



UNIVERSIDAD
AUTÓNOMA
DE ICA

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

TESIS
**“ANSIEDAD Y ESTRÉS EN EFECTIVOS POLICIALES
DURANTE LA EMERGENCIA SANITARIA COVID19, CUZCO
2020”**

LÍNEA DE INVESTIGACIÓN
Calidad de vida, resiliencia y bienestar psicológico

Presentado por:

Carla Astrid Loiza Chavez

Maria Isabel Garces Rivera

Tesis desarrollada para optar el Título de Licenciada en
Psicología

Docente asesor:

DR. Ambrocio Teodoro Esteves Pairazaman

Código Orcid N°0000-0003-4168-0850

Chincha, Ica, 2021

Asesor

DR. AMBROCIO TEODORO ESTEVES PAIRAZAMAN

Miembros del jurado

-Dr. Edmundo Gonzales Zavala

-Dr. William Chu Estrada

-Dr. Martín Campos Martínez

DEDICATORIA

A nuestros seres divinos que nos guían el camino a través de la fe.

A nuestros padres, hermanos y familiares quienes nos brindaron su apoyo y confianza durante estos años de perfilamiento profesional y crecimiento personal.

A nuestros formadores académicos que con sus enseñanzas y experiencias aportaron a superarnos profesional y personalmente.

Dedicado a todos los peruanos que cayeron en la lucha contra el COVID19.

Las tesoristas

AGRADECIMIENTOS

Nuestra eterna gratitud a la Universidad Autónoma de Ica por brindarnos la oportunidad de finalizar con nuestro proyecto personal y académico.

Al Dr. Ambrocio Esteves Pairazaman por su constante guía y supervisión para el desarrollo y culminación satisfactoria de este trabajo de investigación.

Nuestra especial gratitud a los efectivos de la Policía Nacional del Perú, que luchan incansablemente en esta crisis sanitaria, brindándonos un espacio de su tiempo para el desarrollo de este trabajo de investigación, mantenemos el compromiso de brindar nuestro apoyo en el área de salud mental.

Resumen

El propósito del estudio fue determinar la relación que existe entre la ansiedad y el estrés en efectivos policiales durante la emergencia sanitaria Covid 19, Cuzco 2020. El tipo de investigación fue básico de nivel descriptivo y de diseño transversal, no experimental y correlacional. La muestra de participantes fue de 60 efectivos policiales que laboran en una dependencia policial en Cuzco. Los instrumentos empleados fueron el inventario de ansiedad rasgo – estado (Lushene, Gorsuch y Spielberger, 1970), adaptada por Del Priego en Lima (2014), y la escala de estrés percibido (Cohen, Kamarck y Mermelstein, 1983), validada en Lima por Guzmán y Reyes (2018). El estudio concluyó la existencia de relación positiva media significativa entre la ansiedad general y el estrés general percibido ($r = .352$ p valor $.012 < .05$); de igual manera se determinó la existencia de relación positiva, muy fuerte significativa entre la ansiedad de rasgo y el control del estrés ($r = .820$ p valor $.030 < .05$) y positiva media significativa con la expresión del estrés ($r = .486$ p valor $.009 < .05$); relación positiva considerable significativa entre la ansiedad de estado y el control del estrés ($r = .707$ p valor $.049 < .05$) y positiva débil significativa con expresión del estrés ($r = .202$ p valor $.012 < .05$).

Palabras clave: Ansiedad, rasgo, estado, estrés percibido.

Abstract

The purpose of the case was determining the relation that there is between the anxiety and the stress in Police Officer workers, during the covid-19 health emergency in Cusco 2020. The kind of the investigations was descriptive level and transversal design, no experimental and correlational. The evidence of the participants was that 60 Police Officer that working in a Police Station of Cusco. The instruments used the stocktaking of features anxiety – state (Lushene, Gorsuch and Spielberg, 1970), was adapted by Del Priego in Lima (2014), and the scale of stress was expected (Cohen, Kamarck and Mermelstein, 1983), it was validated in Lima by Guzmán and Reyes (2018). The study concluded the existence of the positive and half significative relation between the general anxiety and general stress it was perceived ($r = .352$ p valor $.012 \leq .05$); of the way it was perceived the existence between positive relation and very hard significative anxiety of rank and the stress control ($r = .820$ p valor $.030 \leq .05$) and the half significative positive with the expression of stress ($r = .486$ p valor $\leq .05$); relation with significative positive relation between the state anxiety and control of stress ($r = .707$ p valor $.049 \leq .05$) and significative poor positive with stress expression ($r = p$ valor $.012 \leq .05$).

Key words: anxiety, feature, state, perceived stress.

Índice general

	Pág.
Dedicatoria	iii
Agradecimiento	iv
Resumen	v
Palabras claves	v
Abstract	vi
Índice general / Índice de figuras y de cuadros	vii
I. INTRODUCCIÓN	13
II. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA	15
2.1. Descripción del problema	15
2.2. Pregunta de investigación general	17
2.3. Preguntas de investigación específicas	17
2.4. Objetivo general	18
2.5. Objetivos específicos	18
2.6. Justificación e importancia	19
2.7 Alcances y limitaciones	21
III. MARCO TEÓRICO	22
3.1. Antecedentes	22
3.2. Bases teóricas	27
3.2.1. Ansiedad	24
3.2.1.1. Enfoques teóricos de la ansiedad	24
3.2.1.2. Definición de ansiedad	31
3.2.1.3. Componentes de la ansiedad	33
3.2.1.4. Dimensiones de la ansiedad	34

3.2.1.5. Niveles de ansiedad	32
3.2.2. Estrés percibido	36
3.2.2.1. Enfoques teóricos del estrés percibido	36
3.2.2.2. Definición de estrés percibido	41
3.2.2.3. Dimensiones del estrés percibido	43
3.3. Identificación de las variables	44
IV. METODOLOGÍA	45
4.1. Tipo y nivel de investigación	45
4.2. Diseño de la investigación	45
4.3. Operacionalización de variables	46
4.4. Hipótesis general y específicas	47
4.5. Población - muestra	48
4.6. Técnicas e instrumentos: Validación y confiabilidad	50
4.7. Recolección de datos	56
4.8. Técnicas de análisis e interpretación de datos	56
V. RESULTADOS	58
5.1. Presentación de resultados	58
5.2. Interpretación de los resultados	59
VI. ANÁLISIS DE LOS RESULTADOS	66
6.1. Análisis de los resultados	66
6.2. Comparación resultados con antecedentes	74
CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES	82
REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS	85
ANEXOS	92
Anexo 01: Matriz de consistencia	92

Anexo 02: Matriz de operacionalización de variables	97
Anexo 03: Instrumentos de medición	101
Anexo 04: Base de datos	105
Anexo 05: Informe Turnitín	110

Índice de tablas

	Pág.
Tabla 1. Matriz de operacionalización de las variables ansiedad y estrés percibido	46
Tabla 2. Características sociodemográficas la muestra	49
Tabla 3. Baremo de ansiedad según estado rasgo y general	52
Tabla 4. Baremo de estrés percibido	55
Tabla 5. Prueba de normalidad	58
Tabla 6. Nivel de ansiedad que presentaron los efectivos policiales que participaron en la muestra	59
Tabla 7. Nivel de ansiedad estado que presentaron los efectivos policiales que participaron en la muestra	60
Tabla 8. Nivel de ansiedad rasgo que presentaron los efectivos policiales que participaron en la muestra	61
Tabla 9. Nivel de estrés percibido que presentaron los efectivos policiales que participaron en la muestra	62
Tabla 10. Nivel de control del estrés que presentaron los efectivos policiales que participaron en la muestra	63
Tabla 11. Nivel de expresión del estrés que presentaron los efectivos policiales que participaron en la muestra	64
Tabla 12. Relación entre la ansiedad y el estrés en efectivos policiales durante la emergencia sanitaria Covid 19 Cuzco 2020	66
Tabla 13. Relación entre la ansiedad rasgo y control del estrés en efectivos policiales durante la emergencia sanitaria Covid 19 Cuzco 2020	68
Tabla 14. Relación entre la ansiedad rasgo y expresión del estrés en efectivos policiales durante la emergencia sanitaria Covid 19 Cuzco 2020	69
Tabla 15. Relación entre la ansiedad estado y el control del estrés en efectivos policiales durante la emergencia sanitaria Covid 19 Cuzco 2020	71

Tabla 16. Relación entre la ansiedad estado y la expresión del estrés en efectivos policiales durante la emergencia sanitaria Covid 19 Cuzco 2020

72

Índice de figuras

	Pág.
Figura 1.- Nivel de ansiedad que presentaron los efectivos policiales participantes en la muestra	59
Figura 2.- Nivel de ansiedad estado que presentaron los efectivos policiales participantes en la muestra	60
Figura 3.- Nivel de ansiedad rasgo que presentaron los efectivos policiales participantes en la muestra	61
Figura 4.- Nivel de estrés percibido que presentaron los efectivos policiales participantes en la muestra	62
Figura 5.- Nivel de control de estrés que presentaron los efectivos policiales participantes en la muestra	63
Figura 6.- Nivel de expresión del estrés que presentaron los efectivos policiales participantes en la muestra	65

I. INTRODUCCIÓN

La enfermedad de COVID 19, no solo ha impactado en la salud física, también en la mental, y como bien refieren Torales, O'Higgins, Castaldelli y Ventriglio (2020), incrementándose los sentimientos de soledad, miedo, ansiedad y estrés, en personas en general, incluidos los miembros policiales, quienes han asumido su labor de protección y cuidado del ciudadano ante un virus invisible que cobra vidas.

