



U N I V E R S I D A D
AUTÓNOMA
D E I C A

UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DE ICA
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
PROGRAMA ACADÉMICO DE ENFERMERÍA

TESIS
“RELACIÓN ENTRE ESTRÉS PERCIBIDO Y ANSIEDAD EN
DOCENTES DEL CENTRO EDUCATIVO PAMER, SEDE ICA EN
TIEMPOS DE COVID EN EL AÑO 2021”

LÍNEA DE INVESTIGACIÓN
Calidad de vida, resiliencia y bienestar psicológico

Presentado por:
Nataly Esther Cortavitarde Phocco
Rosa Marian Fuentes Casas

Tesis desarrollada para optar el Título Profesional de
Licenciada en Psicología

Docente asesor:
Dr. Ena Cecilia Obando Peralta
Código Orcid N°0000-0001-5734-6764

Chincha, Ica, 2020

Asesor

DRA. ENA CECILIA OBANDO PERALTA

Miembros del jurado

-Dr. Edmundo González Zavala

-Dr. William Chu Estrada

-Dr. Martín Campos Martínez

DEDICATORIA

El presente trabajo lo dedicamos a nuestros padres Pedro y Rosa, Manuel y Juliana, por enseñarnos a nunca rendirnos.

AGRADECIMIENTOS

Al concluir una etapa maravillosa de nuestras vidas, queremos extender un profundo agradecimiento a nuestros padres, quienes hicieron posible este sueño, por caminar a nuestro lado en todo momento y ser fuente de inspiración, apoyo, amor y fortaleza.

Nuestra gratitud a la Universidad Autónoma de Ica.

Y finalmente, nuestro agradecimiento absoluto a nuestra asesora de tesis, Dra. Ena Cecilia Obando Peralta por su apoyo y enseñanzas.

El objetivo de la investigación fue determinar la relación entre estrés percibido y ansiedad en los docentes del Centro Educativo Privado Pamer, sede Ica en tiempos de COVID en el año 2021.

El presente estudio pertenece al enfoque cuantitativo de tipo no experimental, diseño correlacional descriptivo de corte transversal. La técnica empleada fue encuesta, los instrumentos fueron la Escala de Percepción Global de Estrés (EPGE-13) adaptación peruana de Guzmán y Reyes 2018 y el Inventario de Ansiedad de Beck (BAI) adaptación española de Sanz, Vallar, De la Guía y Hernández, 2011. Los datos se analizaron el programa estadístico SPSS – 25 mediante la Rho de Spearman.

En cuanto a los participantes, la población fue de 46 participantes, una muestra no probabilística de tipo censal.

Se obtuvo que el 100% de los docentes presentan estrés percibido alto y el 69.6% presentan nivel alto de ansiedad. El coeficiente de correlación de Rho de Spearman arrojó ,385** donde el valor de $P = 0,008$ valor (Sig. bilateral) $< 0,05$ a un nivel de confianza (**) del 99%. Lo cual indica que existe correlación entre estrés percibido y ansiedad en docentes del centro educativo privado Pamer, sede Ica en tiempos de COVID-19 en el año 2021.

Finalmente, se concluyó que existe relación significativa entre estrés percibido y ansiedad en los docentes del Centro Educativo Privado de Pamer sede Ica en tiempos de COVID-19.

PALABRAS CLAVES: Estrés Percibido, Ansiedad y Docentes.

The objective of the research was to determine the relationship between perceived stress and anxiety in the teachers of the Pamer Private Educational Center, Ica headquarters in times of COVID in the year 2021.

The present study belongs to a non-experimental quantitative approach, descriptive cross-sectional correlational design. The technique used was a survey, the instruments were the Global Stress Perception Scale (EPGE-13) Peruvian adaptation of Guzmán and Reyes 2018 and the Beck Anxiety Inventory (BAI) Spanish adaptation of Sanz, Vallar, Dela Guía and Hernández, 2011. The data were analyzed using the SPSS - 25 statistical program using Spearman's Rho.

Regarding the participants, the population was 46 participants, a non-probabilistic census-type sample.

It was found that 100% of the teachers present high perceived stress and 69.6% present a high level of anxiety. Spearman's Rho correlation coefficient yielded, 385 ** where the P value = 0.008 value (bilateral sig.) <0.05 at a confidence level (**) of 99%. Which indicates that there is a correlation between perceived stress and anxiety in teachers of the Pamer private educational center, Ica headquarters in times of COVID-19 in 2021.

Finally, it was concluded that there is a significant relationship between perceived stress and anxiety in the teachers of the Private Educational Center of Pamer, Ica headquarters in times of COVID-19.

KEY WORDS: Perceived Stress, Anxiety and Teachers.

ÍNDICE

	Pág.
Dedicatoria	III
Agradecimiento	IV
Resumen	V
Abstract	VI
Índice general	VII
índice de tablas	IX
Índice de figuras	X
. INTRODUCCIÓN	11
. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA	12
2.1 Descripción del problema	12
2.2 Pregunta de investigación general	14
2.3 Preguntas de investigación específicas	14
2.4 Objetivo general	15
2.5 Objetivos específicos	15
2.6 Justificación e importancia	15
2.7. Alcances y limitaciones	16
. MARCO TEÓRICO	17
3.1 Antecedentes	17
3.2 Bases Teóricas	21
3.3 Identificación de variables	31
. METODOLÓGICA	32
4.1 Tipo de investigación	32
4.2 Diseño de investigación	32
4.3 Operacionalización de variables	33
4.4 Hipótesis general	34
4.5 Hipótesis específicas	34
4.6 Población – muestra	34
4.7 Técnicas e Instrumentos de recolección de información	35
4.8 Técnicas de análisis e Interpretación de datos	38
. RESULTADOS	39
5.1. Presentación de Resultados - Descriptivo	39
5.2. Presentación de Resultados – Tablas Cruzadas	43

ANÁLISIS DE RESULTADOS	46
6.1. Análisis de los resultados – Pruebas de hipótesis	46
6.2. Comparación de resultados con antecedentes	52
CONCLUSIONES	55
RECOMENDACIONES	56
REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS	57
ANEXOS	63
Anexo 1: Matriz de consistencia	
Anexo 2: Escala de Percepción Global de Estrés (epge-13) adaptación peruana de Guzmán y Reyes (2018)	
Anexo 3: Baremos de escala de percepción global de estrés (EPGE-13) adaptación peruana de Guzmán y Reyes (2018)	
Anexo 4: inventario de ansiedad de Beck (BAI) (Adaptación Española de Sanz, García - Vera y Fortún, 2011)	
Anexo 5A: Confiabilidad de la variable estrés percibido	
Anexo 5B: Confiabilidad de la variable ansiedad	
Anexo 6: Base de datos del formulario google	
Anexo 7: Base de datos de SPSS-25	
Anexo 8: Turnitin al 28% de antiplagioa	

ÍNDICE DE TABLAS

Tabla		Pág.
Tabla 1	<i>Edad de los encuestados.</i>	39
Tabla 2	<i>Género de los encuestados.</i>	40
Tabla 3	<i>Niveles de estrés percibido en los encuestados.</i>	41
Tabla 4	<i>Niveles de ansiedad en los encuestados.</i>	42
Tabla 5	<i>Estrés percibido según la edad.</i>	43
Tabla 6	<i>Estrés percibido según el género.</i>	43
Tabla 7	<i>Ansiedad según la edad.</i>	44
Tabla 8	<i>Ansiedad según el género.</i>	44
Tabla 9	<i>Prueba de normalidad de las variables.</i>	46
Tabla 10	<i>Relación entre estrés percibido y ansiedad.</i>	48
Tabla 11	<i>Relación entre dimensión 1 y ansiedad.</i>	49
Tabla 12	<i>Relación entre dimensión 2 y ansiedad.</i>	51

ÍNDICE DE FIGURAS

Figura		Pág.
Figura 1	<i>Síntomas del individuo frente al estrés.</i>	22
Figura 2	<i>Tres categorías de síntomas frente al estrés.</i>	23
Figura 3	<i>Consecuencias del estrés en el sistema inmune.</i>	26
Figura 4	<i>Edad de los encuestados.</i>	39
Figura 5	<i>Género de los encuestados.</i>	40
Figura 6	<i>Niveles de estrés percibido.</i>	41
Figura	<i>Niveles de ansiedad.</i>	42

I. INTRODUCCIÓN

En el área educativa, siempre fue común encontrar cuadros de estrés y ansiedad en el profesorado de los distintos niveles académicos, números que se han incrementado en la pandemia del COVID-19 llegando a afectar el equilibrio psicológico y emocional de los docentes.

Definitivamente, la docencia es considerada por mucho una de las actividades más estresantes, población que se ve afectada de manera considerable en los últimos años.

Por otra parte, la ansiedad es la afección con más recurrencia después de la depresión en poblaciones clínicas como poblaciones generales, docentes.

Precisamente, los docentes del Centro Educativo Privado Pamer - sede Ica presentan síntomas de estrés y ansiedad y más aún en tiempos de COVID-19 donde el aislamiento y la distancia social genera alteraciones en la Salud Mental de los docentes de diferentes niveles educativos.

Por estas razones es relevante estudiar la relación entre estrés percibido y ansiedad.

Ahora bien, la presente tesis se divide en 6 acápites, siendo el capítulo 1 la introducción, el capítulo 2 realidad problemática, preguntas, objetivos, justificación, alcances y limitaciones, el capítulo 3 bases teóricas y antecedentes relacionadas a las variables, el capítulo 4 metodología como es y de que tipo, nivel y diseño de investigación, Operacionalización de las variables, hipótesis, población, muestra, muestreo, técnicas e instrumentos utilizados (validación y confiabilidad), recolección de datos y técnicas de análisis e interpretación de datos, en el capítulo 5 se encuentran los resultados descriptivos y tablas cruzadas de la investigación y finalmente el capítulo 6 análisis, prueba de hipótesis, discusión y comparación de resultados.

Los autores

II. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

2.1. Descripción del Problema

En la actualidad es cotidiano escuchar “estoy estresado” “ando estresada” como si fuese una normalidad sin tomar en cuenta la gravedad del problema, síntomas que desencadenan afecciones más complejas como depresión y ansiedad.

Y más aún en el contexto actual en el que vivimos, la pandemia por COVID-19 situación que ha obligado a generar cambios como migrar al trabajo remoto en el campo político, económico, social, salud, laboral y sobre todo en el ámbito educativo.

El teletrabajo (dictar clases virtuales) y estar conectados por muchas horas podrían desencadenar estrés, ansiedad, fatiga y malestares debido al ambiente inadecuado, consultas telefónicas, reuniones virtuales, recepción de tareas por correo o whatsapp y sobrecarga de actividades, además, de los conflictos dentro de la familia de los docentes (Ortiz, 2020).

Del mismo modo, según el Ministerio de Salud (MINSA, 2020) el estrés puede ocasionar problemas de salud, aumentar tasas y accidentes relacionados con el trabajo. Además, según Moreno & Báez (2010) el estrés es el primer riesgo psicosocial y más global de todos porque actúa como respuesta general ante los factores psicosociales de riesgo.

Además, la Organización Mundial de la Salud (OMS, 2020) mencionan que “el 9% indicó tener algún trastorno de salud mental desde antes de la pandemia. Los resultados mostraron que un 29% de la población consultada presentaba síntomas de ansiedad”.

De hecho, antes de la pandemia, la salud mental en nuestro país presentaba indicadores alarmantes, después de la emergencia sanitaria se multiplicaron en porcentajes considerables por 100

peruanos 20 sufrían de algún un trastorno mental según el Ministerio de salud (MINSa, 2020).

Yuri Cutipe Cárdenas, director ejecutivo de Salud Mental del Ministerio de Salud (MINSa) ya teníamos una endemia, en problemas de salud mental no solo en nuestro país si no en el mundo. Con la pandemia la salud mental en nuestro país se ha agravado de manera alarmante, 2 de cada 10 personas recibían asistencia especializada y esto es menor en provincia, solo en Lima el 30% de la población tiene atención de manera adecuada (Garay, 2021).

El Ministerio de Salud (MINSa) atendió más de 156 mil casos de ansiedad, 77 mil casos de depresión, 18 mil casos de consumo de alcohol y sustancias psicóticas y ms de 60 mil casos de violencia (MINSa, 2020).

El MINSa y la Organización Panamericana de la Salud (OPS) efectuaron un tamizaje digital donde participaron 55,000 personas, los resultados fueron alarmantes. el 55% tenía problemas para dormir, el 42.8% tenía problemas con el apetito, el 44% tenían cansancio, el 35% presentaba problemas de concentración y el 13 % tenían pensamientos suicidas (MINSa, 2020).

En mayo del 2020, una encuesta del Instituto de Estudios Peruanos (IEP) nos indican que: de cada 10 personas 7 experimentaron depresión, angustia, estrés, y ansiedad. En el transcurso de los meses los niveles de ansiedad y depresión se han ido incrementando, según la encuestadora Ipsos, en abril un 52% de la población manifestó tener crisis psicológicas y esta cifra subió un 71% en setiembre.

A sí mismo, el Instituto Nacional de Salud Mental (INMS) del Ministerio de Salud (MINSa) al realizar el estudio epidemiológico para saber el efecto de la pandemia en la salud mental de la población adulta peruana, los resultados preliminares han evidenciado que solo en lima metropolitana el 52.2% sufre de estrés moderado a severo, (Garay, 2021).

Por su parte, Jorge Hernández jefe de la defensoría del Pueblo de la región de Ica solicito a la Dirección Regional de Salud (DIRESA) la implementación de unidades funcionales de acompañamiento psicosocial después de 3 casos de suicidio por temas de salud mental como, temor, ansiedad y estrés en tiempos de COVID-19 (Defensoría del pueblo, 2020).

Tras la verificación de todos datos del marco teórico, se llega a observar que en el Centro Educativo Privado Pamer – sede Ica, existe gran cantidad de docentes que están en situación de vulnerabilidad en los docentes de esta escuela presentan características propias del estrés y la ansiedad como desánimo, cansancio, pesadez, inquietud, sudoración, malestares físicos como dolores de cabeza, espalda y cuello provocando faltas injustificadas y disminución del rendimiento laboral dentro de las clases virtuales, de allí y debido a lo expuesto es necesario investigar la relación entre estrés percibido y ansiedad.

2.2. Pregunta de investigación general

¿Cuál es la relación entre estrés percibido y ansiedad en docentes del centro educativo privado Pamer, sede ICA, en tiempos de COVID en el año 2021?

2.3. Preguntas de investigación específicas

P1: ¿Cuál es el nivel de estrés percibido en docentes del centro educativo privado Pamer, sede Ica en tiempos de COVID en el año 2021?

P2: ¿Cuál es el nivel de ansiedad en docentes del centro educativo privado Pamer, sede Ica en tiempos de COVID en el año 2021?

P3: ¿Cuál es la relación entre la dimensión control de estrés y la ansiedad en docentes del centro educativo privado Pamer, sede Ica en tiempos de COVID en el año 2021?

P4: ¿Cuál es la relación entre la dimensión expresión de estrés y la ansiedad en docentes del centro educativo privado Pamer, sede Ica en tiempos de COVID en el año 2021?

2.4. Objetivo General

Establecer la relación entre estrés percibido y ansiedad en docentes del centro educativo privado Pamer, sede Ica en tiempos de COVID en el año 2021.

2.5. Objetivos Específicos

O1: Identificar el nivel de estrés percibido en docentes del centro educativo privado Pamer, sede Ica en tiempos de COVID en el año 2021.

O2: Identificar el nivel de ansiedad en docentes del centro educativo privado Pamer, sede Ica en tiempos de COVID en el año 2021.

