wrosch y Scheier (2003), “el afrontamiento es un constructo multidimensional que debe ser evaluado del mismo modo, permitiendo medir las formas en que las personas responden al estrés”, la forma como se enfrenta el estrés está vinculado a una multiplicidad de factores internos y para hacerle frente la evaluación debe tener la misma característica, esto es poniendo en práctica la multidimensional.

Lazarus (2000) manifiesta que “afrontamiento al estrés es la forma en que los sujetos superan situaciones vitales difíciles”, ciertamente hacer frente a esta dolencia humana conduce a un proceso de agotamiento del mismo minimizándolo o desapareciéndolo por completo, hecho que alivia el sistema de vida de las personas.

El aporte de Lazarus y Folkman (1986): “estrategias condicionadas por salud, creencias, motivación, habilidades sociales, capacidad para la resolución de conflictos, condiciones manifiestas al momento de hacer frente a los estresores”. Pese a ser más generalizada la percepción sobre cómo se hace frente al estrés creemos que no se aleja de las concepciones que nos interesa tener en cuenta para sustentar el presente trabajo, las diferentes formas tienen un condicionante que hace que las vea de diferente forma por tanto ello implica hacer uso de diferentes maneras de solucionar la presencia de esta dolencia.

### **3.2.1.2 Teorías de Modo de afrontamiento del estrés.**

Los científicos Lazarus y Folkman (1986) establecen dos teorías:

- a) **El afrontamiento centrado en el problema.** se tiene que resolver el problema, para proporcionar nuevos recursos que minimicen las consecuencias negativas del estrés. Esta forma tiene un punto de partida que es la tenencia e identificación de un problema interno que está generando procesos de estrés de tal manera que Esta puede

determinarse que la forma de afrontar debe partir por la búsqueda de la solución del problema para minimizar los efectos del mismo.

Afrontamiento activo: acciones que se realizan para cambiar el contexto y minimizar los efectos negativos. Esta forma de afrontamiento hace referencia a determinar qué factores externos son los que están haciendo efecto generando estrés, una vez percibidos puede procesarlos y disminuir sus efectos.

Afrontamiento demorado: tenido en cuenta a modo de respuesta esencial y útil, que evalúa la manera adecuada de actuar.

**b) Afrontamiento centrado en la emoción.** Consiste en “evitar las situaciones estresantes, resinificando los sucesos angustiosos”. Una forma que parte del como el sujeto está experimentando los estímulos estresores y que de acuerdo a su sentir puede direccionarlos previamente dándole una significación adecuada.

En ese sentido Lazarus y Folkman (1986) consideran 3 etapas de acontecimientos:

**Período de anticipación.** El evento estresante no ocurrió; cuando ocurra, se dará una evaluación cognitiva anticipada, y la persona valora pudiendo manejarla”. Pese a su no presencia directa el sujeto puede tener señales que indican la posibilidad de la presencia del estrés por tanto puede optar por actuar de modo preventivo permitiéndole manejar el estímulo estresante.

**Período de impacto.** La persona observa la diferencia entre lo real y lo que imaginó. Frente a la presencia del estímulo estresor y el sujeto pueda estar en la capacidad de evaluar si éste midiendo su impacto que sería de utilidad puesto que su evaluación nos pondría la posibilidad de utilizar un modo de hacerle frente muchos más efectivo.

**Periodo de post-impacto.** Pasado el evento estresante, ocurren nuevos procesos anticipatorios que tiene un conjunto de procesos de

evaluación direccionados al antes, durante y después. La presencia del estrés tiene su tiempo de generar efecto en quien lo está viviendo, sin embargo, una vez que se haya producido con determinados efectos ser de utilidad después del impacto tener idea de cómo conducirlos en la siguiente manifestación a efectos de ejercer mejor control.

Auto observarse con positividad es un recurso psicológico de afrontamiento y control interno. Modo eficaz de hacer frente a los estados de estrés, siempre que el sujeto tenga la condición activada para mirarse a sí mismo y reconocer el evento para pensarlo de modo positivo y hacerle frente y lograr ejercer control interior.

Por otro lado, Di-Colloredo, et al., (2007) afirman: “considerar las posesiones económicas y materiales para generar un estilo de afronté”. Podría el sujeto con condiciones materiales establecer mecanismos a partir de ello para afrontar el estrés de un modo diferente puesto que dependería del manejo de aquellas condiciones.

Así mismo Di-Colloredo, et al. (2007) aportan: “las cualidades y recursos psicológicos relacionados con los valores que prohíben ciertas maneras de actuar y de sentir juegan un papel importante al emplear estrategias de afrontamiento”. Estas condiciones se acercan a las percepciones religiosas sin descartar otras manifestaciones valorativas de la formación integral del sujeto que se impone prohibiciones desde su percepción limitante o no de la vida haciendo que le sirvan como una manera de afrontar el estrés.

### **3.2.1.3 Dimensiones de Modo de afrontamiento del Estrés.**

De acuerdo a los autores Krzemien y Urquijo (2009):

#### **a) Estilo de afrontamiento enfocado en el problema.**

Los autores Krzemien y Urquijo (2009) señalan que, “comprende actividades directamente dirigidas a la modificación del impacto del estresor; supone la creencia de que el estresor puede ser controlado”.

Esta forma de afronté a la presencia del estrés abarca la ejecución de hechos que están direccionados a modificarlos de otras formas de tal manera que el estímulo estresor varié su impacto.

#### **b) Estilo de afrontamiento enfocados en la emoción.**

Según Krzemien y Urquijo (2009), “consiste en el intento de disminuir las emociones negativas suscitadas por un estresor”, los estímulos estresores pueden ser minimizados en su impacto si el sujeto tiende a erradicar toda emoción o en parte que le sea negativa que hayan partido de un estresor.

#### **c) Otros estilos de afrontamiento.**

Krzemien y Urquijo (2009), definen, “son conductas de evitación o un descompromiso con la situación problemática, a través de la expresión del estado emocional, pensamientos desiderativos o negadores de la realidad.”. se evidencian cuando se producen un hecho que conlleva a evitar una situación considerada problema sobre la cual se puede ejercer actos evitativos que la pueden negar o sustraerse de los mismo por medio de la conducción adecuada de los estados emotivos del sujeto.

### **3.2.2. Variable Ansiedad**

#### **3.2.2.1 Definición de Ansiedad.**

El científico Catell (2017) aporta: “todos pasan por estados de ansiedad, en niveles altos o bajos”. Ciertamente se comprende que los niveles indican posibilidades de presencia de la ansiedad de modos diferentes de tal manera que puede identificarse para su tratamiento pertinente.

Por su lado, Oliver (2015), “ansiedad una emoción desagradable, donde interactúan tres aspectos fundamentales: la experiencia, la conducta y lo fisiológico”. El proceso ansioso puede generar comportamientos diferenciados debido a la característica no agradable de la presencia de la ansiedad que tiene como consecuencia reacciones de diversa intensidad.

Para Freud (1917), aporta: “Llamó ansiedad neurótica si esta provenía de las amenazas impuestas por el impulso interno”, este tipo de ansiedad perturba la tranquilidad del sujeto por la velocidad con la que se presenta la ansiedad.

El investigador Rojas (2014). Define: “La ansiedad es una vivencia de temor ante algo difuso, vago, inconcreto, indefinido, va acompañada de reacciones adrenérgicas entre otros signos y síntomas que obstruyen el organismo”. Los procesos ansiosos tienen cada uno en sus formas manifestaciones evidentes que permite determinarlos siendo que sus caracteres son identificables porque lo primero que se evidencia es el impedimento de tranquilidad del organismo.

### **3.2.2.2 Teorías de Ansiedad.**

#### **Modelo de evolución cognitiva propuesta por Lazarus y Folkman.**

Según Lazarus (1991), afirmó que “el proceso cognitivo se produce cuando una persona toma en cuenta dos factores principales que influyen mayormente en su respuesta al estrés. Estos dos factores abarcan: La tendencia amenazadora del estrés en el individuo, y La evaluación de los recursos necesarios para minimizar, tolerar o eliminar los factores de estrés y el estrés que ellos producen. Esto se divide en dos tipos o etapas: la evaluación primaria y la secundaria”. Las operaciones mentales que procesan información es uno de los elementos esenciales que determinan la respuesta al estrés, desde la perspectiva de la amenaza que el estímulo estresor, luego se puede proceder a evaluar y utilizar los recursos necesarios que el sujeto tenga para efectos que pueda aminorar los efectos de los estímulos estrés que siempre es el predecesor de la ansiedad.

#### **Teoría Psicodinámica**

“El creador es Freud, en el cual menciona que la angustia es más un proceso biológico, insatisfecho, respuesta del organismo ante la sobreexcitación derivada del impulso sexual para posteriormente llegar a otra interpretación en donde la angustia sería la señal peligrosa en

situaciones de alarma. La angustia procede de la lucha del individuo entre el rigor del súper yo y de los instintos prohibidos, donde los estímulos instintivos inaceptables para el sujeto desencadenarían un estado de ansiedad” (Toledo, 2018). Los procesos angustiantes inician por el sistema fisiológico, vinculado a la lívido convirtiéndose de esta manera en un indicio para mantenerse alerta. Por otro lado, el proceso ansioso se produce por una doble percepción que tiene el individuo de súper yo y aspectos prohibidos conducentes a este estado.

### **Teoría Conductista**

“Se basa en conductas aprendidas”; la ansiedad es el resultado de un proceso condicionado de modo que los sujetos que la padecen han aprendido erróneamente a asociar estímulos en un principio neutros, con acontecimientos vividos como traumáticos y por tanto amenazantes, de manera que cada vez que se produce contacto con dichos estímulos se desencadena la angustia asociada a la amenaza” (Toledo, 2018). El conductismo tiene su base en los procesos de aprendizaje que el sujeto tiene durante su vida en razón de ellos el proceso ansioso puede manifestarse asociando estímulos que podrían ser equivocados con naturaleza de neutralidad que luego los vincula a hechos traumáticos vivenciados por el sujeto y que luego se constituyen en amenazantes y cuando entre en contacto con los estímulo se produce eventos cargados de angustia que inician el proceso ansioso.

### **Síntomas:**

Se tomó el siguiente aporte dado por Hernandez, et. al., (1994), “Los individuos con ansiedad estado ante los exámenes perciben diferentes manifestaciones emocionales, fisiológicas, motoras y psicológicas que dificultan la concentración en la tarea”. Lo que nos da la idea que los síntomas que conducen a procesos ansiosos esta presentes a causa de un estímulo que mueve desde los aspectos emocionales hasta las funciones biológicas que interfieren en la asimilación de hecho. En el que están comprometidos los sujetos de manera momentánea.

A continuación, serán explicadas:

**Manifestaciones fisiológicas:** “ experimentan síntomas como problemas para respirar bien, ritmo cardíaco rápido, sudoración fría o caliente, sensación de deshidratación en la boca, mareos, desequilibrio, náuseas, disenterías, sofocaciones, estremecimientos, micción continua y la impresión de tener como un nudo en la garganta” en tanto que para un terapeuta significaran señales muy evidentes esta afecciones en el sujeto podrían ser poco perceptibles para sí mismos de la experiencia que está pasando, que suelen ser determinantes en el proceso de identificación de cuadro ansioso a efectos de ser tratado de modo eficiente.

**Manifestaciones motoras:** “Son perturbaciones en la conducta motora verbal; es decir, voz temblorosa, repetición de palabras o frases, balbuceo, espasmofemia, quedarse sin responder, tics, temblores, morderse las uñas, fumar, comer o beber demasiado, movimientos involuntarios de las extremidades, llorar o ponerse de mal humor sin motivos, permanecer inmovilizado” la situación de funcionamiento motor se ve afectado visiblemente y su característica principal es que se manifiestan de modo no voluntario especialmente en las extremidades, sin embargo en alguno sujetos podrían ser mucho más complejos en el sentido que mezclan estados emocionales inmotivados que van desde el llanto hasta la posible inmovilidad corporal.

**Manifestaciones cognitivas:** “Se representa como una preocupación excesiva manifestada por pensamientos e imágenes negativas respecto al contexto; distingue las situaciones que cree amenazantes como algo que se escapa de sus manos y no lo puede controlar; percibe a los estímulos evaluativos como una amenaza, cree que el resultado va a ser negativo; ejecuta respuestas de evitación; preocupación desproporcionada e irracional sobre su sintomatología física; temor; terror, problema para decidir, pensamientos de negatividad sobre sí mismo; miedo a que noten los conflictos; dificultades para razonar, aprender o concentrarse” este tipo de reacciones pueden tener mayor complejidad el sujeto puede estar

experimentado situaciones de carácter negativo frente o respecto al contexto en el que se encuentra, prevé la imposibilidad de control sobre aquellas situaciones así percibidas tornándose en elementos amenazantes y que pronostica resultantes dañinos para su persona, por lo que ensaya responder de manera evasiva o negando las posibilidades de su afrontamiento, a este nivel se presentan algunas posibilidades que tener una percepción excesivamente grande del fenómeno vivido lo que le genera una respuesta de tener frente a los terceros y su posible notoriedad de aquellos.

**Manifestaciones psicológicas:** “problemas de concentración y de pensamiento, desorganización, descontrol de las preocupaciones, desvelos por ideas inapropiadas, pensamientos de negatividad relacionados con el rendimiento deficiente, pensamientos negativos sobre sí mismo por no lograr las expectativas de los demás” estos estados en el sujeto puede ser muy desorganizados en el sentido que altera varios procesos internos como el concentrarse en algo, su pensar no está en condiciones normales, muestra extrema preocupación por no poder ejercer control sobre aquellos, manifiesta falta de sueño por el predominio de ideas incorrectas y se preocupa por no estar haciendo bien las cosas como lo quiere hacer y este mismo fenómeno se duplica en preocupación porque también está pendiente de saber que lo que haga satisfaga a los terceros.

### **3.2.3 Dimensiones de Ansiedad**

#### **3.2.3.1 Ansiedad rasgo y ansiedad estado**

Para la RAE (2019), “la ansiedad es un estado de inquietud de ánimo y de agitación, que podría estar asociada a varias enfermedades”

Desde el origen de la palabra se tiene que los estados ansiosos modifican circunstancialmente el estado del sujeto generando alerta y esta manifestación estaría vinculada a algunas enfermedades.

Según un investigador “es un estado ansioso caracterizado por sentimientos subjetivos como la percepción consciente de tensión y una

elevada actividad del sistema nervioso autónomo: ansiedad – estado. A la tendencia relativamente estable a presentar ansiedad, se le conoce como: ansiedad – rasgo” (Spielberger C. , 2007).

El investigador Spielberger (2007), establece la diferencia entre ambas formas de ansiedad:

**Ansiedad estado:** “situación transitoria y aguda inducida por el sujeto, caracterizado por sentimientos de nerviosismo y temor anímicos conscientemente percibidos, y por un acrecimiento del dinamismo del sistema nervioso autónomo”. Esta sección de la taxonomía tiene un carácter circunstancial de la situación que a la vez tienen un nivel de profundidad que fuera provocada vi inducción por el propio sujeto que va acompañada de nerviosismo y miedo del ánimo y que principalmente parte de una percepción consciente en el que interviene el sistema nervioso autónomo. Otra característica que acompaña este tipo de ansiedad es que la intensidad varía y oscila en el tiempo.

**Ansiedad rasgo:** “hace referencia en cómo responden las personas a determinadas situaciones que son percibidas como amenazantes”. Esta modalidad es una respuesta de los sujetos frente al circunstancias que han sido vistas como elemento de amenaza frente a la cual evidencia la capacidad que tiene cada persona de su proceso ansioso alto siendo que se caracteriza por que se prolonga en el tiempo.