La coyuntura de la propagación de la enfermedad, ha expuesto a personal de salud, militar y de las fuerzas policiales asumir la responsabilidad de mantener y salvar vidas y quienes conforman personal de primera línea como grupo de respuesta importante frente al COVID 19. Fiorillo y Gorwood (2020), señalan que la labor policial en el contexto de la pandemia o emergencia sanitaria nacional, los sobreexpone a situaciones contextualizadas de casuística de personas diagnosticadas con la enfermedad y sus familiares, haciéndolos vulnerables a estresores biológicos y psicosociales, así como a la exposición de noticias de la enfermedad en medios de comunicación y redes sociales de nivel nacional e internacional, conllevándolos a manifestar síntomas de estrés y ansiedad, cuyo inadecuado o bajo afrontamiento, posibilitaría la generación de problemas de salud mental.

Tales características, ha sido posible visualizar en una dependencia policial del Cuzco en efectivos policiales, lo cual motivó la realización del presente estudio, cuyo objetivo será determinar la relación entre ansiedad y estrés en un grupo de efectivos policiales. Metodológicamente es estudio será de tipo básico y de diseño no experimental, transversal de corte correlacional, trabajándose con una muestra de 60 miembros policiales. Para la medición se empleará el Inventario de ansiedad rasgo – estado (Lushene, Gorsuch y Spielberger, 1970), adaptado en Lima por Del Priego (2014); y la Escala de estrés percibido (Cohen, Kamarck y Mermelstein, 1983), validado en Lima por Guzmán y Reyes (2018).

La tesis está dividida en los siguientes capítulos, en el primer capítulo se presenta la introducción, en el capítulo II se desarrolló el planteamiento del problema, descripción del problema, pregunta de investigación general, preguntas de investigación específica, objetivo general y específicos investigación, así como la justificación, importancia, alcances y limitaciones; En el capítulo III se desarrolló el marco teórico. El capítulo IV corresponde a la Metodología. En el capítulo V corresponde a los resultados y el capítulo VI Análisis de los resultados. Finalmente, conclusiones, recomendaciones, referencias bibliográficas y anexos.

II. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

2.1. Descripción del problema

El COVID 19, enfermedad infecciosa que presenta manifestaciones clínicas graves, conllevando en casos a la muerte, tornándose en una amenaza para la salud de las personas a nivel mundial (Wang, Pan, Wan, Tan, Xu y Ho, 2020). El efecto devastador ocasionado por la pandemia, originó que los diferentes gobiernos asuman políticas de salud que limiten la propagación del virus, mediante dos disposiciones esenciales, la cuarentena de la población y el distanciamiento social. Si bien los efectos en primera instancia son físicos y fisiológicos, Sandín, Valiente, García y Chorot (2020), refieren que existe un daño colateral como el psicológico, el cual se produce en todas las personas, generando a consecuencia problemas en la salud mental (Ministerio de Salud, 2020).

Durante el periodo en que las personas se encuentran en cuarentena en su hogar, las fuerzas del orden, como los efectivos policiales, son los encargados de vigilar y supervisar que los dispositivos de cuarentena y aislamiento social sean cumplidos por todas las personas en las diferentes latitudes del mundo. Al respecto, Guo, Wu, Yu, Sun y Liu (2020), señalaron que las principales actividades y responsabilidades de los efectivos policiales se encuentran en el control de cuarentena, y toques de queda, evitar las congestiones de personas y reuniones, protección de las instalaciones de salud y mercados, mantener el orden público y controlar la delincuencia. La labor policial, ante ello se encuentra sobrecargada y con mayor riesgo de contagio de la enfermedad. Guo, et al (2020), indicaron también que existe mayor riesgo psicosocial, ante la exposición con personas infectadas asintomáticas, así como la prevalencia de casos confirmados de contagio y muerte de miembros policiales, lo cual ha generado que el estrés y la ansiedad generalizada irrumpa en el mundo policial.

En función a problemas de salud mental a causa del COVID 19, vinculados a estrés y ansiedad en policías a nivel internacional, Syed, Ashwick, Schlosser, Jones, Rowe y Billings (2020), indicaron que, en 67 estudios con miembros de las fuerzas del orden, realizado en 24 países del mundo, 14.2% presentó trastorno de estrés postraumático y el 9.6% trastorno de ansiedad generalizada. Healthday News (2020), refirió que, en estudios realizados en Europa, América del Norte y Australia, con 272000 policías varones, 1 de cada 7 cumplía con la sintomatología de estrés postraumático y 1 de cada 10 cumplía con los criterios de trastornos de ansiedad.

Preidt (2020), señaló que, en el cuerpo policial, pese a estar viviendo la pandemia y asumiendo su responsabilidad, el 67% de los miembros encuestados no se sienten respaldados por sus pares, así como el uso de estrategias de afrontamiento negativas en el 57% de los efectivos, tornándose en factores de generación de estrés y ansiedad.

Al igual que en los otros países del mundo, en el Perú, la carga laboral para el cuerpo policial del Perú, es extrema, sumado a la posibilidad de contagio por ser personal de primera línea, para salvaguardar la vida de las personas en el país frente al virus. A ello se aúna la confirmación de casos de muerte de compañeros policías, superando a cualquier otro grupo profesional en el Perú con casuística de mortandad por COVID 19, lo cual ahonda la casuística de estrés y ansiedad (Hernández y Azañedo, 2020).

A nivel nacional, Caycho, Carbajal, Vilca, Heredia y Gallegos (2020), evidenciaron en un estudio con 120 policías en Lima que 17.3% presentaron síntomas de ansiedad generalizada, cifra superior a la referida por la literatura académica internacional, la cual señala un porcentaje menor de 9.6% (Syed et al, 2020). Por otro lado, se demostró que el 43% tuvo mucho miedo de perder la vida y 78% tiene miedo de infectar a sus familiares, conllevándole a un estrés, lo que indica altos niveles de reacciones emocionales (Huarcaya, Villareal, Podestá y Luna, 2020).

Respecto a los efectivos policiales en una dependencia policial en Cuzco, a través de una entrevista efectuada al Oficial Superior de la dependencia policial, se pudo obtener información acerca de las reacciones emocionales y actitudes de los efectivos policiales subalternos encontrándose que a causa del COVID 19, se han presentado manifestaciones de miedo, pensamientos incómodos sobre la enfermedad, miedo al contagio y de sus familiares, miedo a perder la vida, nerviosismo y ansiedad ante casos de fallecimiento o de gravedad de personas, problemas para dormir. Percibiendo ocasionalmente los efectivos la presencia de síntomas manifiestos de ansiedad como sudoración en las manos, temblores en las piernas, cansancio, taquicardia, malestar en el estómago, tensión muscular; como de estrés en los efectivos policiales expresado en sintomatología diarreica, dolores de cabeza, falta de energía, cuello rígido, lo cual sugiere la posibilidad de deterioro de la salud mental, tornándose en un problema de salud pública que requiere ser atendido e investigado, así también se evidenció que un porcentaje de efectivos policiales tuvieron un correcto uso y desarrollo de sus habilidades de afrontamiento durante sus actividades laborales.

En base a lo expuesto, es que el presente estudio investigará lo siguiente.