O3: Establecer la relación entre la dimensión control de estrés y la ansiedad en docentes del centro educativo privado Pamer, sede Ica en tiempos de COVID en el año 2021.

O4: Establecer la relación entre la dimensión expresión de estrés y la ansiedad en docentes del centro educativo privado Pamer, sede Ica en tiempos de COVID en el año 2021.

2.6. Justificación e importancia

La investigación servirá a 3 propósitos, a nivel práctico aportará al Centro Educativo Privado de Pamer sede Ica información precisa de los niveles de estrés y ansiedad de los docentes de la mencionada institución que permitirá implementar programas de manejo de estrés y control emocional.

Y a nivel teórico, confirmará la relación entre estrés percibido y ansiedad, como indica ya que es un tema actual latente y alarmante por causa del aislamiento social debido a la pandemia por COVID-19 (Raymundo, 2021) desencadenando elevados niveles de estrés percibido (Prieto, Leal y Ramírez, 2016; Pinilla y Jiménez, 2019 y Ramírez y Jamanca 2020) provocando retroceso en el desarrollo de la educación y por ende un tema de estrés en los educadores y educandos, así poder generalizar los resultados a principios más amplios, para comentar, desarrollar y apoyar las teorías referidas a las variables en cuestión.

Y finalmente a nivel social se beneficiarán de manera indirecta los estudiantes por el aporte y las recomendaciones que se brinden a los docentes del Centro Educativo Privado de Pamer, sede Ica.

2.6. Alcances y limitaciones

El alcance de la investigación será correlacional descriptivo, los resultados aportarán al Centro Educativo Privado Pamer, sede Ica ya que les permitirá abordar y mejorar el ambiente y la mecánica de trabajo en los docentes de la mencionada institución, además servirá como antecedente para futuras investigaciones.

Por otra parte, una de las limitaciones es las escasas referencias bibliográficas actuales sobre las variables para ello se citará antecedentes de una variable con otras variables en muestras similares. Otra de las limitaciones sería la complicación en la aplicación de los cuestionarios debido al contexto actual que atravesamos la pandemia, por covid-19 para se adaptará la modalidad virtual.

III. MARCO TEÓRICO

3.1. Antecedentes

Antecedentes internacionales

Prieto, Leal y Ramírez (2016) en Colombia hicieron una investigación titulada Ansiedad y depresión en docentes del Colegio Nacionalizado Femenino de Villavicencio de Colombia, cuyo objetivo fue determinar los niveles de ansiedad y depresión en una muestra de 44 docentes a los que se encuestó con la escala de ansiedad y depresión (HADS). Un estudio no experimental descriptiva no explicativa. Donde se concluyó que los docentes presentan altos niveles de depresión (95,45%) y un alto nivel de ansiedad (88,6%). En ella recomendaron realizar investigaciones que aborden la problemática estudiada, ansiedad y depresión en docentes debido a que ha sido poco explorada a nivel internacional, nacional y regional.

Pinilla y Jiménez (2019) en Colombia realizaron un estudio titulada Factores asociados al estrés percibido por los docentes de planta de la Fundación Universitaria Los Libertadores de Bogotá, Colombia con el fin de identificar los niveles de percepción de estrés en una muestra de 63 docentes de manera voluntaria, se aplicó por medio correo la Escala de estrés percibido (EEP). Un estudio de corte descriptivo. Donde se concluyó que la percepción muy baja fue de 1.6%, percepción media en un 34.9% y alta percepción en un 4.8%, además los docentes con mayor percepción de estrés se encuentran en las Facultades de Derecho y Ciencias Políticas y Relaciones Internacionales 60% y Ciencias Humanas y Sociales 23.1%. Recomendaron implementar programas de atención y tratamiento del estrés en docentes, para generar y formar profesionales integrales.

Brito-Ortíz, Nava-Gómez y Juárez-García (2019) investigaron la Escala de estrés percibido en estudiantes de odontología, enfermería y psicología en Baja California, México con el objetivo de demostrar la confiabilidad y

validez de constructo en una muestra de 537 estudiantes hombres y mujeres se les aplicó la Escala de Estrés Percibido (EEP) para medir el grado en que las situaciones de la vida se valoran como estresantes. Se concluyó que los puntajes de la escala de estrés percibido son válidos y confiables en la muestra estudiada ($\alpha=.86$).

Párraga *et al.* (2018) investigaron Burnout y su relación con el estrés percibido y satisfacción laboral en profesionales sanitarios de atención primaria de una comunidad autónoma de Barcelona, España cuyo objetivo fue evaluar la prevalencia de burnout y sus componentes en profesionales sanitarios de atención y su relación con estrés percibido y satisfacción laboral en una muestra de 97 entre médicos y enfermeras, un estudio descriptivo observacional transversal, se les aplicó la Escala de estrés percibido, el Inventario de burnout de Maslach (MBI) y el Cuestionario de satisfacción laboral. Se concluyó que de cada 5 personas a uno afecta el burnout, el 20.7% presentan prevalencia de burnout, la sub-escala más alterada fue despersonalización con 28.2%, la puntuación de estrés percibido fue significativa el aumentar el grado de Burnout en las 3 sub-escalas ($p<0,001$) y menor puntuación es la escala de satisfacción laboral.

Mendes *et al.* (2020) realizaron una investigación titulada Estrés y depresión en docentes de una institución pública de enseñanza de Brasil cuya finalidad fue analizar la presencia de estrés y signos indicativos de depresión en una muestra de 163 docentes de la mencionada institución a los que les aplicó la Escala de Estrés Percibido (EEP) y el Inventario de depresión de Beck - IDB. Un restudio analítico. Los resultados arrojaron una correlación positiva moderada entre las escalas. En ella se concluyó que los docentes con niveles mínimo y leve están sujetos a presentar estrés y depresión, mereciendo atención por parte de las instituciones educativas.

Antecedentes nacionales y locales

Ramírez y Jamanca (2020) estudiaron el estrés y la percepción de la capacidad de trabajar en docentes de una Universidad Pública de Perú en una muestra de 217 profesores a los que les aplicó el Cuestionario de Estrés Percibido Ocupacional adaptado y el Cuestionario de Capacidad de Trabajo Percibida versión adaptada. Un estudio no experimental correlacional. En ella se concluyó que los docentes presentan un nivel de estrés ocupacional de alta tensión y existe una relación negativa moderada estrés ocupacional y la capacidad de trabajo percibida, -0.594 con un P valor de 0.00^{**} .

Becerra (2020) realizó una investigación titulada Estrés laboral y calidad de vida en tiempos de pandemia en docentes de escuelas con quintil 1 en Cajamarca, Perú en una muestra de 175 docentes a los que se aplicó la escala de Estrés en Docentes (ED-6) y la escala de Calidad de Vida adaptado al Perú por Grimaldo. Un estudio no experimental de tipo correlacional descriptivo y de corte transversal. Los resultados que arrojaron que el 46.3% muestra nivel alto de estrés, además, existe una correlación estadísticamente significativa de tipo inversa ($Rho = -.509$). En ella recomendaron a la UGEL de Cajamarca fomentar políticas de servicio funcional, jornadas y capacitaciones enfocadas al afrontamiento del manejo de estrés en el trabajo con el fin de reducir los niveles de estrés laboral.

Alvarado (2020) investigó el nivel de estrés de los docentes de educación primaria de la Institución Educativa de la Cruz Canonesas de Lima, Perú con el propósito de establecer el nivel de estrés en una muestra de 49 docentes la Institución Educativa de la Cruz Canonesas del nivel primario, se aplicó la Escala ED - 6. El estudio corresponde al enfoque cuantitativo de tipo descriptivo simple. Resultados: los docentes presentan un bajo nivel de estrés, mientras que la dimensión creencias desadaptativas el estrés es de nivel medio, debido al bajo salario de los docentes, a la poca valoración del trabajo desempeñado y a que los padres no asumen su responsabilidad en materia escolar. Se recomienda promover actividades que permitan un adecuado clima, propiciar actividades en los que se pueda concientizar a los padres de familia en torno al compromiso con el desempeño académico

y conductual de sus hijos y evaluar el salario del docente para una posible incrementación.

Cuestas (2021) realizó un estudio con el objetivo de determinar el estrés percibido durante la pandemia COVID-19 en un grupo de estudiantes de enfermería de una Universidad en Los Olivos, Lima Norte, 2020. La muestra estuvo conformada por 69 estudiantes de enfermería entre 20 y 45 años de edad a los que encuestó la Escala de Estrés Percibido (EEP-10) presentado por 10 ítems y 2 dimensiones. Un estudio de enfoque cuantitativo de diseño metodológico no experimental, descriptivo-transversal. Los resultados arrojaron el estrés percibido predominante es de nivel medio 63,8% (n=44), seguido del nivel bajo con 33,3% (n=23) y alto con 2,9% (n=2). En relación a las dimensiones, en todas predominó el nivel medio con 71% (n=49). En ella se recomendó implementar en el área de bienestar estudiantil y tutoría programas e intervenciones continuas que permitan garantizar el estado emocional para un mejor aprovechamiento académico.

Raymundo (2021) realizó un estudio titulado estrés laboral y la salud mental en el contexto de la pandemia COVID-19 en docentes de educación secundaria en Huancavelica, Perú con el propósito de determinar la relación entes estrés laboral y salud mental en una muestra de 50 docentes de educación secundaria, donde se usaron el cuestionario de estrés laboral (JSS) y el inventario de síntomas (SCL-90-R). Un estudio relacional descriptivo. Resultados arrojaron que existe relación negativa no significativa entre estrés laboral y salud mental, asimismo se halló una relación significativa de tipo negativa estrés laboral y los síntomas obsesivos y compulsivos ($RS = 0.040$) y que los docentes presentan un nivel moderado de estrés. Finalmente se recomendó fortalecer la salud mental de los docentes en todos sus niveles educativos ejecutando programas terapéuticos, capacitaciones, talleres y reuniones virtuales dirigidos a la prevención y al cuidado de la salud mental y más aún en el contexto actual del COVID-19.

3.2. Bases Teóricas

3.2.1. Estrés Percibido

3.2.1.1. Definición

Cuando nos referimos a estrés, normalmente estamos hablando a cerca del desbalance emocional y a la causa que la provoca, se considera al estrés como un desnivel subjetivo de una persona al estar bajo amenaza y presión (Ayuso, 2006).

Rojas (2014) menciona que “el estrés es la respuesta del organismo a un estado de tensión excesiva y permanente que se prolonga más allá de las propias fuerzas” (p.39).

Cuando una situación genera una amenaza y está supera los límites de la defensa, podemos decir que una persona está experimentando estrés (Lazarus & Folkman, 1984).

Por otra parte, el estrés a la relación entre el individuo y su entorno, donde la persona evalúa una situación como amenazante y pone en peligro su bienestar, a esta se conoce como perspectiva transaccional del estrés o estrés percibido (Lazarus & Folkman, 1984).

Cuando el ser humano está expuesto a un ambiente desafiante, que lo expone ante una amenaza, este, realiza una evaluación de las posibles consecuencias y daños a los que se está exponiendo, a su vez determina los recursos que posee para superar dicha situación. Según al modelo transaccional que exponen los autores, la vivencia subjetiva, es la consecuencia de la interacción de la persona y su entorno, básicamente representa el equilibrio entre la situación estresante y los recursos disponibles para afrontar dicha experiencia Guerrero (1993).

Entonces, sintetizando la percepción del estrés está íntimamente ligada al grado en que una persona analiza y estima una circunstancia en su vida, determinando como impredecible y estresante. (Cohen, 1983)

3.2.1.2. Síntomas

En cuanto a la sintomatología existen un sinnúmero de clasificaciones, como plantean los siguientes autores:

Figura 1 *Síntomas del individuo frente al estrés.*

Síntomas Cardiovasculares	<ul style="list-style-type: none">• Hipertensión, enfermedad coronaria, taquicardia, arritmias cardíacas y cefaleas
Síntomas respiratorios	<ul style="list-style-type: none">• Asma bronquial• Hiperventilación• Alergias
Síntomas gastrointestinales	<ul style="list-style-type: none">• Síndrome de colon irritable, úlceras, colitis ulcerosa y dolor estomacal
Síntomas musculares	<ul style="list-style-type: none">• Tic, temblores, contracturas, alteraciones musculares, lumbalgias y cefalea tensional
Síntomas dermatológicos	<ul style="list-style-type: none">• Prurito, eccemas, acné y psoriasis
Síntomas sexuales	<ul style="list-style-type: none">• Impotencia, eyaculación, coito doloroso, vaginismo• Disminución del deseo sexual
Síntomas endocrinos	<ul style="list-style-type: none">• Hipertiroidismo• Hipotiroidismo
Síntomas inmunológicos	<ul style="list-style-type: none">• Inhibición del sistema inmunológico

Fuente: Labrador (1993)

- Los síntomas del individuo frente al estrés, acorde con (Kyriacou, 2003, citado en Cádenas *et al.*, 2014), se clasifican en tres categorías: depresiva, psicósomática y ansiosa como se observa en la **figura N° 2**.

Figura 2 Tres categorías de síntomas frente al estrés.

Depresiva	<ul style="list-style-type: none">• Humor Irritable• Cansancio• Depresión• Facilidad para llorar• Pérdida del Apetito Sexual
Psicosomática	<ul style="list-style-type: none">• Dolor de estómago• Indigestión e Irritabilidad Estomacal• Malestar General• Aspecto poco Saludable
Ansiosa	<ul style="list-style-type: none">• Ataques de Pánico• Dificultad para dormir• Tensión• Tics Nerviosos• Intranquilidad

Fuente: Cádenas *et al.* (2014).

3.2.1.3. Tipos o Dimensiones

Cohen (1983, citado en Hernández, 2019) indica que el estrés percibido se manifiesta y mide de dos maneras:

A) Control de estrés: refiere a la capacidad de una persona de saber manejar eventos estresantes a lo largo de su vida, evitando el descontrol y encarar las adversidades de manera positiva y serena, también se le conoce como estrés positivo o eutrés.

B) Expresión de estrés: refiere a las personas que se tensionan, agitan con facilidad, muestran nerviosismo y carácter irritable con ellos mismo y con su entorno, perdiendo el control y afectando diversas áreas de la vida, también denominado estrés negativo o distrés.

3.2.1.4. Teorías

En las bases teoría no se hallaron referencia de estrés percibido propiamente dicho. No obstante, si existen modelos que explican el estrés:

Según Muñoz & Muñoz (2010) plantea 4 procesos relacionados al estrés la situación, y situación percibida, selección de respuesta y la conducta estas última tiene que ver con el proceso de ejecución.

Para el Psicoanálisis el estrés responde a un cuadro ansioso, también a una neurosis de angustia o trastorno de ansiedad generalizada. Hay personas que solo presentan malestar psíquico, es decir se sienten inquietos, perturbados, con dificultad para concentrarse, pero no presentan ninguna incomodidad física, es en estos casos que se determinaría como un cuadro de ansiedad. Hay otras situaciones en las que a estos síntomas se le suman otros síntomas físicos variados, pueden ser pulso acelerado, agitación en la respiración, vértigo, malestares estomacales, dolor muscular, entre otros. Para el psicoanálisis la razón no es exterior a la persona y se trata en general de situaciones que la misma persona desconoce porque son inconscientes. Son personas que no toleran la incertidumbre. El tratamiento psicoanalítico se basa en elaborar estas situaciones y poder analizar su vida en presente y futuro sin necesidad de sentirse enfermo. (Rojas, 2020).