El investigador Spielberger et al., (1988) define “ansiedad-estado es una etapa emocional transitoria; características: sentimientos intrínsecos percibidos de manera consciente de tensión, aprensión, desasosiego, aceleración del sistema nervioso autónomo”. En esta separación conceptual la principal característica es la transitoriedad temporal en torno a su estado emocional del sujeto donde hay una diversidad de emociones de manera conjunta o separada pero que además suelen ser percibidas con claridad por el propio sujeto o por lo menos los puede describir con claridad y precisión puesto que son manifestaciones internas que provocan

estados emocionales molestos y que interfieren en el día a día causando molestias al sujeto.

También Spielberger et al., (1988) indica que “ansiedad-rasgo marca una propensión ansiosa que es estable y duradera”, este segundo nivel si se quiere de la ansiedad tiene un carácter especial que es la permanencia y es duradero en el tiempo, cualquier tipo de intervención al respecto generan en el sujeto una percepción amenazante y por esa razón las evita, este estatus acrecienta permanentemente los estados ansiosos.

### **3.3 Marco conceptual**

**Afrontamiento.** Según Cassaretto (2003) menciona “esfuerzos cognitivos y conductuales orientados a manejar determina situación estresante”, el hacer frente a diferentes situaciones emocionales que pretenden hacer frente a contextos internos y externos vía procesos cognitivos que evidencian alguna conducta en el sujeto.

**Estrés.** Oblitas (2003) define “situaciones psicosociales, demandas del medio ambiente que consideradas como excesivas e inusuales” es consecuencia de acciones psicológicas y sociales, consecuencia de la continua exigencia del contexto en la satisfacción de necesidades vitales o no.

**Afrontamiento del Estrés.** “Los individuos que sufren estrés, por su propia naturaleza racional tienen consigo habilidades que les permiten auto protegerse de circunstancias estresantes, esta característica que permite hacer frente a las variadas situaciones estresantes tiene un carácter de estabilidad y de continuidad en el tiempo” (Carver. et, al., 1994).

**Ansiedad.** Spielberger (2007) alega “reacción emocional desagradable.” respuesta emotiva con carácter no agradable que surge como consecuencia de una afección anterior.

**Ansiedad rasgo.** De acuerdo a Spielberger (2007) define “tendencia a percibir las situaciones como amenazantes; se considera un rasgo de personalidad”, en este tipo de manifestación ansiosa la afección en el sujeto tiene un carácter que está vinculado a las manifestaciones

caracterológicas de la personalidad y que resulta de situación que se manifiesta como amenaza inminente.

**Ansiedad-estado.** Según Spielberger (2002) indica que la “percepción de temor y tensión ante una situación determinada, transitoria que varía en intensidad en el tiempo”, una forma de ansiedad que se manifiesta como un hecho percibido cuya característica es el temor ante hechos de forma transitoria cuyo nivel de afección puede ser variado y fluctuante temporalmente.

## IV. METODOLÓGICA

### 4.1. Tipo de investigación.

La investigación fue de tipo básico descriptivo, “Se Buscó especificar propiedades, características y rasgos importantes de cualquier fenómeno que analice. Describe tendencias de un grupo o población” (Hernández, et. al., 2003).

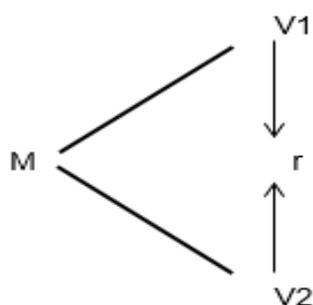
Deviene del enfoque cuantitativo, debido a que “el conocimiento fue obtenido por medio de la medición numérica y análisis estadístico inferencial y se prueban hipótesis anteriormente formuladas” (Hernández, et. al., 2003).

El método que se utilizó se dio en base a una investigación descriptiva y de correlación, ya que “la investigación descriptiva analiza de qué se trata y la manifestación de la anomalía estudiada y sus mecanismos.” (Hernández, et. al., 2003).

La naturaleza de este trabajo científico implicó el primer nivel de la taxonomía universal, tras la cual se puede realizar en base a ella investigaciones más complejas.

### 4.2. Diseño de Investigación

La investigación fue no experimental, transversal, diseño relacional, (Hernández et. al.,2003) esta forma de investigar se avocó a “evaluar (en un contexto en particular). El estudio cuantitativo correlacional mide el vínculo científico entre variables”, hacemos hincapié que esta forma investigativa se ciñe a establecer estrictamente la existencia o no de correlación entre sus variables que van de dos a más, esta vinculación o no tiene obviamente un carácter científico por lo que los resultados vinculantes o no, es decir, también por separado pueden ser utilizados en futuras investigaciones. Diseño que se representa en el siguiente esquema:



Donde:

M : Muestra.

V1: Modos de afrontamiento del estrés.

V2: Ansiedad.

R : Coeficiente de correlación entre V1 y V2.

### **4.3. Hipótesis general y específicas**

#### **4.3.1. Hipótesis general**

Existe relación entre los modos de afrontamiento del estrés y la ansiedad en personal PNP – Sección Seguridad Fronteriza Yunguyo – Puno - 2022.

#### **4.3.2. Hipótesis específicas**

Existe relación entre los modos de afrontamiento del estrés y la dimensión Ansiedad Rasgo en personal PNP – Sección Seguridad Fronteriza Yunguyo – Puno - 2022.

Existe relación entre los modos de afrontamiento del estrés y la dimensión Ansiedad Estado en personal PNP – Sección Seguridad Fronteriza Yunguyo – Puno - 2022.

### **4.4. Variables**

Modos de afrontamiento del estrés

#### **Definición conceptual:**

Según Carver, et. al., (1994) "Habilidades que permiten auto protegerse de circunstancias estresantes, tiene un carácter de estabilidad y de

continuidad, por un lado, y por otro, su manejo depende exclusivamente de cada persona”.

**Definición operacional:**

“Consiste en el uso de estrategias que cada sujeto porta dentro de sí mismo con las que enfrenta diferentes situaciones de estrés, y muestra su capacidad de control del estresor” (Carver, et. al., 1994).

Ansiedad

**Definición conceptual.**

Spielberger (2002), define “la ansiedad como un mecanismo humano de adaptación al medio y ayuda. En este sentido podemos considerar a la ansiedad como una defensa organizada frente a estímulos que rompen el equilibrio fisiológico y psicológico”

**Definición operacional.**

Spielberger (2002), “comprende la ansiedad por escalas separadas de autoevaluación: ansiedad estado y ansiedad rasgo. La puntuación varía desde un mínimo de 20 hasta un máximo de 80”.

#### 4.5. Operacionalización de variables

**Tabla 1**

*Operacionalización de la variable ansiedad.*

VARIABLE	DIMENSIONES	INDICADORES	ITEMS	ESCALA DE VALORES	NIVELES Y RANGO	Tipo de variable estadística
<b>Ansiedad</b>	<b>D.1:</b> Ansiedad estado	- Serenidad - Seguridad - Angustia - Nerviosismo - Preocupación	1-20	Nada: 1 Algo: 2 Bastante: 3 Mucho: 4	Alto: > 45 Medio: 30-44 Bajo: < 30	Cuantitativa
	<b>D.2:</b> Ansiedad rasgo	- Cansancio - Llanto - Confianza - Satisfacción - Estabilidad - Alegría	21-40	Casi nunca: 1 A veces: 2 A menudo: 3 Casi siempre: 4	Alto: > 45 Medio: 30-44 Bajo: < 30	

**Tabla 2**

*Operacionalización de la variable modos de afrontamiento del estrés.*

VARIABLE	DIMENSIONES	INDICADORES	ITEMS	ESCALA DE MEDICIÓN	NIVELES Y RANGO	Tipo de variable estadística
<b>Modos de afrontamiento del estrés</b>	<b>D.1:</b>  Estilo de afrontamiento enfocado en el problema	- Afrontamiento activo	1, 14, 27,40	Nunca (1) A veces (2) Generalmente (3) Siempre (4)	El puntaje se multiplica por 0.25:  25 = pocas veces enfrenta el estrés  50-75 = depende de las circunstancias para enfrentar el estrés.  100 = forma frecuente de afrontar el estrés.	Cuantitativa
		- Planificación	2, 15, 28,41			
		- Supresión de otras actividades	3, 16, 29, 42			
		- Postergación de	4, 17, 30, 43			
		- Búsqueda de apoyo social	5, 18, 31, 44			
	<b>D.2:</b>  Estilo de afrontamiento enfocados en la emoción	- Búsqueda de soporte emocional.	6, 19, 32, 45			
		- Reinterpretación positiva y desarrollo personal	7, 20, 33, 46			
		- Aceptación	8, 21, 34, 47			
		- Acudir a la religión	9, 22, 35, 48			
		- Análisis de las emociones	10, 23, 36, 49			
<b>D.3:</b>  Otros estilos de afrontamiento	- Negación	11, 24, 37, 50				
	- Conductas inadecuadas	12, 25, 38, 51				
	- Distracción	13, 26, 39, 52				

## **4.6. Población – Muestra**

### **4.6.1. Población.**

Los investigadores Hernández et. al., (2014), conceptúan: “constituye la totalidad de las unidades de investigación cuyas características se estiman coincidentes o similares”. Para esta investigación consideramos 158 sujetos de la PNP – Sección Seguridad Fronteriza Yunguyo – Puno.

### **4.6.2. Muestra**

La muestra es de tipo censal, estuvo conformada por 158 sujetos de la PNP – Sección Seguridad Fronteriza Yunguyo – Puno. (Hernández et. al., 2014) “todos los individuos participaron con la misma probabilidad de ser estudiados” frente a otras formas de determinación de la muestra esta es una de las utilizadas y válidas en un alto número de investigaciones en el mundo.

Criterios de inclusión: Miembros de la PNP– Sección Seguridad Fronteriza Yunguyo – Puno, decididos a ser parte trabajo investigativo.

Criterios de exclusión: Miembros de la PNP– Sección Seguridad Fronteriza Yunguyo – Puno, que no deseen ser parte del trabajo investigativo.

El muestreo es no probabilístico por conveniencia “las muestras no son representativas por el tipo de selección, son informales o arbitrarias y se basan en supuestos generales sobre la distribución de las variables en la población” (Pimienta Lastra, 2000). Siendo la muestra igual a la población que está conformada por por 158 personal PNP – Sección Seguridad Fronteriza Yunguyo – Puno. Según el autor Arias (2006) define muestreo como “un proceso en el que se conoce la probabilidad que tiene cada elemento de integrar la muestra”.

## **4.7. Técnicas e Instrumentos de recolección de información**

### **4.7.1. Técnica**

De acuerdo a (Hernández. el. al.,2018), se utilizó “la encuesta como técnica cuantitativa para recolectar datos de las unidades de investigación cuya finalidad fue servir de base para la sistematización de los resultados” para lo cual se requirió utilizar formas prácticas y valederas que permitieron recoger la información de la realidad a efectos de contar con datos científicamente válidos.

### **4.7.2. Instrumento.**

El presente estudio se utilizó para recolectar datos los siguientes instrumentos validados:

#### **Ficha técnica: Cuestionario: Modos de Afrontamiento del Estrés.**

Nombre : Cuestionario de Modos de Afrontamiento del Estrés.

Autores : Carver, Scheier y Weintraub.

Procedencia : EE.UU.

Adaptación en Perú : Casuso (1996)

Aplicación : Personal y grupal.

Ámbito de aplicación : personas 16 años o más.

Duración : 10' – 15'.

Finalidad : identificar maneras de hacer frente al estrés.

Material : manual-protocolo.

Validez y confiabilidad : Salazar y Sánchez (1992) Hicieron la validación en el Perú vía método Juicio de expertos, con el aporte de psicólogos con habla inglesa.

Validez de contenido: Se determina antes de la aplicación del Instrumento mediante el Juicio de expertos.

Confiabilidad: por el método de consistencia interna (Alfa de Cronbach = 0.78).

**CALIFICACION:** Para la calificación se suman los puntajes obtenidos en cada una de las 13 áreas.

Al puntaje obtenido multiplíquelo por la constante 0.25.

Posteriormente ubique el puntaje hallado en el Perfil considerando que dicho perfil está presentado en % multiplique el puntaje obtenido por 10.

#### **FRECUENCIA DE AFRONTAMIENTO**

Para determinar la frecuencia de empleo del mecanismo de afrontamiento, debe considerarse que aquellas en la cual tuviera mayor puntaje, estarían indicando que son las formas más comunes de afrontar las cargas de estrés, por parte del sujeto.

#### **Ficha técnica de STAI, Cuestionario de Ansiedad Estado-Rasgo**

Nombre : STAI, Cuestionario de Ansiedad Estado-Rasgo.

Autores : C. D. Spielberger, R. L. Gorsuch y R. E. Lushene.

Adaptación española : Gualberto Buela-Casal, Alejandro Guillén Riquelme y Nicolás Seisdedos Cubero, 1982, 2011.

Aplicación : personal y grupal.

Validación en Perú : Vento Manihuari, Rosa. 2017. Asimismo: Giannoni, 2015.

Aplicación : Adolescentes y adultos.

Duración : 15 minutos.

Finalidad : identificación de ansiedad estado y rasgo.

Material : Manual, ejemplar autocorregible.

Validez y confiabilidad: Muestra correlaciones con otras medidas de ansiedad, como la Escala de Ansiedad Manifiesta de Taylor y la Escala de Ansiedad de Cattell (0.73-0.85). Presenta un cierto solapamiento entre los constructos de ansiedad y depresión, ya que la correlación con el Inventario de Depresión de Beck es de 0.60. Tiempo de administración: 15 minutos  
Normas de aplicación: El paciente contesta a los ítems teniendo en cuenta que 0 = nada, 1 = algo y 2= bastante, 3= mucho.

Variable: ANSIEDAD Estado-Rasgo

La siguiente lista de ítem para la variable ansiedad son inversas

Inverso para Estado (1,2,5,8,10,11,15,16,19,20)

Inverso para Rasgo (21,26,27,30,33,36,39)

El resto de los ítems de las preguntas son positivas y se debe realizar una corrección para hallar el valor mediante la siguiente tabla.

A/E Corregido = 30 + AE

A/R Corregido = 21 + AR

#### **4.8. Técnicas de análisis e interpretación de datos**

Aplicados los instrumentos la población de 158 personal PNP – Sección Seguridad Fronteriza Yunguyo – Puno, la información se sistematizó con el estadístico SPSS-25, para la prueba de normalidad de datos se hizo uso del estadístico de Kolmogorov-Smirnov.

Para el cumplimiento de objetivos se usó el coeficiente de Pearson o Spearman.

Se hizo uso del Alfa de Cronbach para verificar la fiabilidad del instrumento original y validez de constructo.

Estadística descriptiva, en esta rama de la estadística, el objetivo fue describir las medidas numéricas que se utilizan para informar sobre las características de un conjunto de datos.

Las estadísticas inferenciales se producen a través de cálculos matemáticos complejos que permiten a los científicos inferir tendencias sobre una población más grande en función de un estudio de una muestra tomada de ella” (Greelane, 2022).

**Aspectos éticos:**

Los investigadores tuvieron autorización de la PNP – Sección Seguridad Fronteriza Yunguyo – Puno. Acompañó a este documento el consentimiento informado que fue puesto a disposición de la población de estudio para que se tenga la autorización individual a efectos de respetar la decisión de ser parte de la investigación con su autorización personalizada.

La investigación sostuvo el estricto cumplimiento de las normas vigentes que protegen los derechos de autor tanto en el contexto interno como internacional.

Por otro lado, se dio cumplimiento estricto al código de ética de la Policía Nacional del Perú a efectos de hacer prevalecer los derechos que protegen a los integrantes de la institución que será parte de la investigación.

Asimismo, fuimos cuidadosos en dar estricto cumplimiento al Código de Ética de Colegio de Psicólogos del Perú.

Por otro lado, se dio cumplimiento estricto al contenido de la Convención de Helsinki y Núremberg que establecen los límites en los procesos de investigación y puesta en práctica la experimentación en seres humanos, que nos permitieron ejecutarlo teniendo en cuenta el respeto estricto a la condición humana.