2.2. Pregunta de investigación general

¿Qué relación existe entre la ansiedad y el estrés en efectivos policiales durante la emergencia sanitaria Covid 19, Cuzco 2020?

2.3. Preguntas de investigación específicas

Problema específico 1

¿Qué relación existe entre la ansiedad de rasgo y el control del estrés en efectivos policiales durante la emergencia sanitaria Covid 19, Cuzco 2020?

Problema específico 2

¿Qué relación existe entre la ansiedad de rasgo y la expresión del estrés en efectivos policiales durante la emergencia sanitaria Covid 19, Cuzco 2020?

Problema específico 3

¿Qué relación existe entre la ansiedad de estado y el control del estrés en efectivos policiales durante la emergencia sanitaria Covid 19, Cuzco 2020?

Problema específico 4

¿Qué relación existe entre la ansiedad de estado y la expresión del estrés en efectivos policiales durante la emergencia sanitaria Covid 19, Cuzco 2020?

2.4. Objetivo general

Determinar la relación que existe entre la ansiedad y el estrés en efectivos policiales durante la emergencia sanitaria Covid 19, Cuzco 2020.

2.5. Objetivos específicos

Objetivo específico 1

Determinar la relación que existe entre la ansiedad de rasgo y el control del estrés en efectivos policiales durante la emergencia sanitaria Covid 19, Cuzco 2020.

Objetivo específico 2

Determinar la relación que existe entre la ansiedad de rasgo y la expresión del estrés en efectivos policiales durante la emergencia sanitaria Covid 19, Cuzco 2020.

Objetivo específico 3

Determinar la relación que existe entre la ansiedad de estado y el control del estrés en efectivos policiales durante la emergencia sanitaria Covid 19, Cuzco 2020.

Objetivo específico 4

Determinar la relación que existe entre la ansiedad de estado y la expresión del estrés en efectivos policiales durante la emergencia sanitaria Covid 19, Cuzco 2020.

2.6. Justificación e importancia

La investigación desde la perspectiva teórica, buscó contrastar los hallazgos acerca de los constructos ansiedad y estrés, respecto a la literatura académica, considerando el contexto en que se realizó el estudio, circunscrito a la población trabajada durante la situación de la emergencia sanitaria nacional COVID 19. En tal sentido, el estudio aportó en el campo investigativo información que permitió explicar la forma cómo se presentó teóricamente cada uno de los constructos, y a su vez realimenta a la teoría respecto a las variables investigadas considerando la contextualización donde se desarrolló el trabajo.

Desde la visión práctica, los constructos ansiedad y estrés, han sido estudiados mayormente desde la perspectiva clínica, educativa y organizacional, siendo necesaria su investigación en el contexto castrense de corte policial, considerando que su labor en el contexto de la pandemia COVID 19, fue la asistencia, mantener el orden y conciliar con la sociedad para que acaten las normas establecidas por el gobierno a fin de evitar el contagio masivo. En tal sentido, los hallazgos permitieron explicar la relación entre las variables estudiadas, considerando las características de la población a trabajar que, durante la pandemia, no tuvo acceso al confinamiento para preservar su salud. Los resultados permitieron la planificación, organización, implementación, ejecución y realimentación de programas de intervención a fin de brindar herramientas para el manejo de ambas variables en la práctica, afectados por la situación de emergencia.

Desde la perspectiva social, por ser una población que ha sido expuesta desde el inicio de la pandemia a todo tipo de contactos y acciones

vinculadas con personas infectadas o casuísticas de contagio, así como a personas o grupo de personas que infringían las disposiciones gubernamentales de confinamiento o aislamiento social, así como contra las acciones delincuenciales, el estudio representó un beneficio para la institución policial, considerando que el reporte de los resultados, promovieron atención psicológica oportuna al personal afectado

El aporte investigativo mostró la importancia del estudio en la medida que se amplió información, así como la línea de investigación acerca de las variables, considerando los limitados antecedentes en el campo policial.

Además, el estudio contribuyó con las investigaciones en el campo de la psicología, considerando ambos constructos en conjunto, al existir estudios de cada una de ellas con otras variables como depresión, afrontamiento al estrés, inteligencia emocional, desempeño laboral, etc., siendo de prioridad evaluarlas en conjunto a fin de establecer cómo se presentaban tanto ansiedad y estrés en efectivos policiales que a lo largo de la pandemia han laborado permanentemente y permanecen en la misma condición en la actualidad estando expuestos a la enfermedad.

Es necesario recalcar los estudios acerca de las variables ansiedad y estrés en contextos foráneos como nacionales, se han efectuado en situaciones normales, por tanto, reviste importancia el presente estudio considerando que se efectuó en una situación sui generis de pandemia, con características propias que ha modificado patrones de comportamiento en los diferentes campos de acción, salud, economía, educación, social, familiar y el laboral. En tal sentido, el estudio al brindar las características comportamentales acerca de los constructos percibidos por los efectivos policiales que han venido viviendo, conviviendo y laborando con la pandemia, tornándose en un aporte objetivo que permitió ampliar y profundizar en la temática de manera contextualizada.

2.7. Alcances y limitaciones

La investigación de las variables ansiedad y estrés percibido, han sido efectuados en ámbitos educacionales y organizacionales, con la finalidad de ver la concomitancia y dinámica de presentación con otras variables. El presente estudio se orientó a estudiar ambos constructos desde el contexto del personal operativo de la Policía Nacional del Perú, considerando la problemática generada a consecuencia de la pandemia Covid 19, y los efectos colaterales de sobrecarga laboral, horaria, apoyo a la ciudadanía y hacer cumplir las disposiciones gubernamentales. En tal sentido, el estudio investigó ambas variables y sus dimensiones a fin de aportar con hallazgos que expliquen la presentación y dinámica de las mismas.

Respecto a las limitaciones del estudio, existen aquellas vinculadas con limitadas referencias de investigaciones previas relacionando ansiedad con estrés percibido en forma conjunta, existiendo estudios de cada una de ellas con otras variables en contextos diferentes al realizado en la presente investigación, sin embargo, se emplearon como referencias a contrastar. Además, los hallazgos del estudio sólo podrán generalizarse a población con características sociodemográficas similares a las de la presente investigación.

III. MARCO TEÓRICO

3.1. Antecedentes

Antecedentes internacionales

Graneros (2018), en Argentina, efectuó el estudio Estrés laboral en personal policial con turnos rotativos y fijos. El objeto del estudio fue evaluar el grado de estrés en los efectivos policiales de ambos turnos. El tipo de estudio fue básico de diseño comparativo correlacional, siendo la muestra de 80 policías. El instrumento empleado fue el Cuestionario de estrés laboral (OIT – OMS, 2006). Los resultados indicaron que los policías de turnos rotativos, presentaron mayor estrés que los de turnos fijos ($t = 4.22$ p valor = $.000 < .01$), en cuanto al sexo, los varones se estresaban más que las mujeres ($t = 6.85$ p valor = $.000 < .01$), respecto a mayor y menor carga horaria, los de mayor carga horaria presentaban mayor estrés ($t = 4.96$ p valor $.000 < .01$), en cuanto a edad, los mayores presentaron mayor estrés con respecto a los jóvenes ($t = 9.54$ p valor = $.000 < .01$), acorde al estado civil, los que tenían pareja se estresaban más que los que no tenían ($t = 1.91$ p valor = $.032 < .05$). Se encontró relación positiva, alta y significativa entre estrés laboral y años de servicio ($Rho = .743$ p valor $.000 < .01$), indicando que, a mayor tiempo de servicio, mayor es el estrés, y respecto al nivel educativo no se encontró relación con el estrés.

Blanco y Thoen (2017), en Costa Rica, realizó el estudio Factores asociados al estrés laboral en policías penitenciarios costarricenses. El objetivo fue determinar la relación entre el estrés laboral y depresión como ansiedad, burnout y otras características personales y ocupacionales, comparándolo con el aspecto sociodemográfico sexo. El tipo de estudio fue básico, de diseño correlacional y comparativo, siendo la muestra 66 oficiales correccionales de diferentes prisiones de Costa Rica. Los instrumentos empleados fueron la Escala de depresión, ansiedad y estrés - DASS (Lovibond y Lovibond, 1995), la Escala de estrés laboral para oficiales correccionales (Senol et al, 2006), y el Cuestionario breve de

Burnout (Moreno, Bustos, Matallana, and Miralles, 1997). El estudio concluyó que el estrés laboral estaba significativamente relacionado con la presencia de depresión ($r = .493$, $p < .05$), y ansiedad ($r = .432$, $p < .01$), pero no relacionado con el burnout. No se encontraron diferencias entre hombres y mujeres en ninguna variable.