Para la Teoría transaccional existen dos componente importantes, los cuales son la evaluación y el afrontamiento, siendo la evaluación el mediador cognitivo de las reacciones de estrés, de las respuestas personales a los estímulos y es el medio por el cual la persona le da un valor a la circunstancia y se dividen en primaria, secundaria y terciaria (afrontamiento) y el afrontamiento responde a lo que la persona piensa y hace y existen dos tipos de afrontamiento, el primero sería la resolución del problema y la segunda la regulación emocional (Guerrero, 1993 y González y Landero, 2008).

De mismo modo, Sierra, Ortega y Zubeidat (2003) y Cohen *et al.* (1983 citado en López, 2018) plantean un modelo de biopsicosocial conformado por componentes:

A) Biológico: se debe a los cambios fisiológicos producidos por el sistema simpático – adrenal (SAM) y el eje hipotalámico – pituitario adrenocortical (HPA).

B) Psicológico: esta consiste en la percepción y las evaluaciones cognitivas, los esfuerzos de afrontamiento y las respuestas emocionales.

C) Ambiental: hace referencia a situaciones externas que la persona afronta a lo largo de su vida como enfermedades, pérdidas y/o frustraciones.

Sintetizando la mayor parte de los autores coinciden en la teoría del proceso estrés, indicando que lo produce múltiples factores.

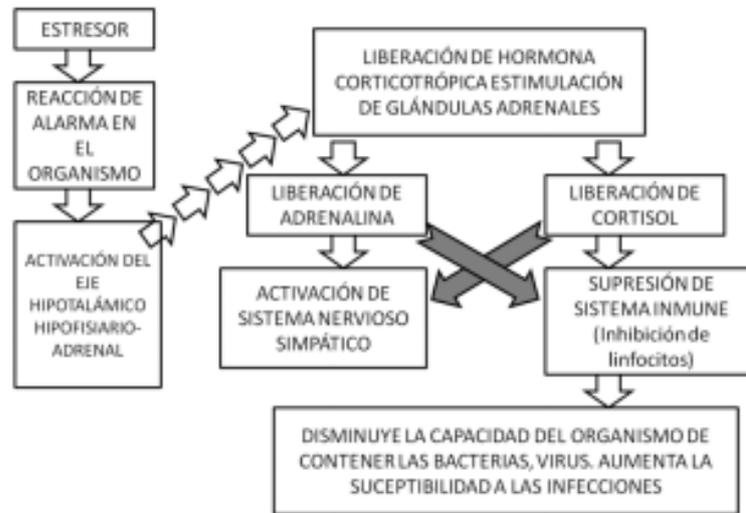
3.2.1.5. Consecuencias

El estrés produce malestares físicos, baja eficacia en las actividades, inseguridad, sensibilidad, hasta accidentes laborales y sobre todo pone en riesgo la salud y el buen desempeño laboral. (Moreno & Báez, 2020).

De hecho, cuando la percepción de estrés se encuentra relacionada con la organización, administración, gestión y desempeño en el trabajo, exigencias que generan emociones, tensiones, angustia y manifestaciones psicosomáticas (Sánchez & Mansilla, 2005)

Por su parte, Gonzáles y Landero (2006) plantea un modelo de los efectos del estrés en el sistema inmune en el que señala, una persona experimenta estrés debido a un evento emocional intenso, su organismo presenta una reacción de alarma por ende disminuye sus defensas inmunológicas. No solo el estrés por evento externo sino también el estrés psicológico como se observa en la **figura Nº 3**.

Figura 3 Consecuencias del estrés en el sistema inmune.



Fuente: Gonzáles y Landero (2008)

3.2.1. Ansiedad

3.2.2.1. Definición

Rojas (2014) refiere que la ansiedad es una evidencia de temor ante algo confuso e indefinido, que va acompañada de una serie de reacciones adrenérgicas como es la sudoración, palpitaciones, tensión muscular, agitación, entre otros al elevarse los niveles de ansiedad la persona es incapaz de adaptarse a la vida cotidiana esto conduce a trastornos de ansiedad.

Stossel (2014) expone que la ansiedad es un proceso automático y normal, el ser humano realiza respuestas a nivel cognitiva ante situaciones alarmantes para proteger la integridad física y emocional.

Mientras, Beck plantea que los esquemas, creencias y/o actitudes disfuncionales están representadas mentalmente y afectan al procesamiento de la información y esta provoca ansiedad (Beck & Clark, 2012).

3.2.2.2. Síntomas

Gonzales (2007) la sintomatología se presenta a nivel físico, psicológico, conductual, cognitivo y social:

A) Físicos: sudor, malestares digestivos, náuseas, vómitos, palpitaciones, tensión, rigidez muscular, cansancio, hormigueo, mareos, alteraciones del sueño, del apetito y de la respuesta sexual.

B) Psicológicos: Agobio, ganas de huir o atacar, inseguridad, sensación de vacío, inquietud, temor a perder el control, celos, sospechas, incertidumbre, sospechas, dificultad para tomar decisiones, en casos más extremos suicidio.

C) Conductuales: Hipervigilancia, torpeza o dificultad para actuar, inquietud motora, rigidez, movimientos torpes de manos y brazos, cambios en la voz, duda e impulsividad.

D) Cognitivos: Problemas de atención, concentración y memoria, pensamientos distorsionados e inoportunos, sobrevaloración de cosas desagradables, interpretaciones inadecuadas y susceptibilidad.

E) Sociales: Hostilidad, irritabilidad, verborrea, quedarse en blanco al momento de preguntar o responder, dificultad para expresar sus propias opiniones o hacer valer los propios derechos, temor excesivo.

3.2.2.3. Tipos

Según la Clasificación de Internacional de las Enfermedades (CIE-10, 1992)

- Trastorno de ansiedad fóbica (fobias)
- Otros trastornos de ansiedad (pánico, generalizada, mixto)
- Trastorno obsesivo-compulsivo (TOC).
- Reacciones de estrés y trastornos de adaptación (estrés agudo, reacción depresiva leve y prologada, estrés postraumático (TEPT) y mixto).
- Trastornos somatomorfos.
- Otros trastornos neuróticos.

Peplau (citado en Gonzales, 2007) clasifica la ansiedad por niveles:

A) Leve: la persona está en estado de alerta y percibe más que cuando está ansiosa. La conciencia, la atención y la capacidad asociativa son muy elevadas. Se perciben ciertos cambios de conducta, que son superados fácilmente. La intensidad es mínima.

B) Moderado: la persona está más perceptiva, pero aún puede prestar atención si así lo desea. Puede resolver sus problemas de forma bastante normal. Hay incertidumbre, aprehensión y nerviosismo. Se incrementa la actividad, pero su conocimiento perceptual disminuye, el sujeto no se da cuenta de lo que sucede a su alrededor.

C) Grave: El máximo nivel de ansiedad, se estrecha la capacidad de observación hasta solo advertir el objeto de la ansiedad. Permanece hiperperceptivo, la persona se interesa por detalles dispersos. Predomina una inatención selectiva esto en la ansiedad moderada y severa. Asimismo, la personalidad tiende a disociarse a fin de escapar de su situación. La actividad mental es elevada, impidiendo que el sujeto pueda discernir y su intensidad es tan alta que puede tornarse en pánico, en donde sus pensamientos y el habla se tornan incoherentes.

3.2.2.4. Dimensiones

Beck (1997) manifiesta 4 dimensiones que miden la ansiedad en su Inventario de Ansiedad de Beck (BAI):

A) Subjetivo: Refiere a los síntomas miedo de que sucedo lo peor, temores, nerviosismo, sensación de inestabilidad o miedo a perder el control.

B) Neurofisiológico: Refiere a las manifestaciones fisiológicos como temblor, sobresaltos, molestias digestivas, palidez, hormigueo o mareo.

C) Autonómico: Refiere a los síntomas taquicardia, sensación de ahogo y/o dificultad para respirar.

D) Síntomas vasomotores: Refiere a los síntomas como sudor, rubor y sensación de dolor.

3.2.2.5. Teorías

El enfoque psicoanalítico sostiene que la ansiedad es producto del conflicto entre el impulso aceptable y la contrafuerza del ego, según Freud (1971, citado en Sierra, Ortega y Zubeidat (2003) la ansiedad es un estado afectivo desagradable en la que se manifiesta apresión, alteraciones fisiológicas, pensamientos molestos y sentimientos desagradables, en ella diferencia 3:

A) Ansiedad real: esta aparece en la interacción entre el yo y el mundo exterior, se manifiesta como advertencia de que se avecina un peligro real que hay en el ambiente que lo rodea para la persona (p. 23).

B) La ansiedad neurótica: es una señal de peligro, pero por causa de impulsos reprimidos de la persona, siendo esta base de todas las neurosis (ansiedad) se caracteriza por la carencia de objetos, y estancado el recuerdo de castigo o evento traumático (p. 23).

C) La ansiedad moral: es conocida como la de la vergüenza, es decir, aquí el super-yo amenaza al sujeto con la posibilidad de que el yo pierda el control sobre los impulsos (p. 24).

Rojas (2014) sustenta que la ansiedad se genera a raíz de 3 factores: exógenas, endógenas y angustia existencial esta no es patología:

A) Exógenas: Es aquella ansiedad que es producido por estímulos externos de muy variada condición: conflictos agudos, súbitos, inesperados; situaciones encronizadas de tensión emocional; crisis de identidad personal; problemas provenientes del medio ambiente (p. 35).

B) Endógenas: es aquella ansiedad ocasionada por causas biológicas, es decir, depende de la genética, la herencia y los cambios internos del organismo (p. 36).

Para el enfoque conductual la ansiedad es entendida como un impulso motivacional que ocasiona la conducta del organismo, es decir, responsables de la capacidad del individuo para responder ante una estímulos condicionados o incondicionados reforzados en el tiempo, para este modelo la ansiedad se genera a través del aprendizaje por observación y/o modelado Hull (1952, citado en Sierra, Ortega y Zubeidat, 2003, p. 25).

Mientras que el enfoque cognitivo la ansiedad se debe pensamientos, ideas, creencias e imágenes, el individuo percibe la situación, la evalúa y valora sus implicancias, si la evaluación es percibida como amenazante, entonces se iniciará una reacción de ansiedad guiada por los procesos cognitivos, el grado de ansiedad se genera a raíz del significado e interpretación individual, muchas veces estas se dan de forma automática Beck (1976, citado en Sierra, Ortega y Zubeidat, 2003, p. 25).

Por último, Beck y Clark (1997) “describen en su modelo de la ansiedad y el pánico una secuencia de procesamiento de la información basada en procesos cognitivos automáticos, por un lado, y controlados por otro, al tiempo que consideran el papel crucial que la anticipación juega en la ansiedad (Sierra, Ortega y Zubeidat, 2003, p. 26).

3.2.2.6. Consecuencias

A corto plazo los efectos de la ansiedad pueden ocasionar dolores de cabeza recurrentes, problemas gastrointestinales, hipertensión dolores musculares, insomnio, fatiga, enfermedades físicas y desempeño deficiente en el ámbito personal, familiar, social y en especial en lo laboral.

3.3. Identificación de variables

3.3.1. Estrés percibido

Hace referencia a que la persona mide su propio nivel de estrés en función de las condiciones ambientales, maneras de afrontamientos, características de personalidad y biografía (Cohen et al., 1983).

El estrés percibido se operacionalizó con la Escala de Percepción Global de Estrés (EPGE-13) adaptación peruana mediante dos grandes dimensiones: control de estrés y expresión de estrés.

3.3.2. Ansiedad

Se refiere al sistema complejo de respuesta conductual, fisiológica, afectiva y cognitiva que se activa al anticipar sucesos aversivos porque se perciben como acontecimientos imprevisibles que podrían amenazar los intereses vitales de la persona (Beck & Clark, 2012, p. 23).

La ansiedad se operacionalizó con el Inventario de Ansiedad de Beck (BAI) adaptación española, mediante 4 dimensiones: Subjetivo, neurofisiológico, autonómico y síntomas vasomotores.

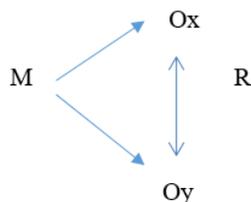
IV. METODOLÓGICA

4.1. Tipo de Investigación

El estudio es de nivel aplicada ya que se dirige a solucionar problemas después de revisar la teoría, pertenece al enfoque cuantitativo porque mide cada variable, (Hernández, Fernández y Bautista, 2014. P. 4), no experimental, no habrá manipulación activa de las variables. Estudio de tipo correlacional descriptivo, ya que el estudio tiene como propósito medir el grado de relación que existe entre dos variables en un momento determinado y describir cada variable y de corte transversal por la recopilación de datos en un solo momento (Hernández, Fernández y Bautista, 2014).

4.2. Diseño de Investigación

El diseño de la investigación es no experimental de tipo correlacional de corte transversal (Hernández, Fernández y Bautista, 2014).



Dónde:

M: Docentes del centro educativo privado Pamer, sede Ica

Ox: Estrés percibido

Oy: Ansiedad

R: Relación

4.3. Operacionalización de variables

VARIABLE	DEFINICIÓN CONCEPTUAL	DEFINICIÓN OPERACIONAL	DIMENSIONES	INDICADORES	ESCALA DE MEDICIÓN
Estrés percibido	Hace referencia a que la persona mide su propio nivel de estrés en función de las condiciones ambientales, maneras de afrontamientos, características de personalidad y biografía (Cohen <i>et al.</i> , 1983)	Se evaluó con la Escala de Percepción Global de Estrés (EPGE-13). Adaptación peruana, mediante 2 dimensiones: control de estrés y expresión de estrés.	1. Estrés positivo: control de estrés	- Ítems: 1, 2, 3, 8, 11 y 12	Escala de likert Ordinal
			2. Estrés negativo: expresión de estrés	- Ítems: 4, 5, 6, 7, 9, 10 y 13	
Ansiedad	Se refiere al sistema complejo de respuesta conductual, fisiológica, afectiva y cognitiva que se activa al anticipar sucesos aversivos porque se perciben como acontecimientos imprevisibles que podrían amenazar los intereses vitales de la persona (Beck & Clark, 2012, p. 23).	Se evaluó con el Inventario de Ansiedad de Beck (BAI) Adaptación Española, mediante 4 dimensiones: Subjetivo, neurofisiológico, autonómico y síntomas vasomotores.	1. Subjetivo	- Ítems: 4, 5, 8, 9, 10, 14 y 16	
			2. Neurofisiológico	- Ítems: 1, 3, 6, 12, 13, 17, 18 y 19	
			3. Autonómico	- Ítems: 7, 11 y 15	
			4. Síntomas vasomotores	- Ítems: 2, 20 y 21	

4.4. Hipótesis General

Existe relación significativa entre estrés percibido y ansiedad en docentes del centro educativo privado Pamer, sede Ica en tiempos de COVID en el año 2021.

4.5. Hipótesis Específicas

H1: Existe nivel alto de estrés percibido en docentes del centro educativo privado Pamer, sede Ica en tiempos de COVID en el año 2021.

H2: Existe nivel alto de ansiedad en docentes del centro educativo privado Pamer, sede Ica en tiempos de COVID en el año 2021.

H3: Existe relación significativa entre la dimensión control de estrés y la ansiedad en docentes del centro educativo privado Pamer, sede Ica en tiempos de COVID en el año 2021.

H4: Existe relación significativa entre la dimensión expresión de estrés y la ansiedad en docentes del centro educativo privado Pamer, sede Ica en tiempos de COVID en el año 2021.

4.6. Población y muestra

4.6.1. Población

La población objetivo estuvo conformada por los docentes del centro educativo privado Pamer – Sede Ica cuyo número total fue de 46 docentes.