## V. RESULTADOS

### 5.1 Presentación de resultados

**Tabla 3.**

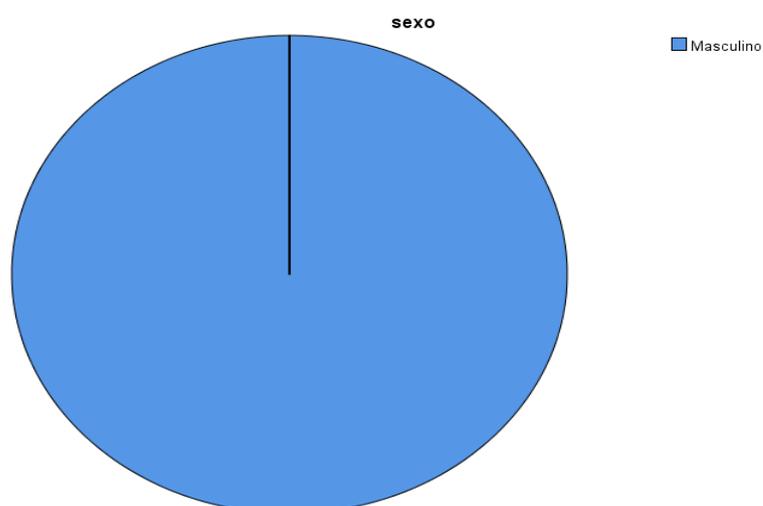
*Tabla de personal de la PNP evaluados*

Sexo	Frecuencia	Porcentaje
Masculino	158	100%
Total	158	100%

Nota: Datos obtenidos de la base de datos.

**Figura 1.**

*Personal PNP - sección seguridad fronteriza de Yunguyo evaluados por sexo.*



Nota: Datos obtenidos de la base de datos.

**Tabla 4.**

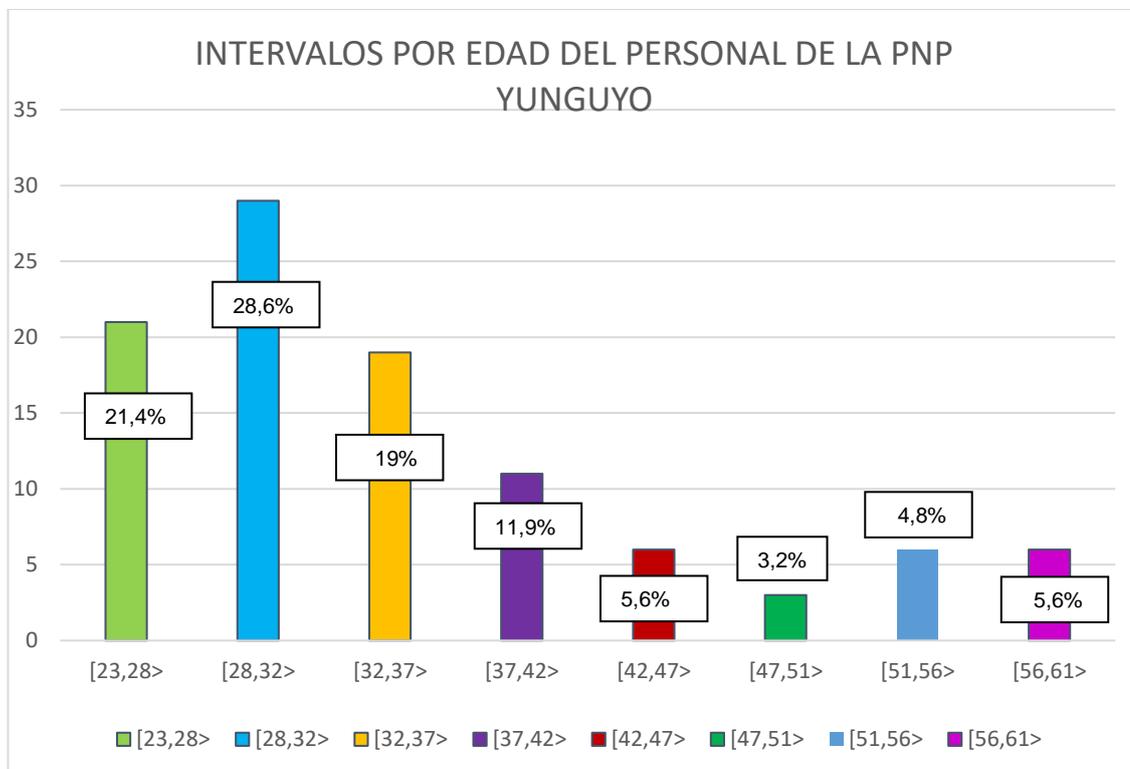
*Tabla de intervalos para las edades del personal PNP - sección seguridad fronteriza de Yunguyo.*

Intervalos	Frecuencia	Porcentaje
[ 23, 28 >	33	21.4%
[ 28, 32 >	46	28.6%
[ 32, 37 >	31	19%
[ 37, 42 >	18	11.9%
[ 42, 47 >	9	5.6%
[ 47, 51 >	4	3.2%
[ 51, 56 >	9	4.8%
[ 56, 61 >	8	5.6%
	158	100%

Nota: Datos obtenidos de la base de datos.

**Figura 2.**

*Gráfico de los intervalos de edad del personal PNP - sección seguridad fronteriza de Yunguyo.*



*Nota:* Datos obtenidos de la base de datos.

**Tabla 5.**

*Puntajes para la Interpretación por categoría del STAI.*

PUNTAJES PARA ITERPRETACION  
CATEGORIA DEL STAI

ADULTOS CATEGORIAS	VARONES		MUJERES	
	A/E	A/R	A/E	A/R
Alto	29 60	26 60	32 60	33 60
Sobre promedio	20 28	20 25	23 31	26 32
Promedio	19	19	20 22	24 25
Tend. Promedio	14 18	14 18	15 19	17 23
Bajo	0 13	0 13	0 14	0 16

*Nota.* Los valores indican como se deben interpretar los resultados para varones y mujeres.

**Tabla 6.**

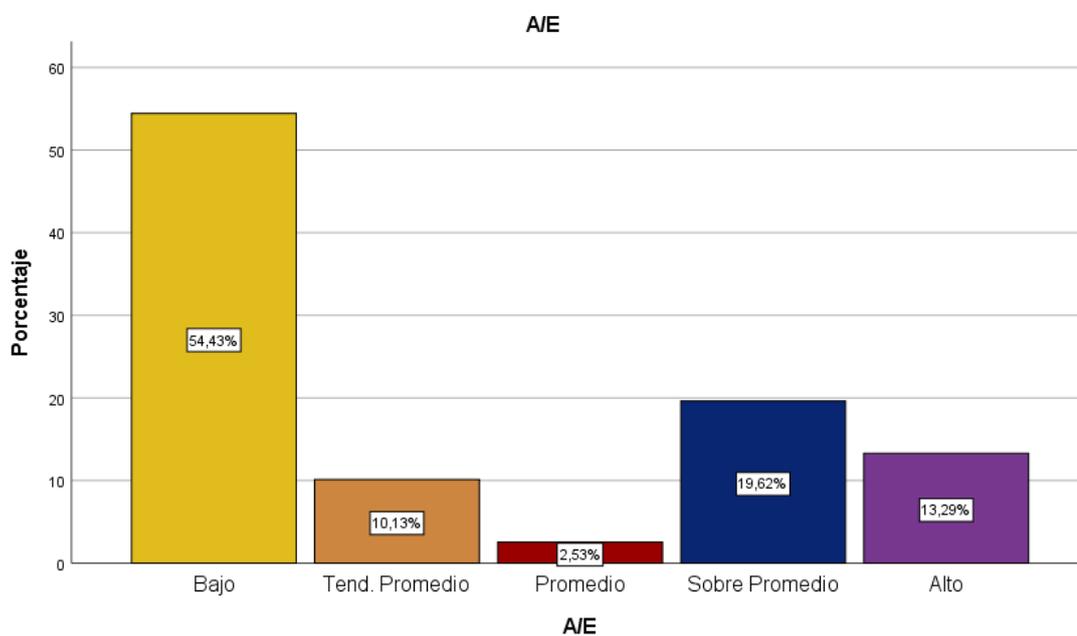
*Tabla de Resultados para la Ansiedad como Estado (A/E)*

A/E	Frecuencia	Porcentaje
Bajo	86	54.43%
Tend. Promedio	16	10.13%
Promedio	4	2.53%
Sobre Promedio	31	19.62%
Alto	21	13.29%
Total	158	100.0%

*Nota:* Datos obtenidos de la base de datos.

**Figura 3.**

*Figura Resultados para la Ansiedad como Estado (A/E)*



*Nota:* Datos obtenidos de la base de datos.

**Tabla 7.**

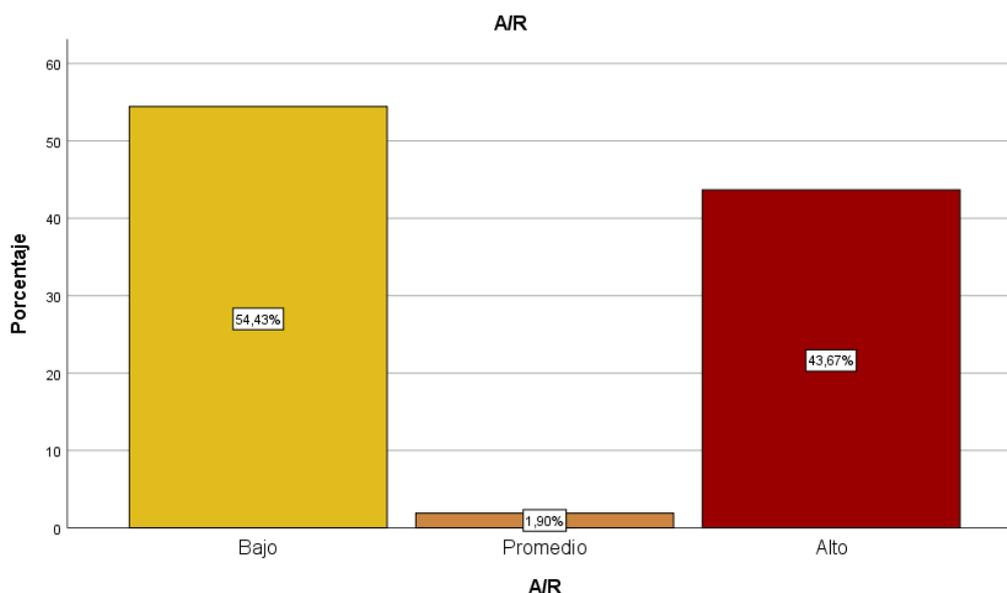
*Tabla de Resultados para la Ansiedad como Rasgo (A/R)*

A/R	Frecuencia	Porcentaje
Bajo	86	54.43%
Promedio	3	1.90%
Alto	69	43.67%
Total	158	100.0%

*Nota:* Datos obtenidos de la base de datos.

**Figura 4.**

*Gráfico del Resultados para la Ansiedad como Rasgo (A/R)*



*Nota:* Datos obtenidos de la base de datos.

**Tabla 8.**

*Tabla del indicador para los estilos de afrontamiento del estrés.*

Puntos	Descripción
25	Muy pocas veces emplea esta forma.
50-75	Depende de las circunstancias.
100	Forma frecuente de afrontar el estrés

*Nota:* Datos obtenidos de la base de datos.

**Tabla 9.**

*Tabla para Estilo de afrontamiento enfocado en el problema.*

Estilo de afrontamiento enfocado en el problema	Frecuencia	Porcentaje
Poco	18	11.39%
Moderado	104	65.82%
Suficiente	34	21.52%
Mucho	2	1.27%
Total	158	100.0%

*Nota:* Datos obtenidos de la base de datos.

**Figura 5.**

*Gráfico para Estilo de afrontamiento enfocado en el problema.*



*Nota:* Datos obtenidos de la base de datos.

**Tabla 10.**

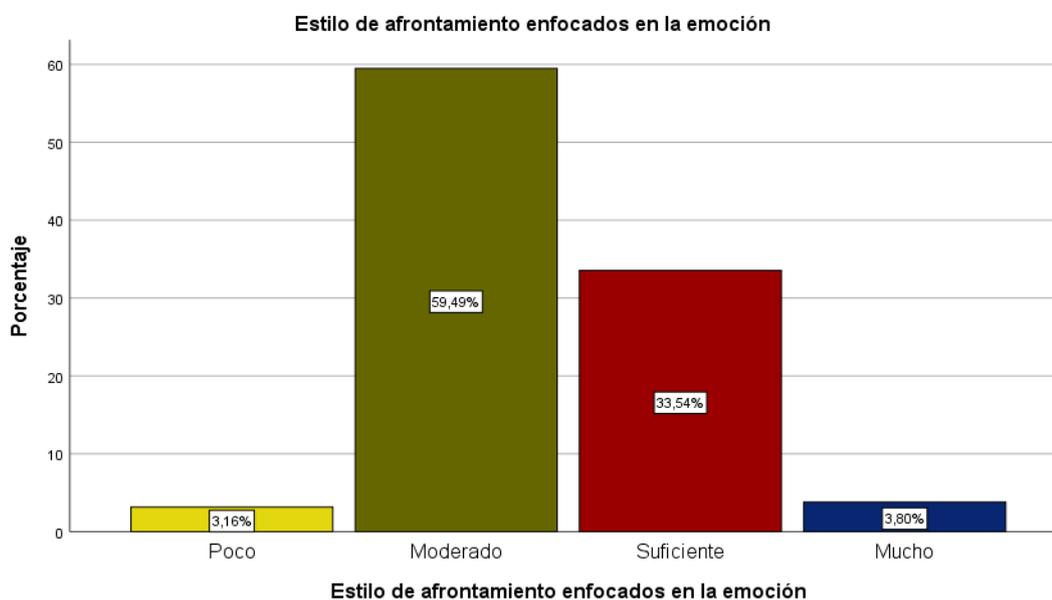
*Tabla para el Estilo de afrontamiento enfocados en la emoción*

Estilo de afrontamiento enfocados en la emoción	Frecuencia	Porcentaje
Poco	5	3.16%
Moderado	94	59.49%
Suficiente	53	33.54%
Mucho	6	3.80%
Total	158	100.0%

*Nota:* Datos obtenidos de la base de datos.

**Figura 6.**

*Gráfico para el Estilo de afrontamiento enfocados en la emoción*



*Nota:* Datos obtenidos de la base de datos.

**Tabla 11.**

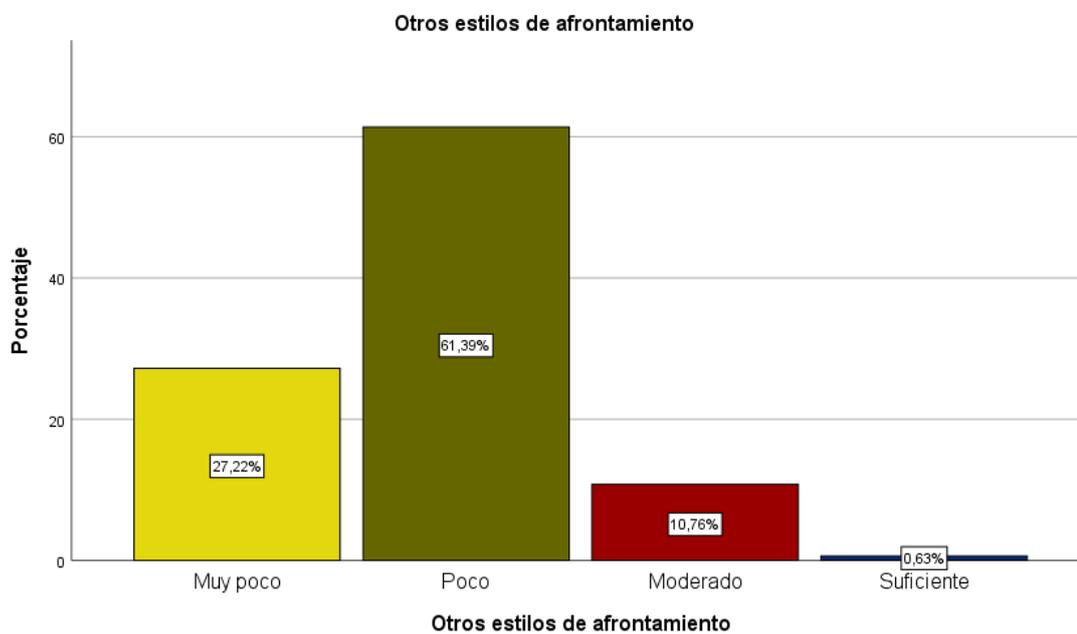
*Tabla para los Otros estilos de afrontamiento.*

Otros estilos de afrontamiento	Frecuencia	Porcentaje
Muy poco	43	27.22%
Poco	97	61.39%
Moderado	17	10.76%
Suficiente	1	0.63%
Total	158	100.0%

*Nota:* Datos obtenidos de la base de datos.