Luceño (2016), en España, realizó el estudio Estrés en policías españoles según rango ocupacional. El objetivo fue establecer el nivel de estrés y compararlos según rangos ocupacionales en la policía. El tipo de estudio fue básico, de diseño descriptivo comparativo y transversal, siendo la muestra 565 policías. El instrumento empleado fue el Cuestionario de estrés (Luceño, 2016). Los resultados indicaron la existencia de estrés alto en 67% de los policías. Percibiendo que los factores de riesgo psicosocial de forma adversa, es decir aquellos policías que ocupaban rangos inferiores, el 63% percibieron que las escasas recompensas y escaso apoyo, generaban estrés. El estudio concluyó la existencia de diferencias significativas en la percepción de escasas recompensas, escaso apoyo organizacional de parte de los policías españoles que ocupan rangos inferiores, respecto a los de rangos superiores lo cual les generaba estrés ($t = 5.45$ p valor $.000 < .01$).

Cabrera (2015), en Ecuador, realizó la investigación Estrés y desempeño laboral en los miembros del servicio de los UPC de la zona sur de la policía nacional de Tungurahua. El objeto del estudio fue establecer la influencia del estrés en el desempeño laboral de la policía. El tipo de estudio fue de tipo básico y de diseño correlacional, estando la muestra conformada por 85 policías. Los instrumentos empleados fueron el Cuestionario de estrés laboral (Cabrera, 2015), y el Cuestionario de desempeño laboral (Cabrera, 2015). Los hallazgos demostraron la predominancia de estrés en el 80% de los efectivos policiales, principalmente personal operativo y el 76% ve afectado su desempeño laboral a consecuencia de problemas de bienestar físico, emocional y

social. Concluyéndose la existencia de relación alta y significativa entre el estrés y el desempeño laboral ($\chi^2 = 15.306 > 5.991$ p valor $< .05$), indicando que ante un mayor estrés mayor es la afectación del desempeño laboral.

García, Pérez y Luceño (2015), en España, efectuaron el estudio Turnos y estrés psicosocial en los policías locales de Madrid. El objetivo fue relacionar el riesgo psicosocial y el estrés laboral percibido del trabajo en policías. El tipo de investigación fue básico de diseño comparativo, siendo la muestra 462 policías locales de la Comunidad Autónoma de Madrid del turno mañana, tarde y noche. Los resultados obtenidos indicaron que todos los trabajadores se encuentran al menos en nivel de alerta en todos los riesgos psicosociales (excepto en demandas y recompensas), siendo el turno rotativo mañana-noche el más adverso desde el punto de vista psicosocial. Con respecto al estrés laboral percibido, los trabajadores del turno fijo de noche tienen menos estrés que el turno rotativo mañana-noche ($F = 6,403$ p valor $2.93 < .01$).

Antecedentes nacionales

Ramos (2019), en Piura, efectuó el estudio Ambiente laboral como factor de ansiedad en miembros del establecimiento policial PNP Comisaria de Sullana – Piura. El objetivo del estudio fue identificar la influencia de ambiente laboral como factor de ansiedad en los efectivos policiales. El tipo de estudio fue descriptivo de diseño correlacional, siendo la muestra de 95 efectivos policiales. Los instrumentos empleados fueron el cuestionario de ambiente laboral (Ramos, 2018), y la Escala de ansiedad (Spielberg et al, 1970), adaptada por Ramos, 2018. Los resultados evidenciaron que el 70% de los participantes el ambiente laboral influye en la manifestación de sistemas ansiosos generando problemas de concentración, cansancio y fatiga muscular, además el 58% de los efectivos sienten preocupación por los problemas relacionados al trabajo, mostrando sintomatología ansiosa en sus momentos libres. Se encontró relación bilateral entre ambiente

laboral y ansiedad de rasgo ($r = .45$ p valor $.00 < .05$), indicando una incidencia moderada bilateral; así como entre ambiente laboral y ansiedad de estado ($r = .57$ p valor $.00 < .05$), estableciendo una incidencia moderada bilateral; finalmente concluyó la existencia de relación entre ambiente laboral y ansiedad expresado por los efectivos policiales ($r = .56$ p valor $.00 < .05$), indicando una moderada influencia entre ambas, generándose un ambiente laboral estresante.

Bazán y Cerna (2019), en Cajamarca, efectuaron el estudio Estrés laboral y estilos de afrontamiento en policías de la comisaría central de la ciudad de Cajamarca. El objetivo del estudio fue analizar la forma como se presenta el estrés y los estilos de afrontamiento en efectivos policiales. El tipo de estudio es básico y el diseño descriptivo, transversal, no experimental, siendo la muestra 184 policías. Los instrumentos utilizados fueron la escala de estrés OIT – OMS (Ivancevich y Matterson, 1980), y el cuestionario de modos de afrontamiento al estrés (Carver, Scheier y Weintraub, 1989). Los resultados señalaron que los factores clima organizacional (58%), estructura organizacional (67%), territorio organizacional (57%), influencia del líder (59%), falta de cohesión del grupo (59%), respaldo del grupo (60%), eran los aspectos con nivel de estrés alto. Referente a los modos de afrontamiento, los policías se enfocan a afrontar de manera regular el estrés, empleando el modo emocional (79%) y el enfocado al problema (76%). Ello indica que, frente a un alto nivel de estrés, los efectivos policiales no empleaban adecuadamente las herramientas y recursos personales para afrontar el estrés.

Cerón y Tipula (2018), en Huánuco, realizaron la investigación Niveles de ansiedad y estrés en los agentes policiales de la comisaria PNP de la ciudad de Huánuco. El objetivo del estudio fue identificar el nivel de ansiedad y de estrés en los efectivos policiales. El tipo de estudio fue básico, de nivel descriptivo y de diseño no experimental, transversal y correlacional, siendo la muestra de 54 policías. Los instrumentos

empleados fueron la Escala de ansiedad (Zung, 1965), y el Inventario de estrés (Melgosa, 2005). Los resultados evidenciaron un nivel dentro de lo normal en ansiedad en el 100% de los efectivos policiales, así como un nivel bajo de estrés en el 84% de los policías. Tanto en ansiedad (76%), como en estrés (78%), considerando factores como edad, sexo, estado civil y años de servicio, presentaron nivel bajo, indicando que, a menor ansiedad, de rasgo y estado, menor nivel de estrés.

Mora (2018), en Cuzco, efectuó el estudio Estrés laboral en personal de la unidad de servicios especiales de la Policía Nacional del Perú, Región Policial Cusco. El objetivo de la investigación fue comparar el nivel de estrés en los efectivos policiales considerando factores sociodemográficos. El tipo de estudio fue descriptivo de diseño comparativo, siendo la muestra de 196 efectivos policiales. El instrumento empleado fue el Cuestionario de estrés (Karasek, 1979). Los resultados indicaron que el 67% de los efectivos el estrés se encuentra en forma pasiva, existiendo bajas exigencias psicológicas y margen decisional, ya que tienen que cumplir sus acciones acordes al estamento policial, sin ejercicio de decisiones individuales. Se concluyó que no existe diferencia en el nivel de estrés en relación a los factores sociodemográficos edad (Chi cuadrado = 6.715 p valor .082 > .05), sexo (Chi cuadrado = 16.340 p valor .060 > .05), y tiempo de servicio (Chi cuadrado = 12.145 p valor .059 > .05).

Oviedo y Talavera (2016), en Arequipa, realizaron el estudio Estrés laboral y personalidad resistente en miembros de la Policía Nacional del Perú de Arequipa. El propósito del estudio fue determinar la relación entre las variables en estudio en un grupo de efectivos policiales. El tipo de estudio fue básico y el diseño correlacional, siendo la muestra de 142 policías. Los instrumentos utilizados fueron el Cuestionario de estrés (Cooper, 2006), el Cuestionario de personalidad Big Five (Caprara, Barbaranelli y Borgogni, 1995), y el Cuestionario de personalidad resistente (Moreno, Garrosa y González, 2000). Los resultados demostraron relación

directa y débil ($Rho = .239$ p valor = $0,004 < .01$) entre el estrés laboral y personalidad resistente, indicando que, a mayor estrés, mayor es la vulnerabilidad en los policías. Además, existió relación bilateral moderada e inversa entre estrés laboral y las dimensiones energía ($Rho = - .318$ con p valor = $0,000 < .01$); relación moderada con estabilidad ($Rho = .597$ p valor = $0,000 < .01$); y relación baja e inversa con apertura mental ($Rho = - .279$ con p valor = $0,001 < .01$), señalando que a mayor estrés laboral, menor era la energía, y la apertura mental, mientras que la estabilidad emocional, generaba mayor ansiedad tanto de estado como rasgo, en los policías participantes.