4.6.2. Muestra

La presente investigación la muestra no probabilística de tipo censal ya que se trabajó con la totalidad de la población, 46 docentes del centro educativo privado Pamer – Sede Ica, además, la investigación se basa en su propio juicio y conforme se complete el marco muestral. (Hernández-Sampieri *et al.*, 2014).

4.6.3. Muestreo

Criterio de Inclusión:

- Docentes que laboran en el centro educativo privado PAMER, sede Ica.
- Docentes que acepten participar libremente de la presente investigación.
- Docentes de 25 a 61 años de edad.
- Ambos sexos sin ninguna distinción.

Criterio de Exclusión:

- Docentes que se encuentren en aislamiento obligatorio por la pandemia (COVID 19).
- Docentes que no desean participar de la encuesta voluntaria.
- Docentes que no laboran en la institución.

4.7. Técnicas e instrumentos de recolección de información

4.7.1. Técnica

La técnica que se empleó en la presente investigación en ambas variables es la encuesta.

4.7.2. Instrumentos

Con respecto al instrumento se usó 2 cuestionarios de manera virtual mediante la plataforma del formulario de google.

V1: Para medir la variable estrés percibido se aplicó la Escala de percepción global de estrés (EPGE-13)

Ficha técnica

1. Nombre original: Escala de Estrés Percibido (EPP).
2. Autores: Cohen, Kamarck y Mermelstein (1983)
3. Nombre adaptación: Escala de percepción global de estrés (EPGE-13).

4. Adaptación peruana: Guzmán y Reyes (2018).
5. N° de ítems: 13 ítems de la versión adaptada.
6. Ámbito de aplicación: Clínico, organizacional y educativo.
7. Aspectos que evalúa: El estrés percibido durante el último mes.
8. Edades de aplicación: 18 años en adelante.
9. Dimensiones:
 - Estrés positivo: control de estrés o eutrés: 1, 2, 3, 8, 11 y 12
 - Estrés negativo: expresión de estrés o distrés: 4, 5, 6, 7, 9, 10 y 13
10. Tiempo: 10 a 15 minutos aproximadamente.

Descripción: El instrumento cuenta con diversas adaptaciones en diferentes países como España, Chile, Colombia, China, Japón, Corea, Francia, Hungría, Grecia, México, Venezuela y Perú.

Calificación: Se puntúa de 1 a 5, tipo escala Likert. Mide dos niveles, eutrés (control de estrés) y distrés (expresión de estrés), los ítems positivos 4, 5, 6, 7, 9, 10 y 13 se califican de manera inversa de 5 a 1. Se suma el total y se categoriza de acuerdo al baremo (**Anexo N° 3**).

Confiabilidad y Validez

Los autores originales evidenciaron coeficientes Alfa de Cronbach de 0.85, 0.85 y 0.86 y una confiabilidad (test-retest) de $r = .85$ (Cohen *et al.*, 1983). Mientras, en la adaptación peruana, la validez de contenido fue evaluado por 11 jueces donde se realizó modificaciones lingüísticas, además, obtuvieron un coeficiente de confiabilidad Alfa de Cronbach 0.79 por la dimensión estrés y 0.77 para la dimensión distrés (Guzmán y Reyes, 2018).

V2: Para medir la variable Ansiedad. Se aplicó el Inventario de Ansiedad de Beck (BAI).

Ficha técnica:

1. Nombre: Inventario de Ansiedad de Beck (BAI).
2. Procedencia: Estados Unidos.

3. Autores: Aaron Beck y Robert Steer (1988).
4. Adaptación Española: Sanz, García - Vera y Fortún (2011)
5. Administración: Individual o colectivo.
6. N° de ítems: 21 ítems en versión adaptada.
7. Duración: 10 a 15 minutos.
8. Aplicación: A partir de los 17 años. Adultos.
9. Dimensiones: No aplica, mide escala general.
 - Subjetivo: 4, 5, 8, 9, 10, 14 y 16
 - Neurofisiológico: 1, 3, 6, 12, 13, 17, 18 y 19
 - Autonómico: 7, 11 y 15
 - Síntomas vasomotores: 2, 20 y 21
10. Aspectos que evalúa: La gravedad de la sintomatología ansiosa.

Descripción: se adaptó a la versión española en una muestra de 307 participantes.

Calificación: Se puntúa de 1 a 3, tipo escala Likert, se suma cada ítem de manera directa, se obtiene un puntaje total que oscila de 1 a 63.

- Puntaje entre (1 a 21): Leve.
- Puntaje entre (22 a 35): Moderada
- Puntaje entre (más de 36): Grave

Confiabilidad y Validez

En cuantos a la fiabilidad y la validez factorial del Inventario de ansiedad de Beck (BAI) en una muestra 307 pacientes españoles, el análisis factorial indicó que el BAI mide ansiedad general.

La consistencia interna del BAI fue elevada ($\alpha = 0,90$) indicando que es un instrumento válido y confiable (Sanz, García - Vera y Fortún, 2011).

4.8. Técnicas de Análisis e Interpretación de Datos

Se recolecto los datos mediante el formulario Google en el programa EXCEL.

Ya una vez obtenido los datos se procedió expórtalos al programa estadístico SPSS versión 25 para el análisis e interpretación de los mismos. En ella, se realizó estadística descriptiva e inferencia. Para el primero se aplicó tablas de frecuencias y porcentajes, gráficos de barras y/o circulares y para el segundo se aplicó el estadístico de correlación cuantitativa según el resultado de la prueba de normalidad cumpliéndose con los estándares científicos (Hernández-Sampieri *et al.*, 2014).

Y finalmente se formuló las conclusiones y recomendaciones.

V. RESULTADOS

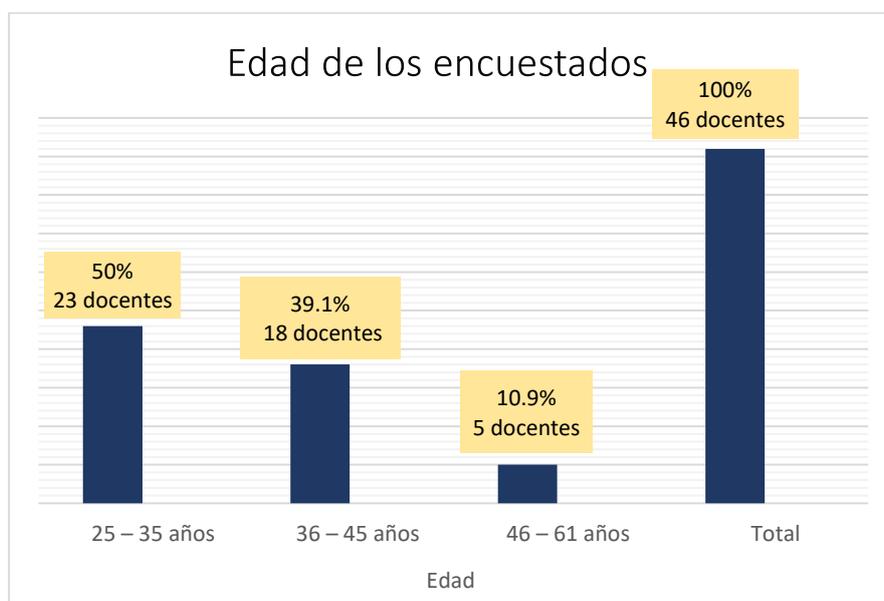
5.1. Presentación de resultados – descriptivo

Tabla 1 *Edad de los encuestados.*

		Fi	%
Edad	25 – 35 años	23	50,0
	36 – 45 años	18	39,1
	46 – 61 años	5	10,9
	Total	46	100,0

Nota: Elaboración propia.

Figura 4



Fuente: elaboración propia.

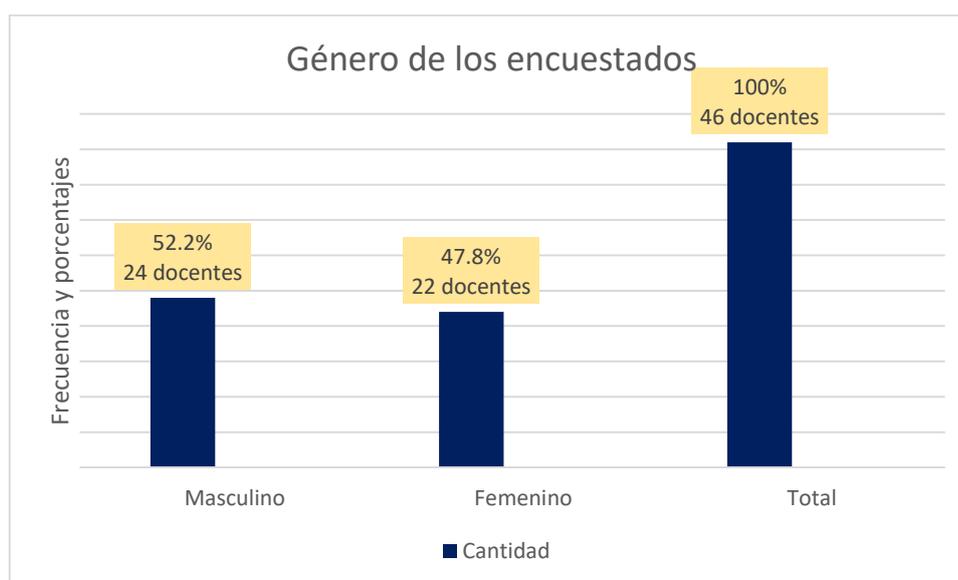
En la **Tabla Nº 1** y **Figura Nº 4**, se observa edades que oscilan entre 25 a 61 años, donde el 50.0% (23) de los participantes del estudio tienen entre 25 y 35 años de edad, mientras que el 39.1% (18) tienen entre 36 y 45 años de edad y finalmente el 10.9% (5) tienen entre 46 y 61 años de edad respectivamente.

Tabla 2 Género de los encuestados.

		Fi	%
Género	Masculino	24	52,2
	Femenino	22	47,8
	Total	46	100,0

Nota: Elaboración propia.

Figura 5



Fuente: elaboración propia.

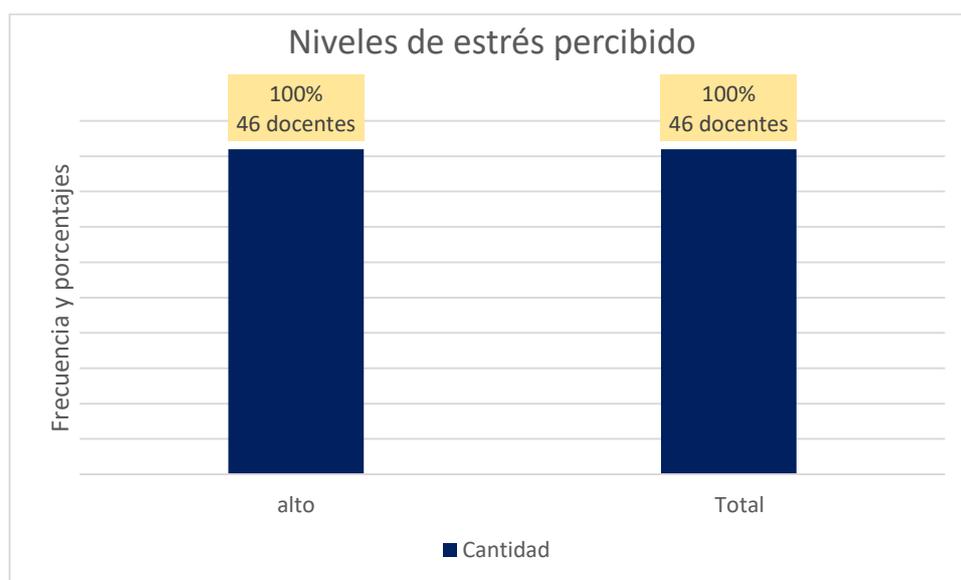
En la **Tabla Nº 2** y **Figura Nº 5**, se observa que el 52.2% (24) de los docentes del centro educativo privado Pamer, sede Ica en tiempos de COVID en el año 2021 fueron del género masculino, mientras que 47.8% (22) del género femenino.

Tabla 3 Niveles de estrés percibido en los encuestados.

		Fi	%
Niveles de estrés percibido	Alto	46	100,0
	Moderado	0	0,0
	Bajo	0	0,0
	Total	46	100,0

Nota: Elaboración propia.

Figura 6



Fuente: elaboración propia.

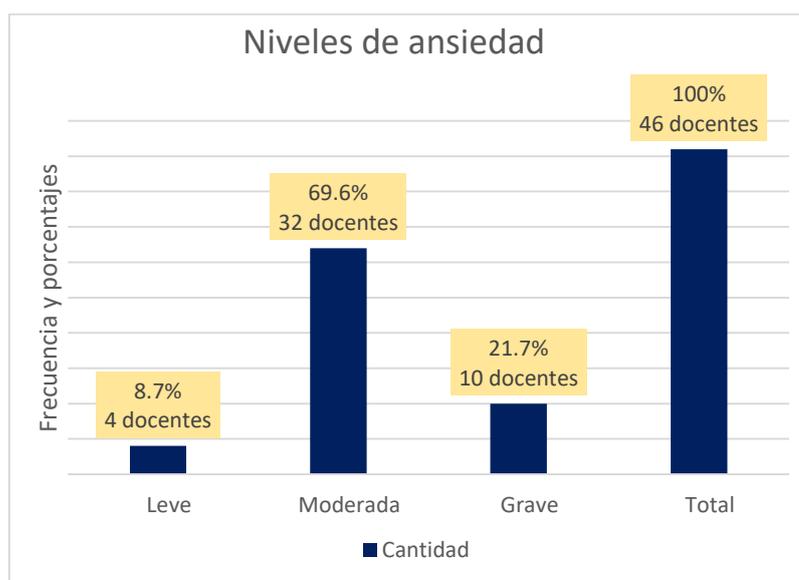
En la **Tabla Nº 3** y **Figura Nº 6**, se muestra que el 100% de los docentes del centro educativo privado Pamer, sede Ica presentan un nivel alto de estrés percibido en tiempos de COVID en el año 2021.

Tabla 4 Niveles de ansiedad en los encuestados.

		Fi	%
Niveles de ansiedad	Leve	4	8,7
	Moderada	32	69,6
	Grave	10	21,7
	Total	46	100,0

Nota: Elaboración propia.

Figura 7



Fuente: elaboración propia.

En la **Tabla Nº 4** y **Figura Nº 7** se observa que el 69.6% (32) de los docentes del centro educativo privado Pamer, sede Ica presentan un nivel de ansiedad moderada en tiempos de COVID en el año 2021, mientras que un 21.7% (10) de nivel grave y finalmente 8.7% (4) de nivel bajo del total de la muestra.

5.2. Presentación de Resultados – Tablas Cruzadas

Tabla 5 *Estrés percibido según la edad.*

			Estrés Percibido	
			Alto	Total
Edad	25 - 35 años	Recuento	23	23
		% del total	50,0%	50,0%
	36 - 45 años	Recuento	18	18
		% del total	39,1%	39,1%
	46 - 61 años	Recuento	5	5
		% del total	10,9%	10,9%
Total	Recuento		46	46
	% del total		100,0%	100,0%

En la **tabla N° 05** se observa que el 100% de los encuestados de distintas edades perciben estrés de nivel alto de total de la muestra. No se evidencia estrés percibido de nivel moderado ni bajo en los docentes de distintas edades del centro educativo privado Pamer, sede Ica en tiempos de COVID en el año 2021.