**Figura 7.**

*Gráfico para los Otros estilos de afrontamiento.*



*Nota:* Datos obtenidos de la base de datos.

## 5.2. Interpretación de resultados

En la tabla 3 y figura 1, se muestra que el 100% del personal PNP - sección seguridad fronteriza de Yunguyo son varones.

En la tabla 4 y figura 2, se muestra que el personal PNP - sección seguridad fronteriza de Yunguyo, el 28.6% se encuentran entre las edades de 29 a 32 años, seguido con un 21.4% del personal que tiene entre 23 y 28 años, un 19% oscilan entre las edades de 32 a 37 años, el 11.9% se encuentran entre los 37 y 42 años, un 5.6% se encuentran entre 4 y 47 años y lo mismo entre 56 y 61 años; un 4.8% se encuentran entre 52 y 56 años y un 3.2% están entre los 48 a 51 años.

De la tabla 5 se muestra los puntajes para la Interpretación por categoría del STAI, se cuenta con 40 variables numéricas en escalas que van del 0 al 3: Nada, algo, bastante y Mucho, con 158 participantes varones, por lo que se utilizó las escalas para las categorías de varones.

De la tabla 6 y grafico 3 podemos observar que para los resultados de Ansiedad como estado (A/E) aplicado al personal PNP - sección seguridad fronteriza de Yunguyo, podemos observar que el 54.43% presenta un (A/E) bajo, ósea, que los estados de sensación de tensión, nerviosismo, inquietud, preocupación, sudoración fría, palpitaciones, mareo, entre otros en el personal de la PNP es bajo, el 10.13% del personal presenta tendencia al promedio, un 2.53% está en el promedio, un 19.62%, presenta estos síntomas sobre el promedio, y el 13.29% presenta síntomas altos de ansiedad como Estado.

De la tabla 7 y grafico 4 podemos observar que para los resultados de Ansiedad como rasgo (A/R) aplicado al personal PNP – sección seguridad fronteriza de Yunguyo, encontramos que 54.43% del nivel de ansiedad Rasgo es bajo, el 43.67% del mismo personal presenta un nivel de ansiedad Rasgo (A/R) alto, y un 1.90% se encuentra en el promedio.

En la tabla 8, se observa el indicador para los estilos de afrontamiento del estrés para su interpretación.

De la tabla 9 y grafico 5 podemos observar que, para el *Estilo de afrontamiento enfocado en el problema*, el 65.82% del personal PNP - sección seguridad fronteriza de Yunguyo es moderado, el 21.52% es suficiente, un 11.39% se ubica en poco y un 1.27% muestra un elevado nivel de afrontamiento del estrés.

De la tabla 10 y grafico 6 podemos observar que para el *Estilo de afrontamiento enfocados en la emoción* en el personal PNP - sección seguridad fronteriza de Yunguyo, el 59.49% se encuentra en moderado, el 33.54% muestra un nivel suficiente, el 3.80% presenta mucho, y un 3.16% se muestra poco.

De la tabla 11 y grafico 7 podemos observar que para los *Otros estilos de afrontamiento* del personal PNP - sección seguridad fronteriza de Yunguyo, el 61.39% muestra un poco de otros estilos de afrontamiento del estrés, un 27.22% se presenta en muy poco, un 10.76% presenta niveles moderados de otros estilos de afrontamiento y un 0.63% lo suficiente.

## VI. ANALISIS DE LOS RESULTADOS

### 6.1 Análisis de Fiabilidad

Con la muestra definitiva se realizó la prueba de confiabilidad del instrumento original y luego la validez del constructo, que consideró para ello, un tamaño superior a cinco elementos por ítems de la escala.

La confiabilidad fue estudiada a través de la consistencia interna utilizando el coeficiente de confiabilidad Alfa de Cronbach. Se consideró que las preguntas medían de forma óptima entre 0,7 y 0,9. La probabilidad de error se fijó en 5%.

Según Hernández y Pascual Barrera (2018) se explica que en relación al coeficiente de competencia (K) los resultados con el número de expertos con coeficiente (K) se sugiere lo siguiente:

- Coeficiente  $0.8 < k < 0.9$  es excelente
- Coeficiente  $0.5 < k < 0.8$  es bueno
- Coeficiente  $k < 0.5$  es deficiente

Aplicando la prueba con todos los ítems de la encuesta, se obtuvo el siguiente valor en la escala de Cronbach, considerando que, al aplicar la prueba por primera vez, y por el análisis de correlaciones del alfa de Cronbach, el resultado es el siguiente.

#### **Tabla 12.**

Análisis de fiabilidad para la variable Afrontamiento del Estrés.

Alfa de Cronbach	N de elementos
0.942	52

*Nota:* Datos obtenidos de la base de datos.

*Interpretación:*

En la tabla 12 del análisis de fiabilidad y consistencia interna del instrumento para la variable Afrontamiento del Estrés, este presentó un resultado del alfa de Cronbach de ( $\alpha = .942$ ), el cual se encuentra en la categoría de excelente.

**Tabla 13.**

*Análisis de fiabilidad para la variable ansiedad*

Alfa de Cronbach	N de elementos
0.777	40

*Nota:* Datos obtenidos de la base de datos.

*Interpretación:*

En la tabla 13 del análisis de fiabilidad y consistencia interna del instrumento para la variable Ansiedad, se mostró los resultados del alfa de Cronbach con ( $\alpha = .777$ ) el cual se encontró en la categoría de bueno.

**6.2 Análisis de normalidad**

La prueba de normalidad también llamados contrastes de normalidad, tuvieron como objetivo analizar cuánto difiere la distribución de los datos observados respecto a lo esperado si procediesen de una distribución normal con la misma media y desviación típica. Si las muestras se distribuyen de forma normal, se puede aceptar que así lo hacen las poblaciones de origen. En el caso de que las muestras no se distribuyan de forma normal, sus consecuencias son: Los estimadores mínimo-cuadráticos no son eficientes (de mínima varianza), y los intervalos de confianza de los parámetros del modelo y los contrastes de significancia son solamente aproximados y no exactos.

**Hipótesis de normalidad**

a) Hipótesis

Ho: Los datos son normales

Ha: Los datos no son normales

b) Nivel de significación: 5%

c) Prueba estadística

Para esta prueba de hipótesis se hizo uso del estadístico de *Kolmogorov-Smirnov* para la prueba de normalidad son los siguientes resultados.

**Tabla 14.**

*Test de Normalidad Kolmogorov-Smirnov para las variables: modos de afrontamiento del estrés y la ansiedad.*

	Kolmogorov-Smirnov <sup>a</sup>		
	Estadístico	gl	Sig.
A/E	0.334	158	0.000
A/R	0.361	158	0.000
Afrontamiento activo	0.142	158	0.000
Planificación	0.189	158	0.000
Supresión de actividades competentes	0.128	158	0.000
Postergación del afrontamiento	0.131	158	0.000
Búsqueda de apoyo social por motivos instrumentales	0.112	158	0.000
Búsqueda de apoyo social por motivos emocionales	0.127	158	0.000
Reinterpretación positiva y crecimiento	0.148	158	0.000
Aceptación	0.158	158	0.000
Acudir a la religión	0.092	158	0.002
Enfocar y liberar emociones	0.158	158	0.000
Negación	0.118	158	0.000
Desentendimiento conductual	0.122	158	0.000
Desentendimiento mental	0.124	158	0.000
Estilo de afrontamiento enfocado en el problema	0.355	158	0.000
Estilo de afrontamiento enfocados en la emoción	0.358	158	0.000
Otros estilos de afrontamiento	0.325	158	0.000

a. Corrección de significación de Lilliefors

*Nota:* Datos obtenidos de la base de datos.

De la tabla 5 podemos observar que el p-value para cada una de las variables es menor al nivel de significación de 5%, por lo que se debe rechazar la hipótesis nula y aceptar la hipótesis alterna, ósea, que los datos no siguen una distribución normal.

d) Conclusiones

Podemos concluir en base a los resultados aplicados a las variables *modos de afrontamiento del estrés y la ansiedad*, estos no siguen una distribución normal, debido a que los valores de la significancia son menores al 5%, debiendo utilizar la estadística no paramétrica.

### 6.3 Estadística descriptiva

#### Pruebas de Normalidad

##### Tabla 12.

*Prueba de normalidad del Modo de Afrontamiento del Estrés.*

	Kolmogorov-Smirnov <sup>a</sup>		
	Estadístico	Gl	Sig.
Modos de afrontamiento de estrés	0.122	158	0.000

a. Corrección de significación de Lilliefors  
*Nota:* Datos obtenidos de la base de datos.

En la tabla 13, se observa el análisis de normalidad del Modo de afrontamiento del Estrés llevado a cabo con la prueba de Kolmogorov-Smirnov, el cual se aprecia que es altamente significativo ( $p = .000 < 0.05$ ). por ende, rechaza la hipótesis nula y se acepta la hipótesis alterna de que los datos no siguen una distribución normal.

##### Tabla 13.

*Prueba de normalidad para la Ansiedad (STAI)*

	Kolmogorov-Smirnov <sup>a</sup>		
	Estadístico	gl	Sig.
Ansiedad	0.134	158	0.000

a. Corrección de significación de Lilliefors  
*Nota:* Datos obtenidos de la base de datos.

En la tabla 14, se observa el análisis de normalidad del Modo de afrontamiento del Estrés llevado a cabo con la prueba de Kolmogorov-Smirnov, el cual se aprecia que es altamente significativo ( $p = .000 < 0.05$ ).

por ende, rechaza la hipótesis nula y se acepta la hipótesis alterna de que los datos no siguen una distribución normal.

#### 6.4. Prueba de hipótesis

##### Hipótesis General

a) Hipótesis

Ho: No existe relación entre los modos de afrontamiento del estrés y la ansiedad en personal PNP – Sección Seguridad Fronteriza Yunguyo – Puno - 2022

Ha: Existe relación entre los modos de afrontamiento del estrés y la ansiedad en personal PNP – Sección Seguridad Fronteriza Yunguyo – Puno – 2022

b) Nivel de significancia: 5% ó 0.05

c) Estadístico de Prueba: Correlación de Spearman

##### Tabla 14.

*Tabla de correlación entre los modos de afrontamiento del estrés y ansiedad.*

Correlaciones		Estilo de afrontamiento enfocado en el problema	Estilo de afrontamiento enfocados en la emoción	Otros estilos de afrontamiento	
Rho de Spearman	A/E	Coeficiente de correlación	-0.077	-,160*	-0.063
		Sig. (bilateral)	0.333	0.044	0.428
	A/R	N	158	158	158
		Coeficiente de correlación	0.068	0.156	-0.002
	N	Sig. (bilateral)	0.398	0.050	0.976
		N	158	158	158

\*. La correlación es significativa en el nivel 0,05 (bilateral).

*Nota:* Datos obtenidos de la base de datos.

De la tabla 17 podemos observar que entre los modos de afrontamiento del estrés con la variable ansiedad, solo se evidencia que existe correlación con solo 1 de 6 correlaciones (A/R con Estilo de afrontamiento enfocado en la emoción), por lo que podemos indicar que no existe evidencia estadística para afirmar que ambas variables estén relacionadas.

d) Conclusiones

Podemos concluir que, en base a los resultados obtenidos de la correlación de Spearman, las variables no presentan correlación entre las mismas, exceptuando al estilo de afrontamiento del estrés enfocado a la emoción con la ansiedad rasgo, pero en las otras, estadísticamente no presentan tal correlación, por lo que podríamos indicar que estas variables tienen poca o ninguna correlación entre ellas.

**Hipótesis Especifica 1**

a) Hipótesis

Ho: No existe relación entre los modos de afrontamiento del estrés y la dimensión Ansiedad Rasgo en personal PNP – Sección Seguridad Fronteriza Yunguyo – Puno – 2022

Ha: Existe relación entre los modos de afrontamiento del estrés y la dimensión Ansiedad Rasgo en personal PNP – Sección Seguridad Fronteriza Yunguyo – Puno - 2022

b) Nivel de significancia: 5% ó 0.05

c) Estadístico de Prueba: Correlación de Spearman

**Tabla 15.**

*Tabla de Chi-cuadrado para la correlación entre las variables.*

Pruebas de chi-cuadrado	Valor	df	p-value
A/R * Estilo de afrontamiento enfocado en el problema	2,902	6	0.821
A/R * Estilo de afrontamiento enfocados en la emoción	4,537	6	0.604
A/R * Otros estilos de afrontamiento	3,914	6	0.688
N de casos válidos	158		

*Nota:* Datos obtenidos de la base de datos.

De la tabla 16 podemos observar que los resultados de la prueba Chi-cuadrado para probar la independencia de los datos o la relación entre ellos, se puede apreciar que los valores p-value de la prueba ( $p = .821 > 0.05$ ;  $p = .604 > 0.05$ ;  $p = .688 > 0.05$ ) son mayores al 5%, por lo que se debe aceptar la hipótesis nula de independencia de los datos, debido a que la hipótesis alterna es de relación entre las variables, y para este análisis en particular, los datos indican independencia entre la ansiedad Rasgo y los modos de afrontamiento del estrés en el personal PNP - sección seguridad fronteriza de Yunguyo

Ahora se presenta los resultados del grado de relación entre las variables, por esa razón presentamos los resultados de la correlación de Spearman.

**Tabla 16.**

*Correlación de Rho de Spearman para las variables estudiadas.*

Correlación de Spearman	Valor	Error estándar asintótico	T aproximada	p-value
A/R * Estilo de afrontamiento enfocado en el problema	0.068	0.079	0.848	,413
A/R * Estilo de afrontamiento enfocados en la emoción	0.156	0.078	1,972	,050
A/R * Otros estilos de afrontamiento	-0.002	0.079	-0.030	,976
N de casos válidos	158			

*Nota:* Datos obtenidos de la base de datos.

De la tabla 17 podemos observar que los valores de la correlación de Spearman son muy cercanos al cero (0) lo que indica que no existe relación entre ellas. La correlación entre A/R \* Estilo de afrontamiento enfocado en el problema no presenta correlación ( $Rho = .068$ ,  $p = .413 > 0.05$ ) esta no presenta correlación entre ellas y no es significativa. La correlación entre A/R \* Estilo de afrontamiento enfocados en la emoción ( $Rho = .156$ ,  $p = .050$ ) es la podría evidenciar algún tipo de relación entre las dimensiones. El valor de la correlación entre A/R \* Otros estilos de afrontamiento es ( $Rho = -.002$ ,  $p = 0.976 > 0.05$ ) por lo que se puede indicar que esta correlación es Nula y negativa.

#### d) Conclusiones

En conclusión y basados en los resultados obtenidos podemos afirmar que los modos de afrontamiento del estrés en el personal PNP - sección seguridad fronteriza de Yunguyo no está relacionado con la ansiedad Rasgo, sino que estas son independientes.