3.2. Bases teóricas

3.2.1. Ansiedad

3.2.1.1. Enfoques teóricos de la ansiedad

Existen diferentes enfoques teóricos que explican la ansiedad, se tienen los siguientes.

Enfoque teórico psicodinámico

Sierra, Ortega y Zubeidat (2015), desde la perspectiva psicodinámica plantean que la ansiedad viene a ser la reacción del organismo a una alteración proveniente del impulso sexual o libido, de esta manera es interpretada como una señal de peligro ante situaciones de riesgo. Las normas morales de nuestra sociedad han hecho que el ser humano reprima su libido por no encontrar una dirección apropiada, ocasionando la represión que da origen a la angustia que se presenta en una persona, el Psicoanálisis considera que es preciso contar con un tratamiento para que se produzca una adecuada liberación de la libido.

Enfoque teórico biológico

Virues (2015), plantea que la ansiedad es originada por una activación en el sistema nervioso, presentando estímulos externos. Esto se refleja mediante síntomas periféricos provenientes del sistema nervioso

vegetativo (a consecuencia de un aumento de actividad en el sistema simpático) y también del sistema endocrino (incluyen las hormonas suprarrenales), que manifiestan la ansiedad. Por otra parte, el sistema límbico y la corteza cerebral serán los encargados de manifestar la sintomatología psicológica de la ansiedad.

Enfoque teórico cognitivista

Esto suele darse debido a que la persona puede etiquetar mentalmente una situación y para ello determinará un estilo y diversas conductas para afrontar esta situación. Por otra parte, muchas de las personas interpretarán una determinada situación como una señal de peligro o amenaza tanto a nivel físico como psíquico, lo cual desencadenará una respuesta neurofisiológica que activará la ansiedad (Virues, 2015).

Enfoque teórico conductista

Mejía (2016), señala que las conductas que adoptamos a lo largo de nuestra vida son aprendidas, y estas son asociadas a estímulos tanto favorables, como desfavorables, las cuales se mantendrán posteriormente. La ansiedad es la consecuencia de un condicionamiento, en la cual los individuos aprendieron equivocadamente a asociar estímulos anteriormente neutros con situaciones traumáticas y peligrosas, de esta forma en cada situación en que se esté en contacto con ciertos estímulos se activará una sensación de angustia relacionada a la amenaza.

Enfoque teórico tridimensional

Gutiérrez (citado en Oblitas, 2014), tomando como referencia el enfoque cognitivo la causa de la ansiedad es la manera en que cada quien interpreta determinadas situaciones. De esta manera, suelen creer en las experiencias diarias se dan infinidad de peligros, riesgos que podrían desequilibrar su rutina o estabilidad, por decirlo de una manera, estas ideas en ocasiones solo existen en la imaginación y otro poco producto de la

realidad, pero difusa. Estos peligros aparentes, se mueven alrededor de tres aspectos vitales como lo son la aceptación, competencia y el control, en circunstancias donde se requiere una valoración del entorno social o un posible rechazo al resto, presuntas críticas de trabajo o un descontrol sobre el entorno, se propaga un estado emocional de ansiedad. Lo cual tiene su origen en que los individuos son débiles y no pueden hacer frente al trastorno de ansiedad, atienden de manera selectiva aquellos estímulos que para el resultan peligrosos del entorno, etiquetándolos y dándoles un significado a aquellos bivalentes, posterior a ello volver a captar de la memoria datos relevantes asociados al “peligro”, a comparación de la información neutral sobre los mismos estímulos.

Modelo teórico de la ansiedad según Spielberger, Gorsuch y Lushene

Spielberger, Gorsuch y Lushene (1970, citado en Zavaleta, 2017) crearon su modelo incluyendo factores múltiples, abarcando desde los de personalidad hacia los de índole situacional. En su modelo hace referencia a la ansiedad, la cual está constituida por dos factores: un factor de personalidad que alcanzaría las diferencias individuales, respectivamente estables, para responder ante situaciones percibidas como amenazadoras con una elevación en la ansiedad. Este primer factor es definido como una tendencia a percibir ciertas situaciones como más amenazantes (ansiedad-rasgo, A/R). Por lo general, esta predisposición va acompañada de una personalidad neurótica, apareciendo durante prolongados periodos de tiempo en cualquier tipo de situaciones.

Existe una gran variación entre los individuos en cuanto al rasgo de ansiedad, esto ocasionado por la influencia de factores biológicos, como aprendidos, es por ello que algunos individuos suelen percibir un gran número de situaciones como amenazantes, presentando ansiedad, mientras que por otro lado otros sujetos no le dan mayor importancia.

El segundo factor ansiedad-estado, se refiere a un estado o condición emocional cambiante del organismo humano, representado por una impresión subjetiva de tensión, aprensión y un incremento de la actividad del sistema nervioso autónomo, variando en el tiempo como en la intensidad de la emoción incrementará sin depender del peligro real, por otra parte, cuando éstas son valoradas como no amenazantes, la intensidad de la emoción disminuirá, pese a existir el peligro real. La relación entre uno y otro punto de vista es muy estrecha, pues un individuo con alto rasgo de ansiedad reaccionará con mayor frecuencia de forma ansiosa, incrementando consecuentemente la ansiedad estado.

Para ello Spielberger (1984), aplica la distinción entre “rasgo (ser) – estado (estar)”. Spielberger hace referencia a la ansiedad como una reacción que se presenta ante situaciones de estrés, y considera que los estados de ansiedad pueden cambiar en intensidad en función del carácter individual de la apreciación del estrés.

Integrando la teoría de Spielberger (1984, citado en Zavaleta, 2017), es posible establecer la existencia de dos formas de emociones las cuales son: rasgo y estado. El rasgo está representado por las experiencias de las emociones que puede experimentar un individuo, con cierta frecuencia en su vida diaria. El estado emocional viene a ser el momento inconsciente del contexto del individuo en un determinado tiempo, por otro lado, las emociones como rasgos de personalidad permanecen ligados a la vida del individuo, estas están influenciadas por factores intrínsecos (biológicos, sociales, culturales, etc.).

Los estados emocionales y los denominados rasgos afectivos de la personalidad, viene a ser los procesos psicológicos complejos en los cuales se genera una incorporación de experiencias cognitivas, emocionales y conductuales. Se refiere a la ansiedad como el estado emocional transitorio y cambiante en el tiempo. El nivel del estado de ansiedad podría elevarse

y convertirse en alto cuando el individuo vivencia circunstancias como peligrosas y este debería disminuir en situaciones de no peligro, o en situaciones que pese a existir una amenaza el individuo no la percibe como peligrosa.

La ansiedad rasgo está representada por mantener una estabilidad a lo largo del tiempo y en distintas situaciones, por otro lado, la ansiedad estado está influenciada por condiciones temporales o circunstanciales transitorias. La ansiedad rasgo se manifiesta como una notable forma de percibir cualquier situación como peligrosa. Sin embargo, la ansiedad estado se presenta mediante la desconfianza transitoria por manifestar reacciones emocionales en situaciones determinadas. Spielberger, refiere que el individuo que presente un elevado nivel de ansiedad rasgo, evidenciará una ansiedad estado elevada. Por otra parte, un individuo con bajo nivel de ansiedad rasgo, puede evidenciar reacciones intensas ante circunstancias que son percibidas como amenazadoras (ansiedad estado).

3.2.1.2. Definición de ansiedad

La ansiedad a través del tiempo ha sido definida de distintas maneras y así mismo se han realizado diversos experimentos con el fin de explicar y definir con mayor precisión a dicho trastorno.

Spielberger, Gorsuch y Lushene (1970), la definieron como aquel proceso que comienza por una valoración por parte del individuo. Cuando los estímulos valorados no sean amenazantes no se producirá reacciones de ansiedad. Si la valoración es positiva ese individuo mostrará un incremento de ansiedad. Mientras que Lazarus (1976), definió la ansiedad como una relación particular entre el individuo y el entorno que es evaluado por este como amenazante o desbordante de sus recursos y que pone en peligro su bienestar.