Tabla 6 *Estrés percibido según el género.*

			Estrés Percibido	
			Alto	Total
Sexo	Masculino	Recuento	24	24
		% del total	52,2%	52,2%
	Femenino	Recuento	22	22
		% del total	47,8%	47,8%
Total	Recuento		46	46
	% del total		100,0%	100,0%

En la **tabla Nº 06** se observa que los encuestados tanto del género masculino 52.2% (24) como femenino 47.8% (22) perciben estrés de nivel alto de total de la muestra. No se evidencia estrés percibido de nivel moderado ni bajo en los docentes de ambos géneros.

Tabla 7 *Ansiedad según la edad.*

		Ansiedad			Total	
		Leve	Moderada	Grave		
Edad	25 - 35 años	Recuento	2	18	3	23
		% del total	4,3%	39,1%	6,5%	50,0%
	36 - 45 años	Recuento	1	10	7	18
		% del total	2,2%	21,7%	15,2%	39,1%
	46 - 61 años	Recuento	1	4	0	5
		% del total	2,2%	8,7%	0,0%	10,9%
Total		Recuento	4	32	10	46
		% del total	8,7%	69,6%	21,7%	100,0%

En la **tabla Nº 07** se observa que el 39.1% (18) de los docentes entre 25 y 35 años de edad presentan ansiedad moderada. Mientras, que docentes de 36 a 45 años presentan ansiedad moderada 21.7% (10) y grave 15.2 (7) en tiempos de COVID-19.

Tabla 8 *Ansiedad según el género.*

		Ansiedad			Total	
		Leve	Moderada	Grave		
Sexo	Masculino	Recuento	1	18	5	24
		% del total	2,2%	39,1%	10,9%	52,2%
	Femenino	Recuento	3	14	5	22
		% del total	6,5%	30,4%	10,9%	47,8%
Total		Recuento	4	32	10	46
		% del total	8,7%	69,6%	21,7%	100,0%

En la **tabla Nº 08** se observa que el 39.1% (18) de los docentes masculinos y 30.4% (14) docentes femeninos presentan ansiedad moderada. Mientras un 10.9% (5) presentan ansiedad grave para ambos sexos. El 2.2% (1) de varones y 6.5% (3) de mujeres presentan ansiedad leve del total de la muestra.

VI. ANÁLISIS DE LOS RESULTADOS

6.1. Análisis de los resultados – Pruebas de hipótesis

Tabla 9 Prueba de normalidad de las variables.

	Kolmogorov - Smirnov		
	Estadístico	gl.	Sig.
Estrés percibido	,107	46	,200
Control de estrés	,159	46	,005
Expresión de estrés	,145	46	,016
Ansiedad	,154	46	,008
Subjetivo	,156	46	,006
Neurofisiológico	,205	46	,000
Autonómico	,343	46	,000
Sintomas vasomotores	,278	46	,000

Nota: Elaboración propia.

En la **Tabla Nº 9**, el valor P del estadístico es ($,200$) mayor a ($p > 0.05$) para estrés percibido, lo que indica que tiene una distribución normal, mientras que ($,005$) menor a ($p < 0.05$) para ansiedad y las dimensiones, es decir, no tienen una distribución normal. Por ello para la prueba de hipótesis se utilizó la prueba de correlación Rho de Spearman.

PRUEBA DE HIPÓTESIS

Empleando el coeficiente de correlación de Rho de Spearman

Hipótesis general

1. Formulación de las hipótesis.

H0: No existe una relación significativa entre estrés percibido y ansiedad en docentes del centro educativo privado Pamer, sede Ica en tiempos de COVID en el año 2021.

Ha: Existe relación significativa entre estrés percibido y ansiedad en docentes del centro educativo privado Pamer, sede Ica en tiempos de COVID en el año 2021.

2. Elección del nivel de significación (α).

Dado que el estudio corresponde a una investigación de las ciencias sociales, el nivel de significancia elegido es $\alpha=0.05$ la cual indica la probabilidad o riesgo de rechazar la hipótesis nula, donde el riesgo se expresa en valores como 0.05 ó 0.01 que representa el 5% y 1% de error permisible respectivamente (Hernández *et al.*, 2014).

3. Selección de la prueba estadística.

De acuerdo a la comprobación de la normalidad de los datos, se usó la prueba de correlación Rho de Spearman para datos no paramétricos como refiere (Hernández *et al.*, 2014).

4. Cálculo de valores.

Tabla 10 *Correlación entre estrés percibido y ansiedad.*

		Correlaciones		
			Estrés percibido	Ansiedad
Rho de Spearman	Estrés percibido	Coeficiente de correlación	1,000	,385**
		Sig. (bilateral)	.	,008
	Ansiedad	Coeficiente de correlación	,385**	1,000
		Sig. (bilateral)	,008	.
		N	46	46

La tabla N° 10, ** muestra el valor sig. = a nivel 0,01

5. Decisión estadística y conclusión.

Para tomar la decisión estadística, se aplica el método del valor de la probabilidad P (Sig.) la cual rechaza o acepta la H₀. Como se observa en la **tabla N° 10** el coeficiente de correlación de Rho de Spearman arrojó ,385** donde el valor de P = 0,008 valor (Sig. bilateral) < 0,05. Lo cual indica que existe correlación entre las variables de tipo positiva media, es decir, a mayor estrés percibido mayor ansiedad a un nivel de confianza (**) del 99% en docentes del centro educativo privado Pamer, sede Ica en tiempos de COVID en el año 2021. Por tanto, se rechaza la hipótesis nula (**H₀**) y se acepta la hipótesis alterna (**H_a**).

Hipótesis específicas

1. Formulación de hipótesis.

H₀: No existe relación significativa entre la dimensión control de estrés y la ansiedad en docentes del centro educativo privado Pamer, sede Ica en tiempos de COVID en el año 2021.

H3: Existe relación significativa entre la dimensión control de estrés y la ansiedad en docentes del centro educativo privado Pamer, sede Ica en tiempos de COVID en el año 2021.

2. Elección del nivel de significación (α).

El nivel de significancia elegido es $\alpha=0.05$ la cual indica la probabilidad o riesgo de rechazar la hipótesis nula que representa el 5% y 1% de error permisible respectivamente (Hernández *et al.*, 2014).

3. Selección de la prueba estadística.

De acuerdo a la comprobación de la normalidad de los datos, se usó Rho de Spearman para datos no paramétricos (Hernández *et al.*, 2014).

4. Cálculo de valores.

Tabla 11 *Correlación entre dimensión 1 y ansiedad.*

Correlaciones				
		Control de estrés		
		Ansiedad		
Rho de Spearman	Control de estrés	Coeficiente de correlación	1,000	,342*
		Sig. (bilateral)	.	,020
	Ansiedad	Coeficiente de correlación	,342*	1,000
		Sig. (bilateral)	,020	.
		N	46	46

La tabla N° 11, * muestra el valor sig. = a nivel 0,05

5. Decisión estadística y conclusión.

Para aceptar o rechazar la H_0 , se aplica el método del valor de la probabilidad P (sig) la cual rechaza o acepta la H_0 . Como se observa en la **tabla N° 11** el coeficiente de correlación de Rho de Spearman arrojó ,342 donde el valor de $P = 0,020$ valor (Sig. bilateral) $< 0,05$.

Lo cual indica que existe correlación significativa entre control de estrés y ansiedad en docentes del centro educativo privado Pamer, sede Ica de tipo positiva media, es decir, a mayor control de estrés mayor ansiedad a un nivel de confianza (*) del 95% en tiempos de COVID en el año 2021. Por tanto, se acepta la hipótesis nula (**H0**) y se rechaza la hipótesis alterna (**H3**).

1. Formulación de hipótesis.

H0: No existe relación significativa entre la dimensión expresión de estrés y la ansiedad en docentes del centro educativo privado Pamer, sede Ica en tiempos de COVID en el año 2021.

H4: Existe relación significativa entre la dimensión expresión de estrés y la ansiedad en docentes del centro educativo privado Pamer, sede Ica en tiempos de COVID en el año 2021.

2. Elección del nivel de significación (α).

El nivel de significancia elegido es $\alpha=0.05$ la cual indica la probabilidad o riesgo de rechazar la hipótesis nula que representa el 5% y 1% de error permisible respectivamente (Hernández *et al.*, 2014).

3. Selección de la prueba estadística.

De acuerdo a la comprobación de la normalidad de los datos, se usó Rho de Spearman para datos no paramétricos (Hernández *et al.*, 2014).

4. Cálculo de valores.

Tabla 12 *Correlación entre dimensión 2 y ansiedad.*

Correlaciones				
			Expresión de estrés	Ansiedad
Rho de Spearman	Expresión de estrés	Coeficiente de correlación	1,000	,304*
		Sig. (bilateral)	.	,040
	Ansiedad	Coeficiente de correlación	,304*	1,000
		Sig. (bilateral)	,040	.
		N	46	46

La tabla N° 12, * muestra el valor sig. = a nivel 0,05

5. Decisión estadística y conclusión.

Para aceptar o rechazar la H0, se aplica el método del valor de la probabilidad P (sig. bilateral) la cual rechaza o acepta la H0.

Como se observa en la **tabla N°12** el coeficiente de correlación de Rho de Spearman arrojó ,304 donde el valor de P = 0,040 valor (Sig.) < 0,05. Lo cual indica que existe correlación entre las variables de tipo positiva media, es decir, a mayor expresión de estrés mayor ansiedad a un nivel de confianza (*) del 95% en docentes del centro educativo privado Pamer, sede Ica en tiempos de COVID en el año 2021. Por tanto, se rechaza la hipótesis nula (**H0**) y se acepta la hipótesis alterna (**H4**).

6.2. Comparación de resultados

Al analizar los resultados obtenidos en la **tabla Nº 10** respecto al objetivo e hipótesis general, señala que existe relación significativa entre estrés percibido y ansiedad de tipo positiva media ($\rho=,385^{**}$ $p<0,05$), es decir, a mayor estrés percibido mayor ansiedad en los docentes del centro educativo privado Pamer, sede Ica en tiempos de COVID. Corroborando lo hallado por Becerra (2020) la cual señala que existe una correlación significativa de tipo inversa ($Rho=-.509$ $p<0,05$), es decir, el estrés laboral repercute en la salud física y mental de los docentes y más en tiempos como la Pandemia por COVID-19.

Ante lo referido, los docentes definitivamente evidencian, accidentes laborales, dificultades para realizar eficaz y efectivamente sus labores académicas como pésima organización, administración, gestión y desempeño en el trabajo (Moreno & Báez, 2020 y Sánchez & Mansilla, 2005) y/o presentan manifestaciones psicósomáticas como dolores de cabeza, acné, taquicardias, alteraciones hormonales, dolores musculares, malestares estomacales, problemas para dormir, irritabilidad, cansancio, problemas de memoria y de atención, tensión, sudor, palpitaciones, agobio e inquietud, entre otros (Labrador, 1993; Kyriacou, 2003, citado en Cádenas *et al.*, 2014 y Gonzales, 2007) rasgos del estrés percibido y la ansiedad.

Respecto al primer objetivo específico, la **Tabla Nº 3 y Figura Nº 6** arrojó que el 100% ($n=46$) de los docentes del centro educativo privado Pamer, sede Ica presentan un nivel alto de estrés percibido en tiempos de COVID, confirmando los resultados hallados por (Pinilla & Jiménez, 2019; Párraga *et al.*, 2018; Ramírez & Jamanca, 2020; Becerra, 2020 y Raymundo, 2021) quienes indican que los docentes perciben un nivel alto de estrés, por otra parte, resultado superior a lo encontrado por el Ministerio de Salud “el 52.2% sufre de estrés moderado a severo” (MINSa, 2020 y Garay, 2021) a excepción de la investigación de (Mendes *et al.*, 2020; Alvarado, 2020 y Cuestas, 2021) quienes señalan que los docentes y estudiantes de universidad de ambos sexos presentan niveles mínimo y leve.

La diferencia de estos últimos resultados se debería a que fueron estudios desarrollados antes de la pandemia por COVID-19 (Mendes *et al.*, 2020 y Alvarado, 2020) como indica el Ministerio de Salud con la pandemia la salud mental en nuestro país se ha agravado de manera alarmante (MINSA, 2020 y Garay, 2021) mientras, que la investigación de Cuestas (2021) fue realizada en otro tipo de muestra, estudiantes de Universidad. Además, la investigación de (Mendes *et al.*, 2020 y Alvarado, 2020) fue netamente en docentes de nivel primaria a comparación de esta investigación que fue en docentes de 3 niveles inicial, primaria y secundaria, por ello, se presume que los niveles de educación indicarían diferencia en los resultados ya que los docentes de nivel inicial y secundaria percibirían un alto nivel de estrés, principalmente debido a la enseñanza, a la planificación de las lecciones académicas, al manejo de distintas aulas, a la cantidad de estudiantes, a la responsabilidad del rendimiento del estudiante y al manejo de disciplina a diferencia del nivel primaria.

Así mismo, los resultados obtenidos en la **Tabla Nº 4 y Figura Nº 7** correspondiente al segundo objetivo específico determinaron que el 69.6% (n=32) de los docentes del centro educativo privado Pamer, sede Ica presentan un nivel de ansiedad moderada en tiempos de COVID, mientras que un 21.7% (n=10) de nivel grave y finalmente 8.7% (n=4) de nivel bajo, resultados que se asemejan a los de Prieto, Leal y Ramírez (2016) donde mencionan que los docentes presentan altos niveles de depresión (95,45%) y altos niveles de ansiedad (88,6%).

Ante lo descrito anteriormente, se deduce que el factor determinante para el incremento del estrés percibido y la ansiedad se debe a la educación remota o virtual ya que provoca tensión al compartir espacios con otros miembros de la familia, establecer horarios y ejecutarlos, adaptarse a la tecnología y limitarse a salir de casa por protocolos de bioseguridad o por el trabajo.

Por otra parte, respecto al tercer objetivo específico, en la **tabla Nº 11** se halló que existe relación significativa entre la dimensión control de estrés y ansiedad de tipo positiva media ($\rho=,342^*$ $p<0,05$) entre aumente la capacidad de una persona de manejar eventos estresantes, descontrol y encarar las adversidades (estrés positivo o eutrés) aumenta la ansiedad en los docentes del centro educativo privado Pamer, sede Ica en tiempos de COVID-19 Cohen (1983, citado en Hernández, 2019). Este resultado se manifestaría por la acción de reprimir sensaciones, emociones, sentimientos y pensamientos que pone en riesgo el bienestar emocional y el desempeño laboral.

De la misma manera, en la **tabla Nº 12** relacionado al cuarto objetivo menciona que existe relación significativa entre expresión de estrés y ansiedad de tipo positiva media ($\rho=,304^*$ $p<0,05$) entre incremente la expresión de estrés (estrés negativo o distrés) como tensión, agitación, nerviosismo y carácter irritable con ellos mismo y con su entorno incrementa la ansiedad Cohen (1983, citado en Hernández, 2019) provocando descontrol y afectando diversas áreas de la vida del docente, en especial la laboral.

En definitiva, los docentes perciben estrés elevado y altos niveles de ansiedad en tiempos de COVID-19, por esa razón consideramos que estos resultados se generan más por dos causas, psicológica y ambiental, evidentemente debido a los cambios obligatorios y abruptos por el contexto que atravesamos, la pandemia por COVID-19 y por pensamientos perturbantes y emocionalidad lábil que provocan en los docentes, lo que fundamenta los resultados obtenidos.

Por último, se obtuvo una validez y confiabilidad interna aceptable ($\alpha=,643$) para la Escala de Percepción global de Estrés (EPGE-13) adaptación peruana de Guzmán y Reyes (2018) y confiabilidad interna alta ($\alpha=,886$) para el Inventario de Ansiedad de Beck (BAI) adaptación española de Sanz, García - Vera y Fortún, 2011) validando lo hallado por (Cohen *et al.*, 1983; Guzmán & Reyes, 2018; Brito-Ortíz *et al.*, 2019 y Sanz *et al.*, 2011).