### Hipótesis Especifica 2

#### a) Hipótesis

Ho: No existe relación entre los modos de afrontamiento del estrés y la dimensión Ansiedad Estado en personal PNP – Sección Seguridad Fronteriza Yunguyo – Puno – 2022

Ha: Existe relación entre los modos de afrontamiento del estrés y la dimensión Ansiedad Estado en personal PNP – Sección Seguridad Fronteriza Yunguyo – Puno – 2022

b) Nivel de significancia: 5% ó 0.05

c) Estadístico de Prueba: Correlación de Spearman

### Tabla 17.

*Tabla de Chi-cuadrado para la correlación entre las variables.*

Pruebas de chi-cuadrado	Valor	df	p-value
A/E * Estilo de afrontamiento enfocado en el problema	7,298	12	0.837
A/E * Estilo de afrontamiento enfocados en la emoción	10,526	12	0.570
A/E * Otros estilos de afrontamiento	5,263	12	0.949
N de casos válidos	158		

*Nota:* Datos obtenidos de la base de datos.

De la tabla 18 podemos observar que los resultados de la prueba Chi-cuadrado para probar la independencia de los datos o la relación entre ellos, se puede apreciar que los valores p-value de la prueba son mayores al 5%, por lo que se debe aceptar la hipótesis nula de independencia de los datos, debido a que la hipótesis alterna es de relación entre las variables, y para este análisis en particular, los datos indican independencia entre la

ansiedad Estado y los modos de afrontamiento del estrés en el personal PNP - sección seguridad fronteriza de Yunguyo.

**Tabla 18.**

*Correlación de Rho de Spearman para las variables estudiadas*

Correlación de Spearman	Valor	Error estándar asintótico	T aproximada	p-value
A/E * Estilo de afrontamiento enfocado en el problema	-0.077	0.073	-0.970	,333
A/E * Estilo de afrontamiento enfocados en la emoción	-0.160	0.078	-2.030	,044
A/E * Otros estilos de afrontamiento	-0.063	0.079	-0.795	,428
N de casos válidos	158			

*Nota:* Datos obtenidos de la base de datos.

De la tabla 19 podemos observar que los valores de la correlación de Spearman marcados en amarillo, son negativos y cercanos al cero (0) lo que indica que no existe relación entre ellas, y esta relación es inversa. La correlación entre A/E \* Estilo de afrontamiento enfocado en el problema es (Rho =  $-.077$ ,  $p = .333 > 0.05$ ) no presenta correlación entre estas dimensiones. La correlación entre el A/E \* Estilo de afrontamiento enfocados en la emoción en el problema es (Rho =  $-.160$ ,  $p = .044 < 0.05$ ) esta es significativa e indica que existe un grado de relación muy débil pero negativa. La correlación entre A/E \* Otros estilos de afrontamiento (Rho =  $-.063$ ,  $p = .428 > 0.05$ ) no presenta correlación entre estas dimensiones.

#### d) Conclusiones

En conclusión y basados en los resultados obtenidos podemos afirmar que los modos de afrontamiento del estrés en el personal PNP - sección seguridad fronteriza de Yunguyo no está relacionado con la ansiedad Estado, sino que estas son independientes.

## VII. DISCUSION DE RESULTADOS

### 7.1. Comparación de los resultados.

Culminado el procesamiento de datos hemos obtenido resultados que pasamos a analizar: El objetivo general de la presente investigación fue determinar la relación que existe entre los modos de afrontamiento del estrés y la ansiedad en personal PNP – Sección Seguridad Fronteriza Yunguyo – Puno, de esta manera encontramos que, las variables no presentan correlación. Asimismo, se ha encontrado coincidencia en torno al resultado de la investigación de Rojas (2021) quien concluye “No existe relación entre el estrés laboral y los estilos de afrontamiento en los efectivos policiales. Presenta un bajo nivel de estrés laboral (91%)”. Así encontramos que los resultados se encuentran sostenidos en la propuesta teórica de Lazarus (1991) es “el proceso por el que una persona se esfuerza cognitiva y conductualmente para enfrentar una situación estresante...”, y también por la teoría de Rojas (2014) quien define: “La ansiedad es una vivencia de temor ante algo difuso, vago, inconcreto, indefinido, va acompañada de reacciones adrenérgicas entre otros signos y síntomas que obstruyen el organismo...”. De esta manera concluimos que las variables no tienen correlación lo que confirma la hipótesis nula.

Para el objetivo específico 1, se puede observar en la tabla 19 que los valores de la correlación de Spearman son muy cercanos al cero (0) lo que indica que no existe relación entre ellas. podemos afirmar que los modos de afrontamiento del estrés en el personal PNP - sección seguridad fronteriza de Yunguyo no está relacionado con la ansiedad Rasgo, sino que estas son independientes. El resultado se asemeja con el de Amambal y Fernández (2022) “Encontrándose sin ansiedad (70%)”. Spielberger et al., (1988), “ansiedad-rasgo marca una propensión ansiosa que es estable y duradera...” este segundo nivel si se quiere de la ansiedad tiene un carácter especial que es la permanencia y es duradero en el tiempo, cualquier tipo de intervención al respecto generan en el sujeto una percepción amenazante y por esa razón las evita, este estatus acrecienta permanentemente los estados ansiosos. Según Spielberger (1972) esboza

una comprensión integral de la ansiedad, definiéndola como un estado emocional de transición o condición orgánica del individuo, la cual aumenta y disminuye en intensidad y fluctúa en el tiempo. Teniendo como características, la percepción consciente de sentimientos de aprensión y tensión, así como una gran actividad del sistema nervioso autónomo. Esta ansiedad en la persona dependerá de su propia percepción, de su manera subjetiva en que ésta percibe el peligro, según su capacidad para simbolizar una situación. De acuerdo con Tsovili (2004), realiza una distinción entre ansiedad estado y ansiedad rasgo, lo cual señala que el primero aparecería como resultado de estímulos que son percibidos como amenazas, es por ello que considera que esta ansiedad permanecerá hasta que la condición de peligro persista. Por otro lado, Lazarus y Folkman (1984) señala que la ansiedad rasgo puede ser elevada o crónica lo cual puede ser considerada como un síntoma, que evidenciaría una dificultad continua para ajustar la situación aversiva. Arribamos a la conclusión de que existe correlación entre la variable principal y la dimensión explicada líneas arriba.

En el objetivo específico 2, vemos que en la tabla 21 podemos observar que los valores de la correlación de Spearman marcados en amarillo, son negativos y cercanos al cero (0) lo que indica que no existe relación entre ellas, y esta relación es inversa. Podemos concluir que los modos de afrontamiento del estrés en el personal PNP - sección seguridad fronteriza de Yunguyo no está relacionado con la ansiedad Estado, sino que estas son independientes. Los resultados están respaldados con la propuesta de Spielberger et al., (1988), que la definen como “una etapa emocional transitoria; características: sentimientos intrínsecos percibidos de manera consciente de tensión, aprensión, desasosiego, aceleración del sistema nervioso autónomo”. En esta separación conceptual la principal característica es la transitoriedad temporal en torno a su estado emocional del sujeto donde hay una diversidad de emociones de manera conjunta o separada pero que además suelen ser percibidas con claridad por el propio sujeto o por lo menos los puede describir con claridad y precisión puesto

que son manifestaciones internas que provocan estados emocionales molestos y que interfieren en el día a día causando molestias al sujeto.

## VIII. CONCLUSIONES

Culminada la investigación se arribó a las conclusiones siguientes:

1. Del estudio realizado a las variables Modos de afrontamiento del estrés y ansiedad, se llegó a la conclusión general: No existe relación entre ellas en el personal PNP - sección seguridad fronteriza de Yunguyo, 2022, se puede observar en la tabla 15, sin embargo, éstas actúan de manera independiente.
2. Posterior al trabajo de hipótesis específica 1, se arribó a la conclusión de la inexistencia correlacional entre las variables modos de afrontamiento del estrés en el personal PNP - sección seguridad fronteriza de Yunguyo no está relacionado con la ansiedad Rasgo ( $p = .821 > 0.05$ ;  $p = .604 > 0.05$ ;  $p = .688 > 0.05$ ), sino que, estas actúan de manera independiente.
3. Finalizando el análisis del trabajo investigativo, en relación a la hipótesis específica 2, se concluye que no existe relación entre modos de afrontamiento del estrés en el personal PNP - sección seguridad fronteriza de Yunguyo y ansiedad Estado, sino que estas son independientes ( $Rho = -.077$ ,  $p = .333 > 0.05$ ).

## **IX. RECOMENDACIONES**

1. Al Gobierno Nacional, a efectos de implementar políticas de salud pública que fortalezcan las capacidades de los individuos, de tal manera que puedan responder eficientemente en sus actividades cotidianas, tanto laborales como familiares.
2. A la Décima Macro Región Policial de Puno, para que establezca la ejecución de las políticas nacionales de salud mental pública tendientes a fortalecer los modos de afrontamiento del estrés y eliminar los efectos del trastorno de ansiedad en los miembros de su institución.
3. A la Jefatura de la Sección de Seguridad Fronteriza PNP - Puno, para poner en práctica acciones conducentes a fortalecer el estado de salud mental en los miembros de su unidad a fin de conseguir un equilibrio en el manejo personal y su interrelación con la comunidad.

## XI. REFERENCIA BIBLIOGRAFICA

- Aldaz, G. (2018). *Niveles de ansiedad y depresión en los miembros de la Comandancia General de la Fuerza Aérea Ecuatoriana en el periodo enero-abril del 2018*. Quito, Ecuador: [Universidad Central del Ecuador]. Obtenido de <http://www.dspace.uce.edu.ec/handle/25000/16743>
- Amambal Suárez, Y.-L. I., & Fernández Vásquez, F. D. (2022). *Niveles de Ansiedad y Estrés en agente de la PNP del área escuadrón Verde - Ventanilla, en tiempos de la Covid 19*. Cajamarca: [Universidad Privada Antonio Guillermo Urrelo]. Obtenido de <http://repositorio.upagu.edu.pe/bitstream/handle/UPAGU/2291/TESIS%20FINAL.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Arias, F. G. (2006). *El proyecto de investigación*. Obtenido de [https://www.academia.edu/23573985/El\\_proyecto\\_de\\_investigaci%C3%B3n\\_6ta\\_Edici%C3%B3n\\_Fidias\\_G\\_Arias\\_FREELIBROS\\_ORG](https://www.academia.edu/23573985/El_proyecto_de_investigaci%C3%B3n_6ta_Edici%C3%B3n_Fidias_G_Arias_FREELIBROS_ORG)
- Aristondo, J. (2017). *Ansiedad rasgo- estado y deseo sexual en universitarios varones y mujeres*. Lima, Perú: [Universidad Ricardo Palma].
- Ayllón Ramos, M. E., & Quispe Arpasi, G. (2020). *Ansiedad y resiliencia en el personal policial del departamento de investigación criminal durante la pandemia por el COVID 19, Puno - 2020*. Lima, Perú: [Universidad Cesar Vallejo]. Obtenido de <https://repositorio.ucv.edu.pe/handle/20.500.12692/60333>
- Bazán, S., & Cerna, M. (2019). *Estrés laboral y estilos de afrontamiento en policías de la comisaría central de la ciudad de Cajamarca*. Cajamarca: [Universidad Privada Antonio Guillermo Urrelo]. Obtenido de <http://repositorio.upagu.edu.pe/handle/UPAGU/970>
- Bertalanffy, L. V. (1976). *Teoría general de los sistemas*. E.E.U.U.
- Bunge, M. (1999). *Buscar la filosofía en las ciencias sociales*. Madrid: Siglo XXI Editores.

- Cañas, M. (2020). *Inteligencia emocional y ansiedad en aspirantes a policías. escuela de formación de policías. grupo de operaciones especiales. Guano, 2019.* [Universidad Nacional de Chimborazo].
- Carver, C. S., Scheier, M. F., & Weintraub, J. K. (1994). Assessing coping strategies. A theoretically based approach. *Journal of Personality and Social Psychology*, 267-283.
- Cassaretto, M. &. (2003). *Aprendizaje y estrategias de afrontamiento a los sucesos críticos del envejecimiento femenino*. Psicothema.
- Casuso, L. (1996). *Adaptación de la prueba COPE sobre estilos de Afrontamiento en un grupo de estudiantes universitarios de Lima.* Lima: [Pontificia Universidad Católica del Perú].
- Di-Colloredo, C., Aparicio, D., & Moreno, J. (2007). *Descripción de los estilos de afrontamiento en hombres y mujeres ante la situación de desplazamiento.* Psychologia. Avances de la Disciplina.
- Esteves Pairazaman, A. T., Loaiza Chavez, C. A., & Garces Rivera, M. I. (2021). *Ansiedad y estrés en efectivos policiales durante la emergencia sanitaria Covid19, Cuzco 2020.* Ica: [Universidad Autónoma de Ica]. Obtenido de <http://repositorio.autonomadeica.edu.pe/handle/autonomadeica/866>
- Flores, D., & Granados, M. (2018). *El estrés laboral y su influencia en el desempeño de los colaboradores del área asistencial de la clínica salud integral farmacéutica, distrito de Trujillo en el año 2018.* Trujillo: [Universidad Privada Antenor Orrego].
- Freud, S. (1917). *Introducción al psicoanálisis.* Alemania.
- Graneros, G. (2018). *Estrés laboral en personal policial con turnos rotativos y fijos.* Argentina.: [Universidad Abierta Interamericana].
- Greelane. (2022). *Greelane.* Obtenido de La diferencia entre estadística descriptiva e inferencial: <https://www.greelane.com/es/ciencia-tecnolog%c3%ada-matem%c3%a1ticas/mates/differences-in-descriptive-and-inferential-statistics-3126224/>
- Hernández, J., Pozo, & Polo. (1994). *Ansiedad ante los exámenes: Un programa para su afrontamiento de forma eficaz.* Valencia, España: Promolibro.