Para Eysenck (1992), la ansiedad es el proceso de facilitación, detección y el procesamiento temprano de las señales de peligro, con el fin

de movilizar rápidamente las respuestas de evitación antes de que lo conlleve al peligro real.

Morris y Maisto (2002), consideran que la ansiedad es aquel proceso de exacerbación presentada en las personas, sin saber por qué tiene miedo ante determinadas circunstancias.

Para Wade y Tavis (2003) la ansiedad es la vivencia de una situación incontrolable, presentando un estado general de aprensión y tensión psicológica, ante una situación peligrosa o desconocida. Estas emociones pueden ser adaptables porque ayudan a enfrentar al peligro; sin embargo, en algunos individuos el miedo y la ansiedad aparecen ante cualquier situación o esas sensaciones continúan incluso cuando el peligro ha pasado, a la cual pueden estar padeciendo de ansiedad crónica, en la que se caracteriza por una sensación duradera de aprensión y miedo.

Cuenca, Rangel, y Rangel (2004), manifestaron que la ansiedad es una sensación difusa, una señal que anticipa el peligro y que surge cuando no se es capaz de comprender la realidad que se vive.

Viedma (2008), la conceptualizó como aquella respuesta emocional, concebida como un patrón de respuesta variado ante un hecho o situación amenazante.

Spielberger et al (1984, citado en Zavaleta, 2017), en el mismo año 70, brindaron una definición con mayores detalles, los autores la definieron como aquella que puede ser de rasgo, entendida como la disposición o tendencia que no se manifiesta directamente en la conducta y debe ser inferida por la frecuencia con la que un individuo experimenta aumentos en su estado de ansiedad manifestados por tensión aprensión nerviosismo o preocupación; mientras que la ansiedad estado, se manifiesta por la combinación de sentimientos de tensión, aprensión y nerviosismo,

pensamientos molestos y preocupaciones, junto a cambios fisiológicos de manera transitoria.

3.2.1.3. Componentes de la ansiedad

Céspedes (2015), refiere que la ansiedad implica tres componentes.

- Cognitivos: anticipaciones amenazantes, evaluaciones del riesgo, pensamientos automáticos negativos, imágenes importunas, entre otros.

- Fisiológicos: activación de diversos centros nerviosos, particularmente del sistema nervioso autónomo, que implica cambios vasculares, respiratorios.

- Motores: inhibición o sobreactivación motora, comportamiento defensivo, búsqueda de seguridad, sumisión, evitación, agresividad, entre otros.

Cada uno de estos componentes puede actuar con cierta independencia. La ansiedad puede ser desencadenada, tanto por estímulos externos o situacionales, como por estímulos internos al sujeto, tales como pensamientos, sensaciones, imágenes.

3.2.1.4. Dimensiones de la ansiedad

Ansiedad estado

Es un estado emocional transitorio, caracterizado por sentimientos subjetivos, conscientemente percibidos, de atención y aprensión y por hiperactividad del sistema nervioso autónomo. Es una emoción temporal que depende más bien de un acontecimiento concreto y que se puede identificar. La respuesta de ansiedad estado tiende a ser modificable a lo largo del tiempo. Existirán ocasiones en que este tipo de ansiedad se eleva

o posee una alta intensidad, en ese caso se denomina como ansiedad aguda (Spielberger, 1984). El proceso de ansiedad se manifiesta a través de la secuencia de eventos cognitivos, afectivos, fisiológicos y comportamentales.

Las reacciones a las situaciones angustiosas se basan en las percepciones e interpretaciones que cada individuo le atribuye; no obstante, algunas situaciones son más angustiosas que otras (Spielberger et al, 1984). Este proceso puede ser desencadenado por un estímulo estresante que se ha interpretado como peligroso o amenazante, o ser un pensamiento que pronostica una amenaza o que le causa, al recordar una situación anterior peligrosa. En tal sentido, los sujetos que presentan mayores niveles de ansiedad como predisposición de personalidad que viene ser ansiedad rasgo, tiendan a formar condicionamientos más rápidos y estables por presentar un subsistema del sistema nervioso autónomo lábil y sobreactivo (Rojas, 2014).

Ansiedad rasgo

Spielberger (1984), señala que la ansiedad se encuentra a niveles altos, relativamente estable, que se caracteriza en individuos que presentan una tendencia a percibir las situaciones como amenazadoras; así mismo, observa un estilo característico o tendencia temperamental a responder todo el tiempo de la misma forma, sean circunstancias estresantes o no. Una persona que ha estado ansiosa todo el tiempo, posee una actitud de aprensión, y ha conformado toda una estructura más o menos estable de vida en función al rasgo de ansiedad, siendo esta conocida como ansiedad crónica. Esta persona tiene más probabilidades en el futuro de desarrollar un trastorno de ansiedad que otra que no posee este rasgo; teniendo así mayores posibilidades de ser más vulnerables al estrés, donde a su vez considerará un gran número de situaciones como peligrosas.

Por otro lado, los sujetos con ansiedad rasgo muy bajos se las puede considerar como personas insensibles o indiferentes con las demás personas. En general, las personas con alta ansiedad peculiar con más vulnerables a la evaluación de los demás porque se sub estima y les falta confianza en sí mismo.

3.2.1.5. Niveles de ansiedad

Según Spielberger (1984), clasificó los niveles de ansiedad estado y rasgo, de la siguiente manera. Para la ansiedad estado, estableció tres niveles.

Nivel leve: donde la persona está en estado alerta, su percepción es alta, los sonidos tienden a parecer estruendosos, la conciencia y la capacidad asociativa están muy elevadas tiene leve irritabilidad.

Nivel moderado: El campo perceptivo disminuye, generando que el sujeto presente o enfoque su atención, si se lo propone, dirigiendo su concentración hacia la dificultad o problema que enfrenta.

Nivel severo: La persona se interesa en detalles, pero no alerta sobre nexos entre éstos, puede manifestar temblores.

Mientras que para la ansiedad rasgo, Spielberger et al (1984), señala los siguientes.

Nivel bajo: Las personas ven el mundo como algo poco peligroso.

Nivel medio: Las personas tienden a ver una amenaza en muchas situaciones que origina mayores incrementos en ansiedad estado, son más vulnerables a sentirse tensos, nerviosos e insatisfechos consigo mismo, por lo cual hacen uso de sus mecanismos de defensa.

Nivel alto: Las personas frecuentemente experimentan estados de ansiedad, se subestiman y les falta confianza en sí mismos.

3.2.2. Estrés percibido

3.2.2.1. Enfoques teóricos del estrés percibido

Teoría de Selye

Selye (1982), respecto al síndrome general de adaptación, refirió que es la forma en que un organismo se moviliza a sí mismo cuando se enfrenta a un estresor. Es cualquier demanda que evoca el patrón de respuesta de estrés, puede ser no solamente un estímulo físico, sino también psicológico, cognitivo o emocional. Afrontar cualquier aumento de las demandas realizadas sobre él, el organismo responde de forma estereotipada, que implica una activación del eje hipotálamo-hipófiso-suprarrenal y del sistema nervioso autónomo. Este proceso ocurre en tres fases.

1) Fase de alarma, donde el sujeto se enfrenta a la situación estresante. El organismo está en presencia de un estímulo, se halla en estado de alerta (aumenta la frecuencia y la intensidad cardiaca, aumenta la tensión arterial, se altera el ritmo y la frecuencia de la respiración) y se coloca en situación de huida o ataque para restablecer el equilibrio interno. Esta fase tiene dos etapas: Etapa de choque, donde las reacciones fisiológicas son las primeras que aparecen para advertir al afectado que ha de ponerse en guardia, es la reacción inicial e inmediata al agente nocivo presentándose síntomas como taquicardia, pérdida del tono muscular y disminución de la temperatura y la presión sanguínea. Etapa de contrachoque se caracteriza por la movilización de las defensas, apareciendo signos opuestos a los de la fase de choque e hiperactividad de la corteza suprarrenal. Esta respuesta de alarma, como respuesta a una situación de emergencia, a corto plazo es adaptativa, pero de ser prolongada es perjudicante.