CONCLUSIONES

1. En cuanto a la hipótesis general se aceptó la hipótesis alterna, existe relación significativa entre estrés percibido y ansiedad de tipo positiva media en docentes del centro educativo privado Pamer, sede Ica en tiempos de COVID en el año 2021.

2. En cuanto a la primera hipótesis específica se aceptó la hipótesis alterna, existe nivel alto de estrés percibido en docentes del centro educativo privado Pamer, sede Ica en tiempos de COVID en el año 2021.

3. En cuanto a la segunda hipótesis específica se aceptó la hipótesis alterna, existe nivel alto de ansiedad en docentes del centro educativo privado Pamer, sede Ica en tiempos de COVID en el año 2021.

4. En cuanto a la tercera hipótesis específica se aceptó la hipótesis alterna, existe relación significativa entre la dimensión control de estrés y la ansiedad de tipo positiva media en docentes del centro educativo privado Pamer, sede Ica en tiempos de COVID en el año 2021.

5. En cuanto a la cuarta hipótesis específica se aceptó la hipótesis alterna, existe relación significativa entre la dimensión expresión de estrés y la ansiedad de tipo positiva media en docentes del centro educativo privado Pamer, sede Ica en tiempos de COVID en el año 2021.

RECOMENDACIONES

1. Realizar seguimiento virtual y/o semipresencial, aplicando la técnica de observación y la técnica de video feedback para detectar y analizar donde y cuando se manifiesta altos niveles de estrés percibido y ansiedad con el fin de corregir y reducir.
2. Establecer, ejecutar y fortalecer capacidades de afrontamiento de estrés mediante talleres y reuniones virtuales, aplicando sesiones de clow y dinámicas de impacto que los ayude a liberar la carga de estrés por el trabajo y la rutina de la educación remota.
3. Establecer, ejecutar y fortalecer capacidades de afrontamiento de la ansiedad mediante talleres semipresenciales y reuniones virtuales, aplicando terapias grupales donde los docentes tengan el espacio para comunicar y compartir sus preocupaciones, dificultades y retroalimentarse con las experiencias de sus colegas.
4. Realizar entrevistas y sesiones terapéuticas a cargo del servicio del departamento de psicología, con el fin de expresar emociones, pensamiento y sentimientos reprimidos.
5. Establecer una política específica del cuidado de la salud mental en tiempos de COVID-19 con ejercicios de relajación, taichí, yoga u otra actividad a fin de manera periódica con la plana docentes.
6. Realizar investigación comparativa para determinar el grado de estrés percibido y ansiedad en docentes de diferentes niveles de educación, inicial, primaria, secundaria y superior.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Ayuso, J. (2006). Profesión docente y estrés laboral: una aproximación a los conceptos de estrés laboral y burnout. *Revista Iberoamericana de Educación*. Universidad de Cádiz, España. Vol. 39 (3). Recuperado en: <https://rieoei.org/historico/deloslectores/1341Ayuso.pdf>
- Alvarado, D. (2020). Nivel de estrés de los docentes de educación primaria de la Institución Educativa de la Cruz Canonesas. Universidad de Piura (tesis pregrado). Recuperado en: https://pirhua.udep.edu.pe/bitstream/handle/11042/4725/MAE_EDUC_TyGE-L_022.pdf?sequence=2&isAllowed=y
- Clark, D. & Beck, A. (2012). *Terapia cognitiva para trastornos de ansiedad*. Estados Unidos. Editorial Desclée de brouwer, S.A. Recuperado en: https://www.srmcursos.com/archivos/arch_5847348cec977.pdf
- Becerra, T. (2020). Estrés laboral y calidad de vida en tiempos de pandemia en docentes de escuelas con quintil 1 – Cajamarca. Universidad Privada Antonio Guillermo Urrelo (tesis pregrado). Recuperado en: <http://repositorio.upagu.edu.pe/bitstream/handle/UPAGU/1388/Becerra%2C%20T.%20Y.%20%282020%29.%20Estres%20laboral%20y%20calidad%20de%20vida%20en%20tiempos%20de%20pandemia%20en%20docentes%20de.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Brito-Ortíz, J., Nava-Gómez, M. y Juárez-García, A. (2019). Escala de estrés percibido en estudiantes de odontología, enfermería y psicología: validez de constructo. Recuperado de: <file:///C:/Users/LIBERTAD/Downloads/DialnetEscalaDeEstresPercibidoEnEstudiantesDeOdontologiaE-7304981.pdf>
- Cádenas, M., Méndez, L. M. y Gonzáles, M. (2014). Evaluación del desempeño docente, estrés y burnout en docentes universitarios. *Revista Electrónica actualidades investigativas en educación*. Vol.

14 (1), 1-22. Recuperado en:
<https://www.redalyc.org/pdf/447/44729876006.pdf>

Clasificación de Internacional de las Enfermedades (CIE-10, 1992).
Trastornos mentales y del comportamiento: descripciones clínicas y
pautas para el diagnóstico. Meditor. Madrid, España.

Cohen, S., Kamarck, T. y Mermelstein, R. (1983). A Global Measure of
Perceived Stress. *Journal of Health and Social Behavior*, 24(4), 385-
396.

Cuestas, J. (2021). Estrés percibido durante la pandemia Covid-19 en un
grupo de estudiantes de enfermería de una Universidad en Lima
Norte, 2020. Universidad en Lima Norte. Recuperado en:
[https://repositorio.uch.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12872/561/C
uestas_J_tesis_enfermeria_2021.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://repositorio.uch.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12872/561/Cuestas_J_tesis_enfermeria_2021.pdf?sequence=1&isAllowed=y)

Defensoría del Pueblo (2020, 24 de septiembre). Defensoría del Pueblo:
debe garantizarse atención en salud mental de pacientes COVID-19
en Ica. Recuperado de: [https://www.defensoria.gob.pe/defensoria-
del-pueblo-debe-garantizarse-atencion-en-salud-mental-de-
pacientes-covid-19-en-ica/](https://www.defensoria.gob.pe/defensoria-del-pueblo-debe-garantizarse-atencion-en-salud-mental-de-pacientes-covid-19-en-ica/)

Garay (2021, 03 de enero). Pandemia agravó los problemas de salud
mental que ya existían en el país. *Diario la andina*. Lima, Perú.
Disponible en: [https://andina.pe/agencia/noticia-pandemia-agravo-
los-problemas-salud-mental-ya-existian-el-pais-828235.aspx](https://andina.pe/agencia/noticia-pandemia-agravo-los-problemas-salud-mental-ya-existian-el-pais-828235.aspx)

Gonzales, M. (2007). Reflexión sobre los trastornos de ansiedad en la
sociedad occidental. *Revista Cubana de Medicina General Integral*
23(1). Recuperado de:
[http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_abstract&pid=S0864-
21252007000100013](http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_abstract&pid=S0864-21252007000100013)

Gonzales, P. (2007). Nivel de ansiedad y depresión en pacientes con infarto
agudo de miocardio atendidos en el Hospital Edgardo Rebagliati

- Martins. (Tesis de postgrado). Universidad Nacional Mayor de San Marcos, Lima, Perú.
- González, M. y Landero, R. (2006). Síntomas psicósomáticos y Teoría Transaccional del Estrés. *Revista Ansiedad y Estrés*. Vol. 12(1), 45-61.
- Guzmán, J. y Reyes, M. (2018). Adaptación de la escala de percepción global de estrés en universitarios peruanos. *Revista de psicología*. 36 (2), pp. 720 – 750.
- Guerrero, E. (1993). Salud, Estrés y Factores Psicológicos. *Revista Campo Abierto*. Vol. 13(Sin número), 51-69. Recuperado en: <file:///C:/Users/Usuario/Downloads/2764-Texto%20del%20art%C3%ADculo-9748-1-10-20161007.pdf>
- Hernández, J. (2019). Bienestar psicológico y estrés percibido en los trabajadores de la empresa fundente copelas y crisoles S.A.C. Lima. Universidad peruana los andes (tesis pregrado).
- Hernández, Sampieri, R., Fernández, Collado, C., y Bautista, Lucio, P. (2014). *Metodología de la investigación*. (6°ed.). México. Grupo Infagón.
- Labrador, F.J. (1993). Estrés. Eudema. Madrid.
- Lazarus, R. y Folkman, S. (1984). Stress, coping and adaptation. New York, EE.UU: Springer.
- López M. (2018). Estrés percibido y estilos de humor en un grupo de policías de Lima Metropolitana. Universidad Cayetano Heredia (tesis pregrado).
- Mendes, L., Campelo, E., Landim, A., Pires, I. y Vasconcelos, G. (2020) Estrés y depresión en docentes de una institución pública de enseñanza. *Revista electrónica trimestral de enfermería*. Vol. 19(1),

209-219. Recuperado en:
<http://dx.doi.org/10.6018/eglobal.19.1.383201>

Ministerio de Salud MINSA (2020). Guía Técnica de la Salud Mental del personal de la salud en el contexto del COVID-19.
<http://bvs.minsa.gob.pe/local/MINSA/5000.pdf>

Ministerio de Salud (MINSA, 2021). Salud Mental: el 52.2% de limeños sufre de estrés debido a la pandemia. Recuperado de:
<https://www.minsa.gob.pe/newsletter/2021/edicion-72/nota4/index.html>

Moreno, B. & Báez, C. (2010). Factores y riesgos psicosociales, formas, consecuencias, medidas y buenas prácticas. Universidad Autónoma de Madrid. Recuperado en:
https://www.researchgate.net/publication/236151656_factores_y_riesgos_psicosociales_formas_consecuencias_INSHT

Muñoz, F. M. & Muñoz, A. M. (2010). Escuela y Psicopatología. Fundación universidad San Pablo CEU. Recuperado de:
https://www.researchgate.net/profile/Maria-Del-Camino-Llamazares/publication/281524232_Psicopatologia_de_la_ansiedad_ante_los_examenes_dimensiones_y_componentes/links/5aeb1340a6fdcc03cd90ecf7/Psicopatologia-de-la-ansiedad-ante-los-examenes-dimensiones-y-componentes.pdf

Organización Mundial de la Salud (OMS, 2020). Primeras investigaciones revelan que existen poblaciones con niveles severos de ansiedad, depresión y estrés a tan solo seis meses de que la Organización Mundial de la Salud declarará la pandemia en el mundo. Recuperado en:
<file:///C:/Users/LIBERTAD/Downloads/Investigaciones%20en%20salud%20mental%20en%20Pandemia.pdf>

Ortiz, C. (2020). Estrés laboral en tiempos de pandemia. Universidad Nacional de Costa Rica (UNA).

<https://www.unacomunica.una.ac.cr/index.php/mayo-2020/2970estres-laboral-en-tiempos-de-pandemia>

Párraga, I., González, E., Méndez, T., Villarín, A. y León, A. (2018). Burnout y su relación con el estrés percibido y satisfacción laboral en profesionales sanitarios de atención primaria de una comunidad autónoma. *Revista Clínica Medicina familiar*. Vol. 11(2), 51-60.

Pinilla, J. y Jiménez M. (2019). Factores asociados al estrés percibido por los docentes de planta de la fundación universitaria los libertadores. Universidad los Libertadores (tesis de pregrado). Recuperado en: https://repository.libertadores.edu.co/bitstream/handle/11371/1797/pinilla_jhenifer_2019.pdf?sequence=2&isAllowed=y

Prieto, J., Leal, L. y Ramírez, Y., (2016) Ansiedad y depresión en docentes del Colegio Nacionalizado Femenino de Villavivencio de Colombia. Universidad Cooperativa de Colombia. Recuperado en: https://repository.ucc.edu.co/bitstream/20.500.12494/4440/1/2017_ansiedad_depresion_docentes.pdf

Ramírez, E. y Jamanca, R. (2020). Estrés y percepción de la capacidad de trabajar en docentes de una Universidad Pública. *Revista científica, Inicc – Perú*. Vol. 3(2), 79-89. Recuperado en: DOI: <https://doi.org/10.36996/delectus>

Raymundo, Y. (2021). Estrés laboral y salud mental en el contexto de la pandemia COVID-19 en docentes de educación secundaria, Huancavelica. Universidad Peruana de los Andes. Recuperado en <https://repositorio.upla.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12848/2275/TESIS%20FINAL.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Rojas, E. (2014). *Como superar la ansiedad*. 2014. (1ª. ed.). Planta, S.A., Editorial Planeta, S. A. Barcelona, España.

Rojas, P. Psicoanálisis y Estrés. Recuperado en <https://www.pillarrojas.com/psicoanalisis/ansiedad/53-estres.html>

- Sánchez, M. y Mantilla M. (2005). Situaciones generadoras de los niveles de estrés en docentes universitarios. *Revista Venezolana de Ciencias Sociales*. Vol. 9(1), 140-162.
- Sanz, J., García - Vera, MP. y Fortún, M. (2011). El inventario de ansiedad de Beck (BAI): propiedades psicométricas de la versión española en pacientes con trastornos psicológicos. *Revista Psicología Conductual*. Vol. 20 (3), 563-583.
- Sierra, J., Ortega y Zubeidat, I. (2003). Ansiedad, angustia y estrés: tres conceptos a diferenciar 2003, *Revista Mal-Estar e Subjetividade*. Vol. 3(1), 10-59. Recuperado en <https://www.redalyc.org/pdf/271/27130102.pdf>
- Stossel, S. (2014). *Ansiedad; miedo, esperanza y la búsqueda de la paz interior*. (1º ed.). Editorial Planeta, S.A., Barcelona, España.