- Hernández, R., Fernández, C., & Baptista, P. (2003). Metodología de la investigación. *McGraw-Hill*, 705.
- Hernández, S. R., & Mendoza, C. (2018). *Metodología de la investigación. Las rutas cuantitativa, cualitativa y mixta*. México: Editorial Mc Graw Hill Education.
- Hernández, S. R., Fernández, C. C., & Baptista, L. P. (2014). Selección de la muestra. *McGraw-Hill*, 170-190.
- Jeffrey, P. (2019). *El trabajo está matando a la gente y a nadie le importa*. Obtenido de <https://www.bbc.com/mundo/noticias-47656050.54>
- Krzemien, D., & Urquijo, S. (2009). Estilos y estrategias de afrontamiento a eventos de vida críticos y estilos de personalidad en mujeres adultas mayores. *investigación en Ciencias del Comportamiento*, 11-46.
- Lazarus, R. (1991). *Emotion and adaptation*.
- Lazarus, R. (1991). *Emotion and adaptation*. Oxford University Press.
- Lazarus, R. (2000). *Estres y emocion, manejo e implicaciones en nuestra salud*. Bilbao: Desclee e Brower.
- Lazarus, R. S., & Folkman, S. (1986). *Estrés y procesos cognitivos*. Barcelona: Martínez Roca (Orig. 1984). .
- Lazarus, R. y. (1984). *Estrés y procesos cognitivos*. Barcelona: Martínez Roca.
- Lazaruz, R., & Folkman, S. (1986). *Estrés y procesos cognitivos*. Barcelona: Ediciones Martínez Roca.
- Nicolás Mejía, D. J. (2022). *Nivel de ansiedad en la Policía Nacional del Perú, durante la pandemia COVID-19, en la Sanidad PNP de Huánuco-2020*. Huánuco: [Universidad Nacional Hermilio Valdizán]. Obtenido de <https://hdl.handle.net/20.500.13080/8069>
- Oblitas, L. (2003). *Psicología de la salud: Una ciencia del bienestar y la felicidad*.
- Pimienta Lastra, R. (2000). Encuestas probabilísticas vs. no probabilísticas. *Política y Cultura*, 15. Obtenido de <https://www.redalyc.org/pdf/267/26701313.pdf>
- Quispe, C., & Molina, M. (2021). *Ansiedad rasgo y ansiedad estado en el personal de la PNP activo durante el estado de cuarentena por Covid*

- 19, Cusco -2020. Cusco: [Universidad Andina del Cusco]. Obtenido de <https://hdl.handle.net/20.500.12557/3985>
- Rafael García, R. R., & Castañeda Bermejo, S. (2021). *Calidad de vida y afrontamiento al estrés en efectivos policiales durante la pandemia COVID-19-Huancayo 2021*. Huancayo: [Universidad Continental]. Obtenido de <https://repositorio.continental.edu.pe/handle/20.500.12394/11054>
- Real Academia Española. (2019). *RAE*. España.
- Rojas Bardales, E. (2021). *Estrés laboral y estilos de afrontamiento en policías de la Dirección Contra Trata de Personas de Lima*. Lima: [Universidad Ricardo Palma]. Obtenido de <https://hdl.handle.net/20.500.14138/4270>
- Rojas, E. (2014). *Como superar la ansiedad* (1°. ed. ed.). Temas de.
- Romero, S. K., & Verde, Z. M. (2021). *Clima Social Familiar y Modos de Afrontamiento al Estrés durante la cuarentena en alumnos de 5to de secundaria de la Institución Educativa Illathupa - Huanuco 2020*. Huánuco: [Universidad Nacional "Hermilio Valdizán"]. Obtenido de <http://repositorio.unheval.edu.pe/bitstream/handle/UNHEVAL/6454/TPS00309R81.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Salazar, & Sánchez. (1992).
- Spielberger, C. &. (2002). *Inventario de ansiedad: Rango - Estado. Manual e Instructivo*. Mexico : El manual moderno S.A. .
- Spielberger, C. (2007). *La ansiedad y sus teorías de investigación*. Lima: Revista de psicología de la UMSM.
- Spielberger, C. D. (1972). *Anxiety: Current trends in theory and research*. New York, N.Y.,, E.E.U.U: Academic Press.
- Spielberger, Gorsuch, & Lushene. (1988). *El Cuestionario o Inventario de Ansiedad Estado - Rasgo*. Palo Alto, California: State -Trait Anxiety Inventory, STAI.
- Spielberger, Gorsuch, & Lushene. (1988). *El Cuestionario o Inventario de Ansiedad Estado - Rasgo*. Palo Alto, California: State -Trait Anxiety Inventory, STAI.

- Syed, S., Ashwick, R., Schlosser, M., Jones, R., Rowe, S., & Billings, J. (2020). Global prevalence and risk factors for mental health problems in police personnel: a systematic review and meta-analysis. *Occup Environ Med*.
- Toledo, R. (2018). *Ansiedad y Afrontamiento al estrés en técnicas de enfermería del Centro Médico Naval, 2018*. Lima: [Universidad Alas Peruanas]. Obtenido de <https://repositorio.uap.edu.pe/xmlui/handle/20.500.12990/6806>
- Tsovili, T. D. (2004). *he relationship between language teachers' attitudes and the state-trait anxiety of adolescents with dyslexia*. *Journal of Research in Reading*. Obtenido de <https://psycnet.apa.org/doi/10.1111/j.1467-9817.2004.00215.x>
- Wang, Y. W. (2021). "Understanding the occupational stress of military police in China: An exploratory study". *Journal of Police and Criminal Psychology*, 1-12.
- Wrosch, C., & Scheier, M. F. (2003). Personality and quality of life: The importance of optimism and goal adjustmen. *Quality of Life Research*, Suppl. 1, 59-72.

# **ANEXOS**

## Anexo 1: Matriz de consistencia

**Título: Modos de Afrontamiento del Estrés y Ansiedad en personal PNP – Sección Seguridad Fronteriza – Puno – 2022.**

**Responsables: Yherson Alberto Borda Quinto; Guadalupe Huaquisto Ramos**

PROBLEMA	OBJETIVO	HIPÓTESIS	VARIABLES	METODOLOGÍA
<p><b>Problema general</b></p> <p>¿Qué relación existe entre los modos de afrontamiento del estrés y la ansiedad en personal PNP – Sección Seguridad Fronteriza Yunguyo – Puno - 2022?</p>	<p><b>Objetivo general</b></p> <p>Determinar la relación que existe entre los modos de afrontamiento del estrés y la ansiedad en personal PNP – Sección Seguridad Fronteriza Yunguyo – Puno - 2022.</p>	<p><b>Hipótesis general</b></p> <p>Existe relación entre los modos de afrontamiento del estrés y la ansiedad en personal PNP – Sección Seguridad Fronteriza Yunguyo – Puno - 2022.</p>	<p><b>Variable 1:</b></p> <p>Modos de afrontamiento de estrés.</p> <p><b>Dimensiones:</b></p> <p>- D.1: Estilo de afrontamiento enfocados en el problema</p>	<p><b>Enfoque:</b> Cuantitativo</p> <p><b>Tipo de investigación:</b> Sustantiva</p> <p><b>Diseño de Investigación:</b> Correlacional – No experimental.</p> <p><b>Método:</b> Científico.</p> <p><b>Población:</b> La población de estudio fue conformada por 158 personal PNP- Sección Seguridad Fronteriza – Puno.</p>
<p><b>Problemas específicos</b></p> <p>P.E.1 ¿Qué relación existe entre los modos de afrontamiento del estrés y la dimensión Ansiedad Rasgo en personal PNP – Sección Seguridad Fronteriza Yunguyo – Puno - 2022?</p>	<p><b>Objetivos específicos:</b></p> <p><b>O.E.1</b></p> <p>Identificar la relación que existe entre los modos de afrontamiento del estrés y la dimensión Ansiedad Rasgo en personal PNP – Sección Seguridad Fronteriza Yunguyo – Puno - 2022</p>	<p><b>Hipótesis específicas:</b></p> <p><b>H.E.1</b></p> <p>Existe relación entre los modos de afrontamiento del estrés y la dimensión Ansiedad Rasgo en personal PNP – Sección Seguridad Fronteriza Yunguyo – Puno - 2022</p>	<p>- D.2: Estilo de afrontamiento enfocados en la emoción.</p> <p>- D3.: Otros estilos de afrontamiento.</p> <p><b>Variable 2:</b></p> <p><b>Ansiedad.</b></p>	<p><b>Muestra:</b></p> <p>Para el presente estudio la muestra de estudio quedara conformada por 158 personal PNP - Sección Seguridad Fronteriza – Puno.</p>

<p>P.E.2 ¿Qué relación existe entre los modos de afrontamiento del estrés y la dimensión Ansiedad Estado en personal PNP – Sección Seguridad Fronteriza Yunguyo – Puno - 2022?</p>	<p><b>O.E.2</b> Identificar la relación que existe entre los modos de afrontamiento del estrés y la dimensión Ansiedad Estado en personal PNP – Sección Seguridad Fronteriza Yunguyo – Puno - 2022</p>	<p><b>H.E.2</b> Existe relación entre los modos de afrontamiento del estrés y la dimensión Ansiedad Estado en personal PNP – Sección Seguridad Fronteriza – Puno - 2022</p>	<p><b>Dimensiones:</b> - D.1: Ansiedad rasgo - D.2: Ansiedad estado</p>	<p><b>Técnica e instrumentos:</b> <b>Técnica:</b> La encuesta <b>Instrumentos:</b> 1.- Cuestionario: Modos de Afrontamiento del Estrés 2.- STAI Cuestionario de Ansiedad  <b>Métodos de análisis de datos</b> Uso del estadístico SPSS 26.</p>
------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	---------------------------------------------------------------------------------	----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------



## Anexo 2: Instrumentos de recolección de datos, Modos de Afrontamiento del Estrés y Ansiedad.

### Instrucciones

Las frases que aparecen a continuación describen formas de pensar, sentir o comportarse, que la gente suele utilizar para enfrentarse a los problemas personales o situaciones difíciles que en la vida causan tensión o estrés. Las formas de enfrentarse a los problemas, como las que aquí se describen, no son ni buenas ni malas, ni tampoco unas son mejores o peores que otras. Simplemente, ciertas personas utilizan más unas formas que otras.

Marque con una (x) en el espacio dejado debajo del 0,1,2 o 3 es decir, el número que mejor refleje su propia forma de enfrentarse a ello, al problema. Gracias.

Nunca=1

A veces =2

Generalmente=3

Siempre=4

	1	2	3	4
1. Hago actividades adicionales para quitarme de encima el problema.				
2. Trato de idear una estrategia sobre lo que debo de hacer.				
3. Dejo de lado otras actividades para concentrarme en el problema.				
4. Me esfuerzo a mí mismo a esperar el momento apropiado para hacer algo.				
5. Le pregunto a personas que han tenido experiencias parecidas, que han hecho.				
6. Hablo de mis sentimientos con alguien				
7. Busco el lado bueno en lo que está sucediendo				
8. Aprendo a vivir con el problema				
9. Busco la ayuda de Dios				
10. Me molesto y doy rienda suelta a mis emociones				
11. Me rehusó a creer que eso ha sucedido				
12. Dejo de realizar intentos para conseguir lo que quiero				
13. Me dedico al trabajo o a otras actividades para no pensar en la situación estresante				
14. Concentro mis esfuerzos en hacer algo respecto al problema				
15. Hago un plan de acción				
16. Me concentro en tratar este problema y, si es necesario, dejo de lado otras cosas				
17. No hago nada hasta que la situación lo permita				
18. Trato de conseguir el consejo de alguien sobre qué hacer				
19. Trato de conseguir apoyo de amigos o parientes				
20. Intento ver el problema desde un punto de vista diferente, para hacerlo parecer más positivo				

21. Acepto que el hecho ha ocurrido y que no puede ser cambiado				
22. Pongo mi confianza en Dios				
23. Dejo salir mis sentimientos				
24. Me hago la idea de que nada ha ocurrido				
25. Dejo de intentar alcanzar mi meta				
26. Me voy al cine o veo televisión para pensar menos en eso				
27. Hago paso a paso lo que debe hacerse				
28. Pienso bastante sobre los pasos que debo seguir				
29. No me dejo distraer por otros pensamientos o actividades				
30. Me aseguro de no empeorar las cosas por actuar demasiado rápido				
31. Hablo con alguien que pueda saber más de la situación				
32. Hablo con alguien sobre cómo me siento				
33. Aprendo algo de la experiencia				
34. Me acostumbro a la idea de que el hecho sucedió				
35. Intento encontrar consuelo en mi religión				
36. Siento que me altero mucho y expreso demasiado todo lo que siento				
37. Actúo como si no hubiese ocurrido				
38. Admito que no puedo lidiar con el problema, y dejo de intentar resolverlo				
39. Sueño despierto (a) con cosas distintas al problema				
40. Realizo acciones dirigidas a enfrentar el problema				
41. Pienso en cómo podría manejar mejor el problema				
42. Trato de evitar que otras cosas interfieran con mis esfuerzos para enfrentar la situación				
43. Me controlo para no hacer las cosas apresuradamente				
44. Hablo con alguien que pueda hacer algo concreto sobre el problema				
45. Busco la simpatía y la comprensión de alguien				
46. Trato que mi experiencia me haga, o me lleve a madurar				
47. Acepto la realidad de lo sucedido				
48. Rezo más que de costumbre				
49. Me molesto y soy consciente de ello				
50. Me digo a mí mismo (a) "esto no es real"				
51. Reduzco la cantidad de esfuerzo que pongo en solucionar un problema				
52. Duermo más de lo usual				

### STAI Cuestionario de Ansiedad Estado – Rasgo.

**Apellido y Nombre:** \_\_\_\_\_ **Edad:** \_\_\_\_\_ **Sexo:** \_\_\_\_\_

**Instrucciones:** A continuación, encontrará unas frases que se utilizan corrientemente para describirse uno a sí mismo. Lea cada frase y señale la puntuación de 1 a 4 que indique mejor cómo se siente usted en general, en la mayoría de las ocasiones. No hay respuestas buenas ni malas. No emplee demasiado tiempo en cada frase y conteste señalando la respuesta que mejor describa cómo se siente usted generalmente.

#### Ansiedad – Estado

		Nada	Algo	Bastante	Mucho
<b>1</b>	Me siento calmado	1	2	3	4
<b>2</b>	Me siento seguro	1	2	3	4
<b>3</b>	Estoy tenso	1	2	3	4
<b>4</b>	Estoy contrariado	1	2	3	4
<b>5</b>	Me siento cómodo (estoy a gusto)	1	2	3	4
<b>6</b>	Me siento alterado	1	2	3	4
<b>7</b>	Estoy preocupado ahora por posibles desgracias futuras	1	2	3	4
<b>8</b>	Me siento descansado	1	2	3	4
<b>9</b>	Me siento angustiado	1	2	3	4
<b>10</b>	Me siento confortable	1	2	3	4
<b>11</b>	Tengo confianza en mí mismo	1	2	3	4
<b>12</b>	Me siento nervioso	1	2	3	4
<b>13</b>	Estoy desasosegado	1	2	3	4
<b>14</b>	Me siento muy «atado» (como oprimido)	1	2	3	4
<b>15</b>	Estoy relajado	1	2	3	4
<b>16</b>	Me siento satisfecho	1	2	3	4
<b>17</b>	Estoy preocupado	1	2	3	4
<b>18</b>	Me siento aturdido y sobreexcitado	1	2	3	4
<b>19</b>	Me siento alegre	1	2	3	4

<b>20</b>	En este momento me siento bien	1	2	3	4
-----------	--------------------------------	---	---	---	---

### ANSIEDAD-RASGO

**Instrucciones:** A continuación, encontrará unas frases que se utilizan corrientemente para describirse uno a sí mismo. Lea cada frase y señale la puntuación de 1 a 4 que indique mejor cómo se siente usted en general, en la mayoría de las ocasiones. No hay respuestas buenas ni malas. No emplee demasiado tiempo en cada frase y conteste señalando la respuesta que mejor describa cómo se siente usted generalmente.

		Casi nunca	A veces	A menudo	Casi siempre
<b>21</b>	Me siento bien	1	2	3	4
<b>22</b>	Me canso rápidamente	1	2	3	4
<b>23</b>	Siento ganas de llorar	1	2	3	4
<b>24</b>	Me gustaría ser tan feliz como otros	1	2	3	4
<b>25</b>	Pierdo oportunidades por no decidirme pronto	1	2	3	4
<b>26</b>	Me siento descansado	1	2	3	4
<b>27</b>	Soy una persona tranquila, serena y sosegada	1	2	3	4
<b>28</b>	Veó que las dificultades se amontonan y no puedo con ellas	1	2	3	4
<b>29</b>	Me preocupo demasiado por cosas sin importancia	1	2	3	4
<b>30</b>	Soy feliz	1	2	3	4
<b>31</b>	Suelo tomar las cosas demasiado seriamente	1	2	3	4
<b>32</b>	Me falta confianza en mí mismo	1	2	3	4
<b>33</b>	Me siento seguro	1	2	3	4
<b>34</b>	No suelo afrontar las crisis o dificultades	1	2	3	4
<b>35</b>	Me siento triste (melancólico)	1	2	3	4
<b>36</b>	Estoy satisfecho	1	2	3	4
<b>37</b>	Me rondan y molestan pensamientos sin importancia	1	2	3	4
<b>38</b>	Me afectan tanto los desengaños que no puedo olvidarlos	1	2	3	4
<b>39</b>	Soy una persona estable	1	2	3	4
<b>40</b>	Cuando pienso sobre asuntos y preocupaciones actuales me pongo tenso y agitado	1	2	3	4

### Anexo 3: Ficha de Validación de Instrumentos de Medición

#### INFORME DE VALIDACIÓN DEL INSTRUMENTO DE INVESTIGACIÓN

##### I. DATOS GENERALES

**Título de la Investigación** : Modos de Afrontamiento del Estrés y Ansiedad en personal PNP – Sección Seguridad Fronteriza – Puno – 2022  
**Nombre del Experto** : Dra. Huguette Fortunata Dueñas Zúñiga  
**Nombre del Instrumento** : STAI Cuestionario de Ansiedad Estado – Rasgo.