2) Fase de resistencia, donde si el estímulo persiste, las reacciones surgidas en la fase anterior se mantienen, pero disminuye su intensidad y el individuo intenta restablecer el equilibrio, apartándose o adaptándose al estímulo estresante. En esta fase desaparecen la mayoría de los cambios fisiológicos y bioquímicos presentes durante la reacción de alarma, se observan signos de anabolismo, mientras que en la de alarma se observan procesos catabólicos, cuando la capacidad de resistencia disminuye y se agota, el organismo entra en la siguiente fase.

3) Fase de agotamiento, donde el sujeto intentará utilizar todos los medios de los que dispone para combatir los estímulos estresantes, pero si el organismo no es capaz de adaptarse y el estresor es suficientemente prolongado y severo llegará el agotamiento y reaparecen los síntomas característicos de la fase de alarma y la vida del organismo estará amenazada.

Teoría de Lazarus y Folkman

Lazarus y Folkman (1989), refirieron que el estrés puede ser comprendido en términos de las interpretaciones cognitivas que la persona hace sobre la capacidad estresora de los eventos. Si bien ciertas presiones y demandas ambientales producen estrés en un número considerable de personas, las diferencias individuales en cuanto a grado y clase de respuesta, son siempre manifiestas. La relevancia de los factores psicológicos, especialmente cognitivos, que median entre los estímulos estresores y las respuestas de estrés.

El estrés fue concebido por estos autores como el resultado de que el individuo evalúe el entorno como amenazante o desbordante de sus recursos poniéndose en este caso en peligro su bienestar. La idea central de la perspectiva interaccional, transaccional, o también denominada aproximación mediacional cognitiva (Sandín, 1995), se focaliza en el concepto de evaluación. La evaluación cognitiva es un proceso mental

universal mediante el cual el sujeto valora constantemente la significación de lo que está ocurriendo y lo relaciona con su bienestar personal y con los recursos disponibles para responder a la situación. No es el agente estresor lo que define el estrés, sino la percepción que realiza el individuo de la situación estresante.

Lazarus y Folkman (1989) distinguen tres tipos de evaluación:

1) Primaria, en la que la persona valora el significado de lo que está ocurriendo. El resultado de esta evaluación es que la situación sea considerada como: irrelevante, positiva-beneficiosa o estresante. En este último caso se admiten tres modalidades: amenaza (anticipación de un daño o pérdida que parece inmediato, aún no ha ocurrido), daño-pérdida (el individuo recibe un perjuicio real, ya se ha producido daño y lo puede volver a sufrir) y desafío (el individuo valora la situación como un reto, ve la amenaza, pero considera que es capaz de superarla si emplea adecuadamente sus recursos, se interpreta como la posibilidad de aprender o ganar). La amenaza y el desafío son evaluaciones anticipatorias.

2) Secundaria, donde la valoración de los propios recursos para afrontar la situación. Implica una búsqueda cognitiva de las opciones de afrontamiento disponibles y un pronóstico de si cada opción tendrá o no tendrá éxito a la hora de abordar el estresor. El estrés va a depender sustancialmente de cómo el sujeto valora sus propios recursos de afrontamiento. Los recursos incluyen las propias habilidades de afrontamiento y el apoyo social y material. Con la evaluación secundaria la persona toma conciencia de las discrepancias que existen entre sus estrategias, habilidades y capacidades personales de afrontamiento y las estrategias, habilidades y capacidades que exige la situación. Cuanto mayor sea la discrepancia, mayor será el malestar y la ansiedad. Cuando las personas consideran que son capaces de hacer algo para manejar la situación y creen que van a tener éxito, se reduce el estrés (Brannon y Feist, 2001). La autoeficacia es una variable clave en el proceso de evaluación

como mediador entre las estructuras cognitivas y el resultado de la situación estresante (Karademas y Kalatzi, 2004).

3) Reevaluación, la cual implica procesos de retroalimentación o feedback que se desarrollan durante la interacción del individuo con las demandas externas o internas y hacen que se produzcan correcciones sobre valoraciones previas durante el proceso mismo de afrontamiento. La reevaluación se refiere por tanto al cambio efectuado en una evaluación previa a partir de la nueva información recibida del entorno y es debida a que las apreciaciones cambian constantemente a medida que se dispone de nueva información.

Cuando un organismo se enfrenta a una novedad, a una amenaza o a un desafío, agudiza sus sentidos, escruta el entorno en estado de alerta o vigilancia, y su amígdala empieza a descifrar el significado emocional de los estímulos sensoriales. A la vez el hipocampo refiere la información sobre el entorno a la memoria espacial disponible a partir de experiencias previas, y como resultado del procesamiento de ambos tipos de información, la corteza límbica establece una cognición. Las cogniciones son adaptativas o desadaptativas dependiendo de la atribución que hace el sujeto en cuanto a sus posibilidades de controlar la situación.

Las cogniciones de control tienen la propiedad de reducir el estado de alerta y de vigilancia y permiten que los parámetros fisiológicos vuelvan a sus valores basales. Las cogniciones de no control incrementan la activación biológica y conducen al organismo al estrés. Se distinguen los siguientes tipos de cogniciones: 1.- Cognición de control, resulta de la apreciación de que la situación es manejable con los propios recursos. 2.- Cognición de amenaza, que implica la puesta en marcha de estrategias de lucha, acción y defensa, accesibles a las posibilidades adaptativas del sujeto. 3.- Cognición de indefensión o derrota, que parte de la apreciación de que la situación es incontrolable y no hay nada que hacer. Cada

cognición pone en marcha circuitos nerviosos centrales específicos, que suscitan patrones neuroendocrinos distintos a partir de conexiones córtico-hipotalámico-hipofisarias y respuestas inmunitarias diferentes.

La cognición de indefensión condena al organismo a un estado de alarma y de vigilancia que puede ser paliado mediante estrategias de afrontamiento. En general, ante un cambio de situación externa que nos afecte (presión) se desarrolla una reacción orgánica (tensión). Así cuando cualquier estímulo exterior supone un factor de desequilibrio que trastorne la estabilidad de nuestro medio interno, se produce un estado de alerta, de preparación para controlar este cambio de situación. A este estado se denomina respuesta al estrés. Esta reacción consiste en un aumento de la activación fisiológica y psicológica y constituye un mecanismo para preparar el organismo para una intensa actividad motora, un procesamiento más rápido y potente de la información disponible y una mejor selección de las conductas adecuadas para hacer frente a las demandas de la situación.

Al igual que la evaluación, el afrontamiento es el otro concepto central de esta teoría, considerándose como la suma de cogniciones y conductas que una persona emplea con el fin de valorar los estresores, reducir su cualidad estresora y modificar el arousal emocional que acompaña a la experiencia del estrés.

Teoría psiconeuroendocrinológicas

Grau, Hernández y Vera (2005), explican que determinados estresores pueden cambiar el patrón de funcionamiento de marcadores inmunológicos como los linfocitos T, las células NK, las inmunoglobulinas, la eritrosedimentación. De modo que los aspectos psicológicos y biológicos del estrés se encuentran íntimamente relacionados. Esta posición teórica ofrece nuevas connotaciones al estrés; se plantea este término como reacciones presentadas en tres bloques: fisiológicas, emocionales y cognitivas. a) Fisiológicas, comprenden las respuestas neuroendocrinas y

las asociadas al sistema nervioso autónomo (Aumento de la presión sanguínea, de la tasa cardíaca, de la actividad estomacal e intestinal, dolor de cabeza, entre otras). Moscoso (2009), señala que el efecto de esta respuesta sobre la salud puede ser fatal, deteriora el sistema inmunológico lo que podría causarnos enfermedad. b) Emocionales, García y Begoña (2016), indican que abarcan las sensaciones subjetivas de malestar emocional (Temor, el miedo, ansiedad, la excitación, la cólera, la depresión, pérdida de la autoestima, incompetencia). Los problemas de salud mental son generados o exacerbados ante la exposición de eventos estresantes. c) Cognitivas, Cassaretto, Chau, Oblitas, Valdez (2013), señalaron que existen tres tipos de respuestas cognitivas de estrés principales: la preocupación, la pérdida de control y la negación (Puede aparecer disminución de la concentración, de la atención, pérdida de memoria, entre otros).

3.2.2.2. Definición de estrés percibido

Para Cohen, Kamarck y Mermelstein (1983), es la resultante comportamental de la relación dinámica entre los recursos disponibles de una persona para afrontar el estrés, provocado por las exigencias del contexto en el que se ubica, mediante el control del mismo, a través de la autoeficacia y el control de amenazas. Así como mediante la expresión del estrés, asumiendo comportamientos de desamparo y pérdida de control sobre él.