ANEXOS

Anexo 1: Matriz de consistencia

ESTRÉS PERCIBIDO Y ANSIEDAD EN DOCENTES DEL CENTRO EDUCATIVO PRIVADO PAMER SEDE ICA EN TIEMPOS DE COVID EN EL AÑO 2021

Problemas	Objetivos	Hipótesis	Variables	Metodología
<p>pregunta de investigación general</p> <p>¿Cuál es la relación entre estrés percibido y ansiedad en docentes del centro educativo privado Pamer, sede ICA en tiempos de COVID en el año 2021?</p> <p>Preguntas de investigación específicas</p> <p>P1: ¿Cuál es el nivel de estrés percibido en docentes del centro educativo privado Pamer, sede Ica en tiempos de COVID en el año 2021?</p> <p>P2: ¿Cuál es el nivel de ansiedad en docentes del centro educativo privado Pamer, sede Ica en tiempos de COVID en el año 2021?</p> <p>P3: ¿Cuál es la relación entre la dimensión control de estrés y la ansiedad en docentes del centro educativo privado Pamer, sede Ica en tiempos de COVID en el año 2021?</p> <p>P4: ¿Cuál es la relación entre la dimensión expresión de estrés y la ansiedad en docentes del centro educativo privado Pamer, sede Ica en tiempos de COVID en el año 2021?</p>	<p>Objetivo General</p> <p>Establecer la relación entre estrés percibido y ansiedad en docentes del centro educativo privado Pamer, sede Ica en tiempos de COVID en el año 2021.</p> <p>Objetivos Específicos</p> <p>O1: Identificar el nivel de estrés percibido en docentes del centro educativo privado Pamer, sede Ica en tiempos de COVID en el año 2021.</p> <p>O2: Identificar el nivel de ansiedad en docentes del centro educativo privado Pamer, sede Ica en tiempos de COVID en el año 2021.</p> <p>O3: Establecer la relación entre la dimensión control de estrés y la ansiedad en docentes del centro educativo privado Pamer, sede Ica en tiempos de COVID en el año 2021.</p> <p>O4: Establecer la relación entre la dimensión expresión de estrés y la ansiedad en docentes del centro educativo privado Pamer, sede Ica en tiempos de COVID en el año 2021.</p>	<p>Hipótesis general</p> <p>Existe relación significativa entre estrés percibido y ansiedad en docentes del centro educativo privado Pamer, sede Ica en tiempos de COVID en el año 2021.</p> <p>Hipótesis Específicas</p> <p>H1: Existe nivel alto de estrés percibido en docentes del centro educativo privado Pamer, sede Ica en tiempos de COVID en el año 2021.</p> <p>H2: Existe nivel alto de ansiedad en docentes del centro educativo privado Pamer, sede Ica en tiempos de COVID en el año 2021.</p> <p>H3: Existe relación significativa entre la dimensión control de estrés y la ansiedad en docentes del centro educativo privado Pamer, sede Ica en tiempos de COVID en el año 2021.</p> <p>H4: Existe relación significativa entre la dimensión expresión de estrés y la ansiedad en docentes del centro educativo privado Pamer, sede Ica en tiempos de COVID en el año 2021.</p>	<p>Variable 1: Estrés percibido</p> <p>Dimensiones:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Expresión del estrés - Control del estrés <p>Variables 2: Ansiedad</p> <p>Dimensiones:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Subjetivo - Neurofisiológico - Autonómico - Síntomas vasomotores 	<p>Tipo de Investigación: Correlacional descriptivo</p> <p>Diseño de Investigación:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Enfoque cuantitativo - Nivel: básico - Diseño no experimental - Corte transversal <p>Técnica: Encuesta</p> <p>Instrumentos:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Escala percepción global de estrés (EPGE-13) (Adaptación peruana de Guzmán y Reyes, 2018) - Inventario de ansiedad de Beck (BAI) (Adaptación española de Sanz, Vallar, De la Guía y Hernández, 2011) <p>Población: 46</p> <p>Muestra: Censal</p>

Anexo 2:

ESCALA DE PERCEPCIÓN GLOBAL DE ESTRÉS (EPGE-13)

Adaptación peruana de Guzmán y Reyes (2018)

Marca con una "X" en el casillero aquella opción que exprese mejor tu situación actual, teniendo en cuenta el último mes. Para cada pregunta coloca solo una opción.					
	Nunca	Casi nunca	De vez en cuando	Frecuentemente	Casi siempre
1. En el último mes ¿Cuán seguido has estado molesto por que algo pasó de forma inesperada?					
2. En el último mes ¿Cuán seguido te has sentido incapaz de controlar hechos importantes en tu vida?					
3. En el último mes ¿Cuán seguido te has sentido continuamente tenso?					
4. En el último mes ¿Cuán seguido te sentiste seguro de tus habilidades para manejar tus problemas personales?					
5. En el último mes ¿Cuán seguido has sentido que has afrontado efectivamente los cambios importantes que han estado ocurriendo en tu vida?					
6. En el último mes ¿Cuán seguido confiaste en tu capacidad para manejar tus problemas personales?					
7. En el último mes ¿Cuán seguido sentiste que las cosas te estaban resultando como tú querías?					
8. En el último mes ¿Cuán seguido te diste cuenta que no podías hacer todas las cosas que debías hacer?					
9. En el último mes ¿Cuán seguido has podido controlar las dificultades de tu vida?					
10. En el último mes ¿Cuán seguido has sentido que tienes el control de todo?					
11. En el último mes ¿Cuán seguido te has sentido molesto por situaciones que estaban fuera de tu control?					
12. En el último mes ¿Cuán seguido pudiste controlar la manera en que utilizaste el tiempo?					
13. En el último mes ¿Cuán seguido sentiste que los problemas se te habían acumulado?					

Anexo 3:

BAREMOS DE ESCALA DE PERCEPCIÓN GLOBAL DE ESTRÉS (EPGE-13)

Adaptación peruana de Guzmán y Reyes (2018)

Baremos de la Escala de Percepción Global de Estrés

Niveles	Pc	F1	F2	TOTAL
	5	6	7	14
Bajo	10	8	8	17
	15	9	9	18
	20	10	9	20
	25	11	10	21
	30	11	10	22
	35	12	10	23
Moderado	40	12	11	23
	45	13	11	24
	50	13	11	25
	55	14	11	25
	60	14	12	26
	65	14	12	26
Alto	70	15	12	27
	75	15	12	27
	80	16	13	28
	85	17	13	29
	90	18	14	30
	95	20	15	33
Media		13.06	11.07	24.14
Desviación estándar		4.03	2.38	5.287

Anexo 4:

INVENTARIO DE ANSIEDAD DE BECK (BAI) (Adaptación Española de Sanz, García - Vera y Fortún, 2011)

En el cuestionario hay una lista de síntomas comunes de la ansiedad. Lea cada una de los ítems e indique cuando le ha afectado en la última semana.

(1) Levemente (2) Moderadamente (3) Severamente

ÍTEM	1	2	3
1. Torpe o entumecido.			
2. Acalorado.			
3. Con temblor en las piernas.			
4. Incapaz de relajarse.			
5. Con temor a que ocurra lo peor.			
6. Mareado, o que se le va la cabeza.			
7. Con latidos del corazón fuertes y acelerados.			
8. Inestable.			
9. Atemorizado o asustado.			
10. Nervioso.			
11. Con sensación de bloqueo.			
12. Con temblores en las manos.			
13. Inquieto, inseguro.			
14. Con miedo a perder el control.			
15. Con sensación de ahogo.			
16. Con temor a morir.			
17. Con miedo.			
18. Con problemas digestivos.			
19. Con desvanecimientos.			
20. Con rubor facial.			
21. Con sudores, fríos o calientes			

Anexo 5A:

CONFIABILIDAD DE LA VARIABLE ESTRÉS PERCIBIDO

Estadísticas de fiabilidad

Alfa de Cronbach	N de elementos
,643	13

Estadísticas de total de elemento

	Media de escala si el elemento se ha suprimido	Varianza de escala si el elemento se ha suprimido	Correlación total de elementos corregida	Alfa de Cronbach si el elemento se ha suprimido
1. En el último mes ¿Cuán seguido has estado molesto por que algo pasó de forma inesperada?	34,33	17,691	,413	,599
2. En el último mes ¿Cuán seguido te has sentido incapaz de controlar hechos importantes en tu vida?	34,59	18,381	,349	,612
3. En el último mes ¿Cuán seguido te has sentido continuamente tenso?	34,04	18,976	,302	,621
4. En el último mes ¿Cuán seguido te sentiste seguro de tus habilidades para manejar tus problemas personales?	34,96	18,131	,323	,615
5. En el último mes ¿Cuán seguido has sentido que has afrontado efectivamente los cambios importantes que han estado ocurriendo en tu vida?	34,83	16,147	,652	,553

6. En el último mes ¿Cuán seguido confiaste en tu capacidad para manejar tus problemas personales?	35,07	15,662	,767	,533
7. En el último mes ¿Cuán seguido sentiste que las cosas te estaban resultando como tu querías?	34,63	17,038	,485	,585
8. En el último mes ¿Cuán seguido te diste cuenta que no podías hacer todas las cosas que debías hacer?	34,26	19,264	,223	,632
9. En el último mes ¿Cuán seguido has podido controlar las dificultades de tu vida?	34,93	16,596	,529	,574
10. En el último mes ¿Cuán seguido has sentido que tienes el control de todo?	34,54	16,654	,552	,572
11. En el último mes ¿Cuán seguido te has sentido molesto por situaciones que estaban fuera de tu control?	34,04	18,443	,393	,607
12. En el último mes ¿Cuán seguido pudiste controlar la manera en que utilizaste el tiempo?	34,17	24,947	-,557	,735
13. En el último mes ¿Cuán seguido sentiste que los problemas se te habían acumulado?	34,83	25,747	-,634	,748

ANEXO 5B:
CONFIABILIDAD DE LA VARIABLE ANSIEDAD

Estadísticas de fiabilidad

Alfa de Cronbach	N de elementos
,886	21

Estadísticas de total de elemento

	Media de escala si el elemento se ha suprimido	Varianza de escala si el elemento se ha suprimido	Correlación total de elementos corregida	Alfa de Cronbach si el elemento se ha suprimido
1. Torpe o entumecido.	27,65	38,276	,564	,879
2. Acalorado .	27,50	41,100	,250	,888
3. Con temblor en las piernas .	27,89	41,877	,232	,887
4. Incapaz de relajarse.	27,09	36,303	,586	,879
5. Con temor a que ocurra lo peor.	27,22	37,241	,606	,877
6. Mareado, o que se le va la cabeza.	27,91	41,948	,305	,886
7. Con latidos del corazón fuertes o acelerados.	27,63	37,127	,714	,874
8. Inestable.	27,78	40,352	,436	,883
9. Atemorizado o asustado.	27,43	38,518	,594	,878
10. Nervioso.	27,43	37,407	,707	,874
11. Con sensación de bloqueo.	27,59	37,714	,716	,874
12. Con temblores en las manos.	27,85	40,532	,458	,882
13. Inquieto, inseguro.	27,43	39,007	,428	,884
14. Con miedo a perder el control	27,63	39,394	,478	,882
15. Con sensación de ahogo.	27,87	40,960	,477	,883
16. Con temor a morir.	27,54	38,387	,533	,880
17. Con miedo.	27,50	37,633	,630	,877
18. Con problemas digestivos .	27,59	40,426	,299	,887
19. Con desvanecimientos .	27,89	41,343	,423	,884
20. Con rubor facial.	27,85	41,065	,421	,884
21. Con sudores fríos o calientes	27,72	40,074	,446	,883

ANEXO 6: BASE DE DATOS DE FORMULARIO GOOGLE

Formulario sin título (Respuestas) - Excel

Archivo Inicio Insertar Diseño de página Fórmulas Datos Revisar Vista ¿Qué desea hacer? Iniciar sesión Compartir

Pegar Fuente Alineación Número Estilos Celdas Modificar

B3 30

	A	B	C	D	E	F	G	H	I	J	K	L	M	N	O	P
1	Marca temporal	EDAD	SEXO	1. En el últ	2. En el últim	3. En el últim	4. En el último	5. En el último	6. En el último	7. En el último	8. En el último	9. En el último	10. En el último	11. En el último	12. En el último	13. En el último
2	8/23/2021 18:47:25	30	MUJER	De vez en	De vez en cu	De vez en cu	De vez en cua	De vez en cuar	De vez en cua	De vez en cu	De vez en cuand	De vez en cua	De vez en cuai	De vez en cu	De vez en cu	De vez en cuando
3	8/23/2021 19:37:38	30	MUJER	Casi nunca	Casi siempr	Frecuentem	Casi siempre	De vez en cuar	De vez en cua	De vez en cu	Frecuente	De vez en cua	Frecuente	De vez en cu	De vez en cua	De vez en cuando
4	8/23/2021 20:04:06	50	HOMBRE	De vez en	De vez en cu	Frecuentem	Frecuente	Frecuente	Frecuente	Frecuente	De vez en cuand	Frecuente	Frecuente	De vez en cu	Frecuente	De vez en cuando
5	8/24/2021 14:16:07	28	MUJER	Frecuente	De vez en cu	Casi nunca	Casi nunca	Frecuente	Frecuente	De vez en cu	De vez en cuand	De vez en cua	De vez en cuai	Frecuente	De vez en cua	Frecuente
6	8/24/2021 14:17:29	38	HOMBRE	Casi nunca	Casi nunca	De vez en cu	Casi siempre	Casi siempre	Frecuente	De vez en cu	Casi siempre	Frecuente	Casi siempre	Casi nunca	Casi siempre	De vez en cuando
7	8/25/2021 9:11:25	40	MUJER	Frecuente	Casi nunca	Casi siempr	De vez en cua	De vez en cuar	Casi nunca	Casi nunca	De vez en cuand	De vez en cua	Casi nunca	Frecuente	De vez en cua	Frecuente
8	8/25/2021 10:48:06	25	HOMBRE	Casi nunca	Casi nunca	De vez en cu	Frecuente	Casi siempre	Casi siempre	Casi siempre	Casi nunca	De vez en cua	De vez en cuai	Casi nunca	De vez en cua	De vez en cuando
9	8/25/2021 16:53:07	25	HOMBRE	De vez en	De vez en cu	De vez en cu	Frecuente	De vez en cuar	Frecuente	Frecuente	De vez en cuand	De vez en cua	Casi nunca	De vez en cu	De vez en cua	Frecuente
10	8/25/2021 17:57:58	29	HOMBRE	De vez en	Casi nunca	De vez en cu	De vez en cua	Casi nunca	Frecuente	De vez en cu	Casi nunca	Frecuente	Frecuente	De vez en cu	Frecuente	De vez en cuando
11	8/25/2021 20:29:09	61	MUJER	De vez en	De vez en cu	Casi nunca	De vez en cua	De vez en cuar	Casi siempre	Casi siempre	De vez en cuand	Casi siempre	De vez en cuai	De vez en cu	De vez en cua	Casi nunca
12	8/25/2021 21:08:59	32	MUJER	De vez en	De vez en cu	Frecuente	Casi nunca	De vez en cuar	Frecuente	De vez en cu	Frecuente	Casi siempre	Casi nunca	De vez en cu	Casi nunca	Casi siempre
13	8/26/2021 0:34:42	35	HOMBRE	De vez en	Casi nunca	Frecuente	Casi siempre	Frecuente	Frecuente	Frecuente	De vez en cuand	Frecuente	Frecuente	De vez en cu	De vez en cua	De vez en cuando
14	8/26/2021 0:40:06	37	HOMBRE	De vez en	Casi nunca	De vez en cu	Frecuente	Frecuente	Frecuente	De vez en cu	De vez en cuand	De vez en cua	De vez en cuai	Frecuente	De vez en cua	De vez en cuando
15	8/26/2021 9:56:55	42	HOMBRE	Frecuente	Frecuente	Frecuente	Frecuente	Frecuente	Frecuente	Casi nunca	De vez en cuand	Frecuente	De vez en cuai	Frecuente	Casi nunca	Frecuente
16	8/27/2021 19:32:09	38	HOMBRE	Casi nunca	Casi nunca	De vez en cu	Frecuente	Frecuente	Frecuente	De vez en cu	Casi nunca	De vez en cua	De vez en cuai	De vez en cu	Frecuente	Casi nunca
17	8/28/2021 12:08:37	28	MUJER	De vez en	De vez en cu	De vez en cu	De vez en cua	De vez en cuar	De vez en cua	De vez en cu	De vez en cuand	De vez en cua	De vez en cuai	De vez en cu	De vez en cua	De vez en cuando
18	8/29/2021 1:22:40	42	MUJER	De vez en	De vez en cu	Casi siempr	De vez en cua	De vez en cuar	De vez en cua	Casi nunca	De vez en cuand	De vez en cua	Casi nunca	Frecuente	Casi nunca	Frecuente
19	8/29/2021 12:14:00	27	HOMBRE	Casi siempr	Frecuente	Frecuente	Casi nunca	Casi nunca	Casi nunca	Casi nunca	De vez en cuand	De vez en cua	Casi nunca	Frecuente	De vez en cua	Frecuente
20	8/29/2021 18:16:52	39	HOMBRE	De vez en	Casi nunca	Casi nunca	De vez en cua	Frecuente	Casi siempre	Casi siempre	Casi nunca	Frecuente	Frecuente	Casi nunca	Frecuente	Casi nunca
21	8/30/2021 10:43:42	38	HOMBRE	De vez en	De vez en cu	De vez en cu	De vez en cua	De vez en cuar	De vez en cua	De vez en cu	De vez en cuand	De vez en cua	De vez en cuai	De vez en cu	De vez en cua	De vez en cuando
22	8/30/2021 13:07:56	37	MUJER	Frecuente	De vez en cu	Frecuente	De vez en cua	De vez en cuar	De vez en cua	De vez en cu	De vez en cuand	De vez en cua	De vez en cuai	Casi siempre	Casi nunca	Casi siempre

Respuestas de formulario 1

Ve a Configuración para activar Windows.