##### II. ASPECTOS A VALIDAR EN EL CUESTIONARIO

Aspectos a Evaluar	Descripción	Evaluación Cumple/ No cumple	Preguntas a corregir
1. Claridad	Las preguntas están elaboradas usando un lenguaje apropiado	Cumple	
2. Objetividad	Las preguntas están expresadas en aspectos observables	Cumple	
3. Conveniencia	Las preguntas están adecuadas al tema a ser investigado	Cumple	
4. Organización	Existe una organización lógica y sintáctica en el cuestionario	Cumple	
5. Suficiencia	El cuestionario comprende todos los indicadores en cantidad y calidad	Cumple	
6. Intencionalidad	El cuestionario es adecuado para medir los indicadores de la investigación	Cumple	
7. Consistencia	Las preguntas están basadas en aspectos teóricos del tema investigado	Cumple	
8. Coherencia	Existe relación entre las preguntas e indicadores	Cumple	
9. Estructura	La estructura del cuestionario responde a las preguntas de la investigación	Cumple	
10. Pertinencia	El cuestionario es útil y oportuno para la investigación	Cumple	

##### III. OBSERVACIONES GENERALES

Ninguna

  
Nombre: Dra. Huguette Fortunata Dueñas Zúñiga  
Nº. DNI: 01319352  
Nº de Colegiatura: 5692

## INFORME DE VALIDACIÓN DEL INSTRUMENTO DE INVESTIGACIÓN

### I. DATOS GENERALES

**Título de la Investigación** : Modos de Afrontamiento del Estrés y Ansiedad en personal PNP – Sección Seguridad Fronteriza – Puno – 2022.  
**Nombre del Experto** : Dra. Huguette Fortunata Dueñas Zúñiga  
**Nombre del Instrumento** : Cuestionario de Modos de Afrontamiento del Estrés

### II. ASPECTOS A VALIDAR EN EL CUESTIONARIO

Aspectos a Evaluar	Descripción:	Evaluación Cumple/ No cumple	Preguntas a corregir
1. Claridad	Las preguntas están elaboradas usando un lenguaje apropiado	Cumple	
2. Objetividad	Las preguntas están expresadas en aspectos observables	Cumple	
3. Conveniencia	Las preguntas están adecuadas al tema a ser investigado	Cumple	
4. Organización	Existe una organización lógica y sintáctica en el cuestionario	Cumple	
5. Suficiencia	El cuestionario comprende todos los indicadores en cantidad y calidad	Cumple	
6. Intencionalidad	El cuestionario es adecuado para medir los indicadores de la investigación	Cumple	
7. Consistencia	Las preguntas están basadas en aspectos técnicos del tema investigado	Cumple	
8. Coherencia	Existe relación entre las preguntas e indicadores	Cumple	
9. Estructura	La estructura del cuestionario responde a las preguntas de la investigación	Cumple	
10. Pertinencia	El cuestionario es útil y oportuno para la investigación	Cumple	

### III. OBSERVACIONES GENERALES

Ninguna

  
Nombre: Dra. Huguette Fortunata Dueñas Zúñiga  
Nº. DNI.01319352  
Nº de Colegiatura.5692

## INFORME DE VALIDACIÓN DEL INSTRUMENTO DE INVESTIGACIÓN

### I. DATOS GENERALES

**Título de la Investigación:** Modos de Afrontamiento del Estrés y Ansiedad en personal PNP – Sección Seguridad Fronteriza – Puno – 2022.

**Nombre del Experto:** Dra. Vilma Velásquez Velásquez

**Nombre del Instrumento:** Cuestionario de Modos de Afrontamiento del Estrés

### II. ASPECTOS A VALIDAR EN EL CUESTIONARIO

Aspectos a Evaluar	Descripción:	Evaluación Cumple/ No cumple	Preguntas a corregir
1. Claridad	Las preguntas están elaboradas usando un lenguaje apropiado	Cumple	
2. Objetividad	Las preguntas están expresadas en aspectos observables	Cumple	
3. Conveniencia	Las preguntas están adecuadas al tema a ser investigado	Cumple	
4. Organización	Existe una organización lógica y sintáctica en el cuestionario	Cumple	
5. Suficiencia	El cuestionario comprende todos los indicadores en cantidad y calidad	Cumple	
6. Intencionalidad	El cuestionario es adecuado para medir los indicadores de la investigación	Cumple	
7. Consistencia	Las preguntas están basadas en aspectos teóricos del tema investigado	Cumple	
8. Coherencia	Existe relación entre las preguntas e indicadores	Cumple	
9. Estructura	La estructura del cuestionario responde a las preguntas de la investigación	Cumple	
10. Pertinencia	El cuestionario es útil y oportuno para la investigación	Cumple	

### III. OBSERVACIONES GENERALES

Ninguna

  
**Vilma Velásquez Velásquez**  
Psicóloga

Nombre: Vilma Velásquez Velásquez

Nº. DNI: 29539807

Nº de Colegiatura: 6221

## INFORME DE VALIDACIÓN DEL INSTRUMENTO DE INVESTIGACIÓN

### I. DATOS GENERALES

**Título de la Investigación** : Modos de Afrontamiento del Estrés y Ansiedad en personal PNP – Sección Seguridad Fronteriza – Puno – 2022.  
**Nombre del Experto** : Dra. Vilma Velásquez Velásquez  
**Nombre del Instrumento** : STAI Cuestionario de Ansiedad Estado – Rasgo.

### II. ASPECTOS A VALIDAR EN EL CUESTIONARIO

Aspectos a Evaluar	Descripción:	Evaluación Cumple/ No cumple	Preguntas a corregir
1. Claridad	Las preguntas están elaboradas usando un lenguaje apropiado	Cumple	
2. Objetividad	Las preguntas están expresadas en aspectos observables	Cumple	
3. Conveniencia	Las preguntas están adecuadas al tema a ser investigado	Cumple	
4. Organización	Existe una organización lógica y sintáctica en el cuestionario	Cumple	
5. Suficiencia	El cuestionario comprende todos los indicadores en cantidad y calidad	Cumple	
6. Intencionalidad	El cuestionario es adecuado para medir los indicadores de la investigación	Cumple	
7. Consistencia	Las preguntas están basadas en aspectos teóricos del tema investigado	Cumple	
8. Coherencia	Existe relación entre las preguntas e indicadores	Cumple	
9. Estructura	La estructura del cuestionario responde a las preguntas de la investigación	Cumple	
10. Pertinencia	El cuestionario es útil y oportuno para la investigación	Cumple	

### III. OBSERVACIONES GENERALES

Ninguna



**Vilma Velásquez Velásquez**  
Psicóloga  
No. D. 679\*

Nombre: Vilma Velásquez Velásquez  
N°: DNI: 29539807  
N° de Colegiatura: 6221

## INFORME DE VALIDACIÓN DEL INSTRUMENTO DE INVESTIGACIÓN

### I. DATOS GENERALES

**Título de la investigación** : Modos de Afrontamiento del Estrés y Ansiedad en personal PNP – Sección Seguridad Fronteriza – Puno – 2022  
**Nombre del Experto** : Dra. Bertha Elizabeth Hualpa Bendezu  
**Nombre del Instrumento** : Cuestionario de Modos de Afrontamiento del Estrés

### II. ASPECTOS A VALIDAR EN EL CUESTIONARIO

Aspectos a Evaluar	Descripción:	Evaluación Cumple/ No cumple	Preguntas a corregir
1. Claridad	Las preguntas están elaboradas usando un lenguaje apropiado	Cumple	
2. Objetividad	Las preguntas están expresadas en aspectos observables	Cumple	
3. Conveniencia	Las preguntas están adecuadas al tema a ser investigado	Cumple	
4. Organización	Existe una organización lógica y sintáctica en el cuestionario	Cumple	
5. Suficiencia	El cuestionario comprende todos los indicadores en cantidad y calidad	Cumple	
6. Intencionalidad	El cuestionario es adecuado para medir los indicadores de la investigación	Cumple	
7. Consistencia	Las preguntas están basadas en aspectos teóricos del tema investigado	Cumple	
8. Coherencia	Existe relación entre las preguntas e indicadores	Cumple	
9. Estructura	La estructura del cuestionario responde a las preguntas de la investigación	Cumple	
10. Pertinencia	El cuestionario es útil y oportuno para la investigación	Cumple	

### III. OBSERVACIONES GENERALES

Ninguna

  
Nombre: Dra. Bertha E. Hualpa Bendezu  
N°. DNI: 01340098  
N° de Colegiatura: 5416

## INFORME DE VALIDACIÓN DEL INSTRUMENTO DE INVESTIGACIÓN

### I. DATOS GENERALES

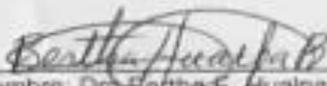
**Título de la Investigación** : Modos de Afrontamiento del Estrés y Ansiedad en personal PNP – Sección Seguridad Fronteriza – Puno – 2022.  
**Nombre del Experto** : Dra. Bertha Elizabeth Hualpa Bendezu  
**Nombre del Instrumento** : STAI Cuestionario de Ansiedad Estado – Rasgo.

### II. ASPECTOS A VALIDAR EN EL CUESTIONARIO

Aspectos a Evaluar	Descripción:	Evaluación Cumple/ No cumple	Preguntas a corregir
1. Claridad	Las preguntas están elaboradas usando un lenguaje apropiado	Cumple	
2. Objetividad	Las preguntas están expresadas en aspectos observables	Cumple	
3. Conveniencia	Las preguntas están adecuadas al tema a ser investigado	Cumple	
4. Organización	Existe una organización lógica y sintáctica en el cuestionario	Cumple	
5. Suficiencia	El cuestionario comprende todos los indicadores en cantidad y calidad	Cumple	
6. Intencionalidad	El cuestionario es adecuado para medir los indicadores de la investigación	Cumple	
7. Consistencia	Las preguntas están basadas en aspectos teóricos del tema investigado	Cumple	
8. Coherencia	Existe relación entre las preguntas e indicadores	Cumple	
9. Estructura	La estructura del cuestionario responde a las preguntas de la investigación	Cumple	
10. Pertinencia	El cuestionario es útil y oportuno para la investigación	Cumple	

### III. OBSERVACIONES GENERALES

Ninguna

  
Nombre: Dra. Bertha E. Hualpa Bendezu  
N°. DNI: 01340098  
N° de Colegiatura: 5416









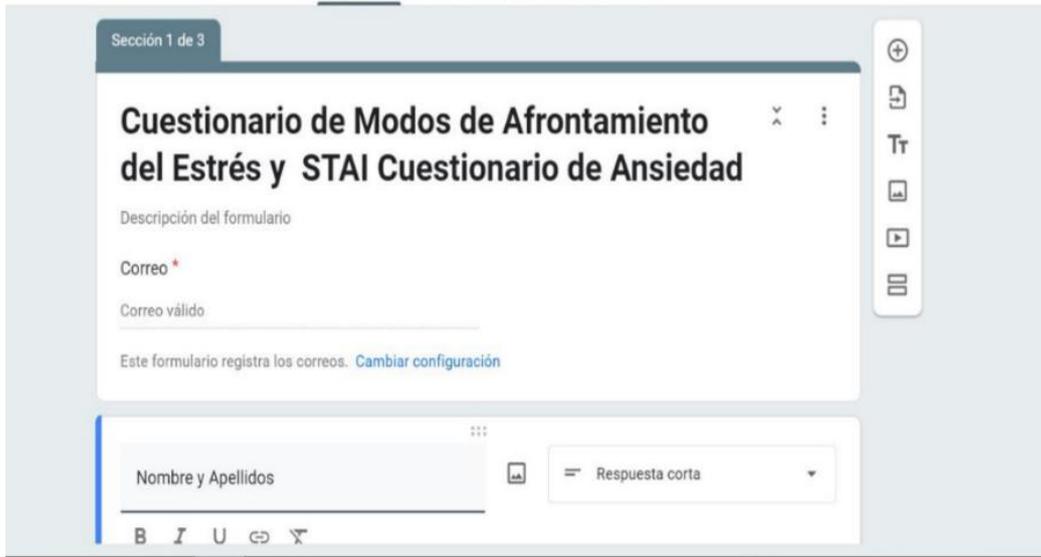




## Anexo 5: Evidencias Fotográficas

Link del Formulario de Instrumentos:

<https://docs.google.com/forms/d/e/1FAIpQLSd7CTSvzE12XUnv6qZxigPuHU63ppWTLoikWixLEo3iHoTOnA/viewform>



Sección 1 de 3

### Cuestionario de Modos de Afrontamiento del Estrés y STAI Cuestionario de Ansiedad

Descripción del formulario

Correo \*

Correo válido

Este formulario registra los correos. [Cambiar configuración](#)

Nombre y Apellidos

Respuesta corta

B I U ↻

Nota: Cuestionario de modos de Afrontamiento del Estrés y STAI Cuestionario de Ansiedad



Sección 2 de 3

### Cuestionario de Modos de Afrontamiento del Estrés

Instrucciones

Las frases que aparecen a continuación describen formas de pensar, sentir o comportarse, que la gente suele utilizar para enfrentarse a los problemas personales o situaciones difíciles que en la vida causan tensión o estrés. Las formas de enfrentarse a los problemas, como las que aquí se describen, no son ni buena ni malas, ni tampoco unas son mejores o peores que otras. Simplemente, ciertas personas utilizan más unas formas que otras.

Marque la respuesta que mejor refleje su propia forma de enfrentarse a ello, al problema. Gracias

B I U ↻

1. Hago actividades adicionales para quitarme de encima el problema.

B I U ↻

- 1. Nunca
- 2. A veces
- 3. Generalmente
- 4. Siempre

Nota: Cuestionario de modos de Afrontamiento del Estrés.

Sección 3 de 3

### STAI Cuestionario de Ansiedad Ansiedad - Estado

**Instrucciones:** A continuación, encontrará unas frases que se utilizan corrientemente para describirse uno a sí mismo. Lea cada frase y señale la respuesta que indique mejor cómo se siente usted en general, en la mayoría de las ocasiones. No hay respuestas buenas ni malas. No emplee demasiado tiempo en cada frase y conteste señalando la respuesta que mejor describa cómo se siente usted generalmente.

1. Me siento calmado \*

Nada

Algo

Bastante

Mucho

2. Me siento seguro \*

Nada

Nota: Cuestionario STAI Cuestionario de Ansiedad.



Nota: Ingreso a la Oficina perteneciente a la SECSEFRO PNP Puno, Ubicado en las instalaciones de la Sub Prefectura de la ciudad de Puno (Jr.Tacna intersección con Jr. Ricardo Palma S/N).