Listo

21:33 8/09/2021

Formulario sin título (Respuestas) - Excel

Inicio Insertar Diseño de página Fórmulas Datos Revisar Vista ¿Qué desea hacer? Iniciar sesión Compartir

Portapapeles Fuente Alineación Número Estilos Celdas Modificar

B3 30

	A	B	C	D	E	F	G	H	I	J	K	L	M	N	O	P
1	Marca temporal	EDAD	SEXO	1. En el últ	2. En el últim	3. En el últim	4. En el últim	5. En el último	6. En el últim	7. En el últim	8. En el último	9. En el últim	10. En el últim	11. En el últim	12. En el últim	13. En el último m
2	8/23/2021 18:47:25	30	MUJER	De vez en i	De vez en ct	De vez en ct	De vez en cua	De vez en cuar	De vez en cua	De vez en cu	De vez en cuand	De vez en cua	De vez en cua	De vez en cua	De vez en cua	De vez en cuando
3	8/23/2021 19:37:38	30	MUJER	Casi nunca	Casi siempri	Frecuentem	Casi siempre	De vez en cuar	De vez en cua	De vez en cu	Frecuentemente	De vez en cua	Frecuentem	De vez en cua	De vez en cua	De vez en cuando
4	8/23/2021 20:04:06	50	HOMBRE	De vez en i	De vez en ct	Frecuentem	Frecuentem	Frecuentem	Frecuentem	Frecuentem	De vez en cuand	Frecuentem	Frecuentem	De vez en cua	Frecuentem	De vez en cuando
5	8/24/2021 14:16:07	28	MUJER	Frecuenter	De vez en ct	Casi nunca	Casi nunca	Frecuentem	Frecuentem	De vez en cu	De vez en cuand	De vez en cua	De vez en cua	Frecuentem	De vez en cua	Frecuentemente
6	8/24/2021 14:17:29	38	HOMBRE	Casi nunca	Casi nunca	De vez en ct	Casi siempre	Casi siempre	Casi siempre	Frecuentem	De vez en cu	Casi siempre	Frecuentem	Casi siempre	Casi nunca	Casi siempre De vez en cuando
7	8/25/2021 9:11:25	40	MUJER	Frecuenter	Casi nunca	Casi siempri	De vez en cua	De vez en cuar	Casi nunca	Casi nunca	De vez en cuand	De vez en cua	Casi nunca	Frecuentem	Casi nunca	Frecuentemente
8	8/25/2021 10:48:06	25	HOMBRE	Casi nunca	Casi nunca	De vez en ct	Frecuentem	Casi siempre	Casi siempre	Casi siempre	Casi nunca	De vez en cua	De vez en cua	Casi nunca	De vez en cua	De vez en cuando
9	8/25/2021 16:53:07	25	HOMBRE	De vez en i	De vez en ct	De vez en ct	Frecuentem	De vez en cuar	Frecuentem	Frecuentem	De vez en cuand	De vez en cua	Casi nunca	De vez en cua	De vez en cua	Frecuentemente
10	8/25/2021 17:57:58	29	HOMBRE	De vez en i	Casi nunca	De vez en ct	De vez en cua	Casi nunca	Frecuentem	De vez en cu	Casi nunca	Frecuentem	Frecuentem	De vez en cua	Frecuentem	De vez en cuando
11	8/25/2021 20:29:09	61	MUJER	De vez en i	De vez en ct	Casi nunca	De vez en cua	De vez en cuar	Casi siempre	Casi siempre	De vez en cuand	Casi siempre	De vez en cua	De vez en cua	De vez en cua	Casi nunca
12	8/25/2021 21:08:59	32	MUJER	De vez en i	De vez en ct	Frecuentem	Casi nunca	De vez en cuar	Frecuentem	De vez en cu	Frecuentemente	Casi siempre	Casi nunca	De vez en cua	Casi nunca	Casi siempre
13	8/26/2021 0:34:42	35	HOMBRE	De vez en i	Casi nunca	Frecuentem	Casi siempre	Frecuentem	Frecuentem	Frecuentem	De vez en cuand	Frecuentem	Frecuentem	De vez en cua	De vez en cua	De vez en cuando
14	8/26/2021 0:40:06	37	HOMBRE	De vez en i	Casi nunca	De vez en ct	Frecuentem	Frecuentem	Frecuentem	De vez en cu	De vez en cuand	De vez en cua	De vez en cua	Frecuentem	De vez en cua	De vez en cuando
15	8/26/2021 9:56:55	42	HOMBRE	Frecuenter	Frecuentem	Frecuentem	Frecuentem	Frecuentem	Frecuentem	Casi nunca	De vez en cuand	Frecuentem	De vez en cua	Frecuentem	Casi nunca	Frecuentemente
16	8/27/2021 19:32:09	38	HOMBRE	Casi nunca	Casi nunca	De vez en ct	Frecuentem	Frecuentem	Frecuentem	De vez en cu	Casi nunca	De vez en cua	De vez en cua	De vez en cua	Frecuentem	Casi nunca
17	8/28/2021 12:08:37	28	MUJER	De vez en i	De vez en ct	De vez en ct	De vez en cua	De vez en cuar	De vez en cua	De vez en cu	De vez en cuand	De vez en cua	De vez en cua	De vez en cua	De vez en cua	De vez en cuando
18	8/29/2021 1:22:40	42	MUJER	De vez en i	De vez en ct	Casi siempri	De vez en cua	De vez en cuar	De vez en cua	Casi nunca	De vez en cuand	De vez en cua	Casi nunca	Frecuentem	Casi nunca	Frecuentemente
19	8/29/2021 12:14:00	27	HOMBRE	Casi siemp	Frecuentem	Frecuentem	Casi nunca	Casi nunca	Casi nunca	Casi nunca	De vez en cuand	De vez en cua	Casi nunca	Frecuentem	De vez en cua	Frecuentemente
20	8/29/2021 18:16:52	39	HOMBRE	De vez en i	Casi nunca	Casi nunca	De vez en cua	Frecuentem	Casi siempre	Casi siempre	Casi nunca	Frecuentem	Frecuentem	Casi nunca	Frecuentem	Casi nunca
21	8/30/2021 10:43:42	38	HOMBRE	De vez en i	De vez en ct	De vez en ct	De vez en cua	De vez en cuar	De vez en cua	De vez en cu	De vez en cuand	De vez en cua	De vez en cua	De vez en cua	De vez en cua	De vez en cuando
22	8/30/2021 13:07:56	37	MUJER	Frecuenter	De vez en ct	Frecuentem	De vez en cua	De vez en cuar	De vez en cua	De vez en cu	De vez en cuand	De vez en cua	De vez en cua	De vez en cua	Casi siempre	Casi siempre

Respuestas de formulario 1

Ve a Configuración para activar Windows.

Listo

21:33 8/09/2021

ANEXO 7: BASE DE DATOS DE SPSS-25

*BASE de DATOS.sav [ConjuntoDatos1] - IBM SPSS Statistics Editor de datos

Archivo Editar Ver Datos Transformar Analizar Marketing directo Gráficos Utilidades Ventana Ayuda

3 : EPGE13 3 Visible: 49 de 49 variables

	Edad	Sexo	EPGE1	EPGE2	EPGE3	EPG...	EPGE5	EPGE6	EPGE7	EPGE8	EPGE9	EPGE10	EPGE11	EPGE12	EPGE13	BAI1	BAI2	BAI3	BAI4
1	30	Femenino	De vez e...	De vez e...	De vez ...	De v...	De ve...	De ve...	De ve...	De vez ...	De vez ...	De vez e...	De vez e...	De vez e...	De vez e...	Moderada...	Moderada...	Moderada...	Moderad...
2	30	Femenino	Casi nunca	Casi sie...	Frecuen...	Casi...	De ve...	De ve...	De ve...	Frecuen...	De vez ...	Frecuent...	De vez e...	De vez e...	De vez e...	Severamente	Moderada...	Moderada...	Severame
3	50	Masculino	De vez e...	De vez e...	Frecuen...	Frecu...	Frecu...	Frecu...	Frecu...	De vez ...	Frecuen...	Frecuent...	De vez e...	Frecuent...	De vez e...	Levemente	Moderada...	Levemente	Moderad
4	28	Femenino	Frecuent...	De vez e...	Casi nu...	Casi...	Frecu...	Frecu...	De ve...	De vez ...	De vez ...	De vez e...	Frecuent...	De vez e...	Frecuent...	Moderada...	Levemente	Levemente	Leverme
5	38	Masculino	Casi nunca	Casi nunca	De vez ...	Casi...	Casi s...	Frecu...	De ve...	Casi sie...	Frecuen...	Casi sie...	Casi nunca	Casi sie...	De vez e...	Severamente	Severamente	Levemente	Leverme
6	40	Femenino	Frecuent...	Casi nunca	Casi sie...	De v...	De ve...	Casi n...	Casi n...	De vez ...	Casi n...	Frecuent...	De vez e...	Frecuent...	Moderada...	Moderada...	Levemente	Severame	
7	25	Masculino	Casi nunca	Casi nunca	De vez ...	Frecu...	Casi s...	Casi s...	Casi s...	Casi nu...	De vez ...	De vez e...	Casi nunca	De vez e...	De vez e...	Levemente	Moderada...	Moderada...	Moderad
8	25	Masculino	De vez e...	De vez e...	De vez ...	Frecu...	De ve...	Frecu...	Frecu...	De vez ...	De vez ...	Casi nunca	De vez e...	De vez e...	Frecuent...	Levemente	Moderada...	Levemente	Moderad
9	29	Masculino	De vez e...	Casi nunca	De vez ...	De v...	Casi n...	Frecu...	De ve...	Casi nu...	Frecuen...	Frecuent...	De vez e...	Frecuent...	De vez e...	Levemente	Levemente	Levemente	Moderad
10	61	Femenino	De vez e...	De vez e...	Casi nu...	De v...	De ve...	Casi s...	Casi s...	De vez ...	Casi sie...	De vez e...	De vez e...	De vez e...	Casi nunca	Levemente	Levemente	Levemente	Leverme
11	32	Femenino	De vez e...	De vez e...	Frecuen...	Casi...	De ve...	Frecu...	De ve...	Frecuen...	Casi sie...	Casi nunca	De vez e...	Casi nunca	Casi sie...	Levemente	Moderada...	Levemente	Moderad
12	35	Masculino	De vez e...	Casi nunca	Frecuen...	Casi...	Frecu...	Frecu...	Frecu...	De vez ...	Frecuen...	Frecuent...	De vez e...	De vez e...	De vez e...	Moderada...	Levemente	Severamente	Leverme
13	37	Masculino	De vez e...	Casi nunca	De vez ...	Frecu...	Frecu...	Frecu...	De ve...	De vez ...	De vez ...	De vez e...	Frecuent...	De vez e...	De vez e...	Levemente	Levemente	Levemente	Leverme
14	42	Masculino	Frecuent...	Frecuent...	Frecuen...	Frecu...	Frecu...	Frecu...	Casi n...	De vez ...	De vez ...	De vez e...	Frecuent...	Casi nunca	Frecuent...	Levemente	Moderada...	Levemente	Severame
15	38	Masculino	Casi nunca	Casi nunca	De vez ...	Frecu...	Frecu...	Frecu...	De ve...	Casi nu...	De vez ...	De vez e...	De vez e...	Frecuent...	Casi nunca	Levemente	Levemente	Levemente	Moderad
16	28	Femenino	De vez e...	De vez e...	De vez ...	De v...	De ve...	De ve...	De ve...	De vez ...	De vez ...	De vez e...	De vez e...	De vez e...	De vez e...	Levemente	Levemente	Levemente	Leverme
17	42	Femenino	De vez e...	De vez e...	Casi sie...	De v...	De ve...	De ve...	Casi n...	De vez ...	De vez ...	Casi nunca	Frecuent...	Casi nunca	Frecuent...	Levemente	Moderada...	Levemente	Severame
18	27	Masculino	Casi sie...	Frecuent...	Frecuen...	Casi...	Casi n...	Casi n...	Casi n...	De vez ...	De vez ...	Casi nunca	Frecuent...	De vez e...	Frecuent...	Moderada...	Levemente	Levemente	Severame
19	39	Masculino	De vez e...	Casi nunca	Casi nu...	De v...	Frecu...	Casi s...	Casi s...	Casi nu...	Frecuen...	Frecuent...	Casi nunca	Frecuent...	Casi nunca	Levemente	Moderada...	Levemente	Moderad
20	38	Masculino	De vez e...	De vez e...	De vez ...	De v...	De ve...	De ve...	De ve...	De vez ...	De vez ...	De vez e...	De vez e...	De vez e...	De vez e...	Levemente	Levemente	Levemente	Severame
21	37	Femenino	Frecuent...	De vez e...	Frecuen...	De v...	De ve...	De ve...	De ve...	De vez ...	De vez ...	De vez e...	Casi sie...	Casi nunca	Casi sie...	Moderada...	Moderada...	Levemente	Severame
22	43	Masculino	Casi sie...	Casi nunca	De vez ...	Casi...	De ve...	Casi n...	Casi n...	Frecuen...	De vez ...	Casi nunca	Casi sie...	De vez e...	Frecuent...	Moderada...	Moderada...	Levemente	Severame
23	33	Femenino	De vez e...	De vez e...	Frecuen...	Frecu...	Casi s...	Casi s...	Casi s...	Casi nu...	Casi sie...	Casi sie...	Casi sie...	Casi sie...	Frecuent...	Levemente	Levemente	Levemente	Severame

Vista de datos Vista de variables

IBM SPSS Statistics Processor está listo Unicode: ON

21:27 8/09/2021

ANEXO 8:

TURNITIN al 28%

TESIS “RELACIÓN ENTRE ESTRÉS PERCIBIDO Y ANSIEDAD EN DOCENTES DEL CENTRO EDUCATIVO PRIVADO PAMER, SEDE ICA EN TIEMPOS DE COVID EN EL AÑO 2021”

INFORME DE ORIGINALIDAD

13% INDICE DE SIMILITUD	16% FUENTES DE INTERNET	0% PUBLICACIONES	7% TRABAJOS DEL ESTUDIANTE
-----------------------------------	-----------------------------------	----------------------------	--------------------------------------

FUENTES PRIMARIAS

1	repositorio.autonomadeica.edu.pe Fuente de Internet	3%
2	repositorio.upla.edu.pe Fuente de Internet	1%
3	repositorio.upagu.edu.pe Fuente de Internet	1%
4	pirhua.udep.edu.pe Fuente de Internet	1%
5	andina.pe Fuente de Internet	1%
6	repositorio.uch.edu.pe Fuente de Internet	1%
7	renati.sunedu.gob.pe Fuente de Internet	1%
8	repositorio.unsa.edu.pe Fuente de Internet	1%

9	hdl.handle.net Fuente de Internet	1%
10	repository.libertadores.edu.co Fuente de Internet	1%
11	Submitted to Universidad Cooperativa de Colombia Trabajo del estudiante	1%
12	idoc.pub Fuente de Internet	1%
13	repositorio.unac.edu.pe Fuente de Internet	1%

Excluir citas Apagado

Excluir bibliografía Activo