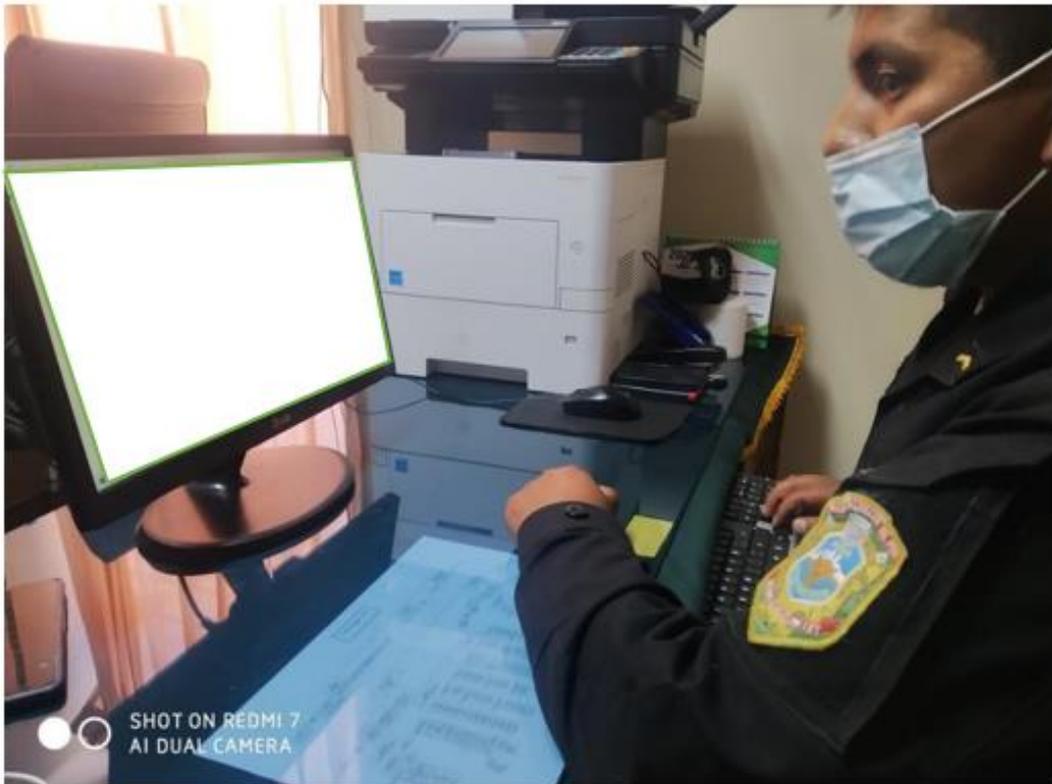
Nota: Presentación de documentos (Autorización y Carta de Presentación) en la SECSEFRO PNP Puno.



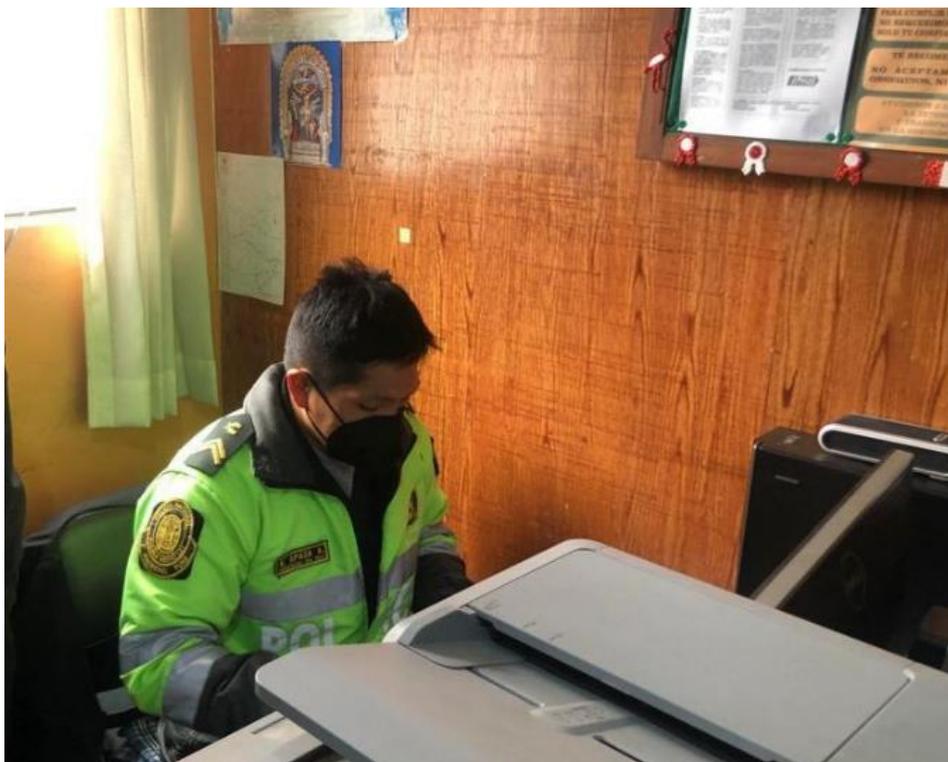
Nota: Se impartió las recomendaciones de ingreso mediante el formulario (GOOGLE FORMS) para el llenado de los test.



Nota: Se brindo información sobre la presente investigación.



Nota: Paneaux fotográfico a uno de los Efectivos PNP ingresando al Formulario (GOOGLE FORMS).



Nota: Efectivo Policial Respondiendo el Formulario (GOOGLE FORMS).



Nota: Paneaux fotográfico de las charlas virtuales (GOOGLE MEET) que se impartió al personal que labora en el sub Sector Yunguyo de la SECSSEFRO PNP Puno, por parte de los investigadores.



Nota: Paneaux fotográfico de las charlas virtuales (GOOGLE MEET) que se impartió al personal que labora en el sub Sector Yunguyo de la SECSSEFRO PNP Puno, por parte de los investigadores.



UNIVERSIDAD  
**AUTÓNOMA**  
DE ICA

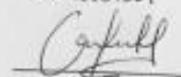
### CONSENTIMIENTO INFORMADO

Yo, Juli Cesar Zapana Condori, identificado con el DNI N° 29223145, acepto participar voluntariamente de la investigación titulada **MODOS DE AFRONTAMIENTO DEL ESTRÉS Y ANSIEDAD EN PERSONAL PNP – SECCIÓN SEGURIDAD FRONTERIZA – YUNGUYO, PUNO – 2022**, con ello autorizo se me pueda aplicar los siguientes instrumentos: **Test de Modos de Afrontamiento del Estrés de Carver** y el **Test de STAI**, comprometiéndome a responder con veracidad cada uno de ellos.

Además, se me informo que dicho instrumento es anónimo y solo se usara los resultados para fines del estudio. Con respecto a los riesgos, el estudio no representara ningún riesgo para mi salud, así como tampoco se me beneficiara económicamente por él, por ser una decisión voluntaria en ayuda de la investigación.

  
Firma del Participante  
DNI: 29223145

  
Firma del Investigador  
DNI: 75594859

  
Firma del Investigador  
DNI: 73638541



### CONSENTIMIENTO INFORMADO

Yo, Wilfredo Lescanor Quiro, identificado con el DNI N° 47100642, acepto participar voluntariamente de la investigación titulada **MODOS DE AFRONTAMIENTO DEL ESTRÉS Y ANSIEDAD EN PERSONAL PNP – SECCIÓN SEGURIDAD FRONTERIZA – YUNGUYO, PUNO – 2022**, con ello autorizo se me pueda aplicar los siguientes instrumentos: **Test de Modos de Afrontamiento del Estrés de Carver y el Test de STAI**, comprometiéndome a responder con veracidad cada uno de ellos.

Además, se me informo que dicho instrumento es anónimo y solo se usara los resultados para fines del estudio. Con respecto a los riesgos, el estudio no representara ningún riesgo para mi salud, así como tampoco se me beneficiara económicamente por él, por ser una decisión voluntaria en ayuda de la investigación.

Firma del Participante  
DNI: 47100642

Firma del Investigador  
DNI:

Firma del Investigador  
DNI: 73638541



### CONSENTIMIENTO INFORMADO

Yo, Jhon Condori Nayhua, identificado con el DNI N° 48214876, acepto participar voluntariamente de la investigación titulada **MODOS DE AFRONTAMIENTO DEL ESTRÉS Y ANSIEDAD EN PERSONAL PNP – SECCIÓN SEGURIDAD FRONTERIZA – YUNGUYO, PUNO – 2022**, con ello autorizo se me pueda aplicar los siguientes instrumentos: **Test de Modos de Afrontamiento del Estrés de Carver y el Test de STAI**, comprometiéndome a responder con veracidad cada uno de ellos.

Además, se me informo que dicho instrumento es anónimo y solo se usara los resultados para fines del estudio. Con respecto a los riesgos, el estudio no representara ningún riesgo para mi salud, así como tampoco se me beneficiara económicamente por él, por ser una decisión voluntaria en ayuda de la investigación.

Firma del Participante  
DNI:

Firma del Investigador  
DNI: 75551359

Firma del Investigador  
DNI: 73638541



# UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DE ICA

## CARTA DE PRESENTACIÓN

El Decano de la Facultad de Ciencias de la Salud de la Universidad Autónoma de Ica, que suscribe

Hace Constar:

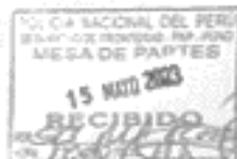
Que, **BORDA QUINTO YHERSON ALBERTO**; identificado con DNI 75559359 y **HUAQUISTO RAMOS GUADALUPE**; identificado con DNI 73638541 del Programa Académico de Psicología, quien viene desarrollando la Tesis Profesional: **"MODOS DE AFRONTAMIENTO DEL ESTRÉS Y ANSIEDAD EN PERSONAL PNP – SECCION SEGURIDAD FRONTERIZA – TUNGUYO, PUNO – 2022."**

Se expide el presente documento, a fin de que el responsable de la Institución, tenga a bien autorizar a los interesados en mención, aplicar su Instrumento de Investigación, comprometiéndose a actuar con respeto y transparencia dentro de ella, así como a entregar una copia de la investigación cuando esté finalmente sustentada y aprobada, para los fines que se estimen necesarios.

Chincha Alta, 15 de mayo del 2023



*[Firma]*  
\_\_\_\_\_  
M<sup>CS</sup>. SUSANA MARLEN ATUNCAR DEZA  
DECANA (E)  
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD  
UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DE ICA





# UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DE ICA

"AÑO DE LA UNIDAD, LA PAZ Y EL DESARROLLO"

Chincha Alta, 15 de mayo del 2023

**OFICIO N°0136-2023-UAL/FCE**

SECCIÓN DE SEGURIDAD FRONTERIZA-PNP-PUNO  
SE PNP ZAPANA CONDOR, JULIO CESAR  
JEFE (E) DE LA SECCSFRO  
PUNO

PRESENTE.-

De mi especial consideración:

Es grato dirigirme a usted para saludarlo cordialmente.

La Facultad de Ciencias de la Salud de la Universidad Autónoma de Ica tiene como principal objetivo formar profesionales con un perfil científico y humanístico, sensibles con los problemas de la sociedad y con vocación de servicio, esto congresado lo internalizamos a través de nuestros programas académicos, bajo la excelencia en formación académica, y trabajo transversalmente con nuestros pilares como son la **investigación**, proyección y extensión universitaria y bienestar universitario.

En tal sentido, nuestros estudiantes de los últimos semestres académicos se encuentran en el desarrollo de su Trabajo de Investigación, que le permitirán obtener el Título Profesional antelado, de acuerdo con las áreas de investigación de nuestra Facultad, para los programas académicos de Enfermería, Psicología y Obstetricia. Los estudiantes han tenido a bien seleccionar temas de estudio de interés con la realidad local y regional, tomando en cuenta a la institución.

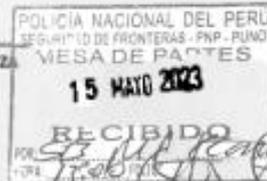
Como parte de la exigencia del proceso de Investigación, se debe contar con la **AUTORIZACIÓN** de la institución elegida, para que los estudiantes puedan poder proceder a realizar el estudio, recabar información y aplicar su instrumento de investigación, misma que a través del presente documento solicitamos.

Adjuntamos la Carta de Presentación de los estudiantes con el tema de investigación propuesto y quedamos a la espera de su aprobación que será de gran utilidad para su institución.

Sin otro particular y en la seguridad de merecer su atención, me suscribo, no sin antes reiterarle los sentimientos de mi especial consideración.



*[Firma]*  
MG. SUSANA MARLENI ATUNCAR DEZA  
MAGISTER (E)  
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD  
UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DE ICA



Av. Abelardo Ruiz Maurtua 450 - 456 | Chincha Alta - Chincha - Ica  
☎ 056 208175  
🌐 www.autonomadeica.edu.pe

Puno, 15 de Mayo del 2023

**OFICIO N° 350 -2023-COMASGEN-PNP/X-MACREPOL-PUNO/REGPOL-  
P/DIVOPUS-P/DUE-PNP-P/SECSEFRO-PNP-P.**

**SEÑOR :** Mg. SUSANA MARLENI ATUNCAR DEZA  
DECANA (E) DE LA FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD DE LA  
UNIVERSIDAD AUTONOMA DE ICA.

**ASUNTO :** Aceptación de solicitud.

**REF. :** OFICIO N° 0330-2023-UAI-FCS, de fecha 15MAY2023.

Es grato dirigirme a Ud., con la finalidad de hacer de su conocimiento sobre la **ACEPTACION** de los estudiantes de la Escuela profesional de Psicología Humana de su distinguida Universidad los Bachilleres **BORDA QUINTO Yherson Alberto** y **HUAQUISTO RAMOS Guadalupe**, a fin de que realicen el trabajo de investigación titulada **"MODOS DE AFRONTAMIENTO DEL ESTRÉS Y ANSIEDAD EN PERSONAL PNP – SECCION DE SEGURIDAD FRONTERIZA – YUNGUYO, PUNO - 2022"** en la presente Sub Unidad perteneciente a la X-MACREPOL-PUNO.

Asimismo, los citados estudiantes podrán proceder las labores de estudio, recabación de información y aplicación de los instrumentos de investigación.

Es propicia la oportunidad para expresar los sentimientos de mi especial consideración y estima personal.

Dios guarde a Ud.



  
SA - 30642847  
Julio Cesar ZAPANA CONDORI  
SG - PNP  
JEFE (E) SECSEFRO - PNP - PUNO

## CONSTANCIA

EL QUE SUSCRIBE, JEFE (E) DE LA SECSEFRO PNP PUNO, DE LA CIUDAD DE PUNO.

### HACE CONSTAR:

Que los bachilleres **BORDA QUINTO Yherson Alberto** y **HUAQUISTO RAMOS Guadalupe**, aplicaron en nuestra Sub Unidad los instrumentos de la **TESIS "MODOS DE AFRONTAMIENTO DEL ESTRÉS Y ANSIEDAD EN PERSONAL PNP – SECCION DE SEGURIDAD FRONTERIZA – YUNGUYO, PUNO - 2022"**, para la confiabilidad de los mismos.

Se expide la presente a solicitud de los interesados para los fines que estime conveniente.

Puno, 18 de Mayo del 2023.



  
SA - 30562847  
Julio Cesar ZAPANA CONDORI  
SG - PNP  
JEFE (E) SECSEFRO - PNP - PUNO

## Anexo 6: Informe de Turnitin al 28% de similitud

### "MODOS DE AFRONTAMIENTO DEL ESTRÉS Y ANSIEDAD EN PERSONAL PNP – SECCIÓN SEGURIDAD FRONTERIZA – YUNGUYO, PUNO – 2022"

#### INFORME DE ORIGINALIDAD

<b>7</b> %	<b>7</b> %	<b>2</b> %	<b>2</b> %
INDICE DE SIMILITUD	FUENTES DE INTERNET	PUBLICACIONES	TRABAJOS DEL ESTUDIANTE

#### FUENTES PRIMARIAS

<b>1</b>	<b>repositorio.ucv.edu.pe</b> Fuente de Internet	<b>2</b> %
<b>2</b>	<b>Submitted to Universidad Peruana Los Andes</b> Trabajo del estudiante	<b>1</b> %
<b>3</b>	<b>repositorio.unheval.edu.pe</b> Fuente de Internet	<b>1</b> %
<b>4</b>	<b>hdl.handle.net</b> Fuente de Internet	<b>1</b> %
<b>5</b>	<b>Submitted to Politécnico Colombiano Jaime Isaza Cadavid</b> Trabajo del estudiante	<b>1</b> %
<b>6</b>	<b>repositorio.urp.edu.pe</b> Fuente de Internet	<b>1</b> %
<b>7</b>	<b>repositorio.uap.edu.pe</b> Fuente de Internet	<b>1</b> %