Lazarus y Folkman (1989), lo definen como el producto de la vinculación entre la persona y el medio, y al evaluar su interactividad, es considerada para la persona como amenazante y ante la poca capacidad de control siente su bienestar afectado.

Russell (1997), lo define como un gran estado de tensión mental y física provocado por situaciones angustiantes, produciendo malestares psicológicos y físicos, generando dos tipos de afrontamiento, positivo o

negativo, que le conllevan a superar la situación o a sumirse en su ansiedad.

La Organización Mundial de la Salud (2010), lo define como el conjunto de reacciones fisiológicas que preparan al organismo para la acción. En tal sentido es un activador de reacciones fisiológicas, que conlleva o generan un determinado comportamiento. García, Mariscalá, Gutiérrez y Ritzel (2013), lo definen como aquel patrón de respuesta del organismo, frente a exigencias externas. Implicando que la presión del medio activa patrones de comportamiento en la persona estresada. Kaya, Gundus y Çicekc (2014), señalan que es el resultado de la ambigüedad de los patrones de comportamiento y el conflicto con el medio. Es decir, es no asumir el patrón de comportamiento adecuado frente a una situación conflictiva, que no llega a resolver.

Lu, Sung, Hong, Fan, Kong y Li (2015), indican que es una respuesta biológica y psicológica de la persona ante las demandas del medio. Por otro lado, Osorio y Cárdenas (2017), lo definen como la adaptación del ser humano a demandas externas considerando la capacidad del organismo para hacerle frente y a un estado del organismo con síntomas físicos y psíquicos. Espinoza, Pernas y Gonzales (2018), indican que es un fenómeno de carácter universal, histórico, cultural, multicausal y multifactorial que compromete la vida de los seres humanos ante la poca capacidad de afrontar las situaciones cotidianas de la vida que resultan de cierta exigencia, ocasionando algún tipo de enfermedad fisiológica y/o psicológica.

3.2.2.3. Dimensiones del estrés percibido

Espinoza, Pernas y Gonzales (2018), señalan que Cohen, Kamarck y Mermelstein (1983), a través de la escala de estrés percibido, en sus diferentes versiones (EEP 14; EEP 10; y EEP 4), miden de manera bidimensional la respuesta psicológica ante los estresores.

Dimensión control del estrés, entendida como la capacidad de las personas de interactuar con el estresor, preparando mente y cuerpo para optimizar el rendimiento, siendo definido como el estrés positivo o eustres, pudiendo resultar de beneficio para la persona porque refuerza la capacidad de afrontamiento e incrementa la motivación y amplía los conocimientos de las personas para el afrontamiento a las demandas del entorno (Espinoza, Pernas y Gonzales, 2018).

Dimensión expresión del estrés, definido como el estrés negativo o distrés, el cual tiende a perjudicar ejerciendo una sobrecarga en actividades demandantes, prolongadas, poco agradables y excesivas, desencadenando desequilibrio físico y psíquico determinando la reducción de productividad, generando riesgos de enfermedad psicosomática, superando la capacidad de resiliencia y adaptación al contexto de vida (Espinoza, Pernas y Gonzales, 2018).

3.3. Identificación de las variables

Variable 1 Ansiedad

Definición conceptual

Ansiedad.- es aquella que puede ser de rasgo, entendida como la disposición o tendencia que no se manifiesta directamente en la conducta y debe ser inferida por la frecuencia con la que un individuo experimenta aumentos en su estado de ansiedad manifestados por tensión aprensión nerviosismo o preocupación; mientras que la ansiedad estado, se manifiesta por la combinación de sentimientos de tensión, aprensión y nerviosismo, pensamientos molestos y preocupaciones, junto a cambios fisiológicos de manera transitoria (Spielberger, Gorsuch y Lushene, 1970, citado en Zavaleta, 2017).

Variable 2 Estrés percibido

Definición conceptual

Es la resultante comportamental de la relación dinámica entre los recursos disponibles de una persona para afrontar el estrés, provocado por las exigencias del contexto en el que se ubica, mediante el control del mismo, a través de la autoeficacia y el control de amenazas. Así como mediante la expresión del estrés, asumiendo comportamientos de desamparo y pérdida de control sobre él (Cohen, Kamarck y Mermelstein, 1983).

IV. METODOLOGÍA

4.1. Tipo y nivel de investigación

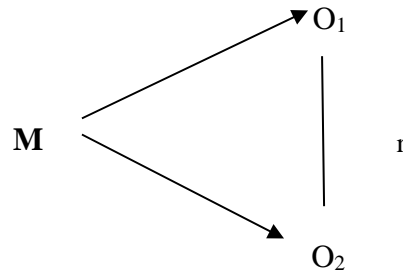
La investigación es de tipo básico, entendido por Deza y Muñoz (2015), como aquel que profundiza en los conocimientos, acerca de un fenómeno o situación de la realidad. El presente estudio profundizó en el conocimiento de la forma en que se presentan las variables ansiedad y estrés en efectivos policiales de una dependencia en el Cuzco, durante la pandemia COVID 19, contrastando los hallazgos con la teoría expuesta en la literatura académica. El nivel fue descriptivo, entendido como aquel estudio que describe, especifica y muestra de manera objetiva la forma como se presenta un fenómeno (Deza y Muñoz, 2015). Para el caso del estudio, se describió y especificó la forma en que los constructos investigados se presentaron.

4.2. Diseño de investigación

El diseño del estudio fue no experimental, el cual definen Deza y Muñoz (2015), como aquel estudio no hay manipulación de variables. Además, es transversal, definido por Deza y Muñoz (2015), como la medición de la forma como se presentan las variables en un momento dado. Así como correlacional, entendido por Deza y Muñoz (2015), como el establecimiento de la vinculación existente entre dos o más variables.

Bajo esta óptica la investigación, no manipuló las variables ansiedad y estrés, solo midió cada variable de manera intacta, evaluándolas en determinada fecha y hora, cuyas puntuaciones a través de determinado tratamiento estadístico, se obtuvo la magnitud y el grado de correlación entre la variable ansiedad y estrés.

Acorde con Deza y Muñoz (2015), esquemáticamente se puede representar de la siguiente forma:



Dónde:

- M = Muestra (Efectivos policiales)
- O1 = Variable 1 (Ansiedad)
- O2 = Variable 2 (Estrés percibido)
- r = Correlación

4.3. Operacionalización de Variables

Tabla 1: *Matriz de operacionalización de las variables ansiedad y estrés percibido*

Variables	Definición operacional	Dimensiones	Indicadores	Ítems	Escala de medición
Ansiedad	Es la medición de la ansiedad rasgo – estado, considerando puntuaciones, niveles y rangos caracterizando el nivel de ansiedad, acorde a la escala.	Estado	Tensión transitoria Aprensión transitoria Nerviosismo transitorio Preocupación transitoria	1,2,3,4,5,6 7,8,9,10,11, 12,13,14,15, 16,17,18,19, 20	Instrumento Inventario de ansiedad rasgo - estado Escala Ordinal
		Rasgo	Tensión Aprensión Nerviosismo Preocupación	21,22,23,24 25,26,27,28 29,30,31,32 33,34,35,36, 37,38,39,40	

Estrés percibido	Es la medición del estrés percibido considerando las puntuaciones niveles y rangos establecidos por Cohen, Kamarck y Mermelstein, (1983), respecto a la escala de estrés percibido.	Control del estrés Expresión del estrés	Autoeficacia Control de amenazas Desamparo Pérdida de control	4,5,6, 7,9,10,13 1,2,3,8, 11,12.	Instrumento Escala de estrés percibido Escala Ordinal

Elaboración propia

4.4. Hipótesis general y específicos

Hipótesis general

Existe relación entre la ansiedad y el estrés en efectivos policiales durante la emergencia sanitaria Covid 19, Cuzco 2020.

Hipótesis específicas

Hipótesis específica 1

Existe relación entre la ansiedad de rasgo y el control del estrés en efectivos policiales durante la emergencia sanitaria Covid 19, Cuzco 2020.

Hipótesis específica 2

Existe relación entre la ansiedad de rasgo y la expresión del estrés en efectivos policiales durante la emergencia sanitaria Covid 19, Cuzco 2020.

Hipótesis específica 3

Existe relación entre la ansiedad de estado y el control del estrés en efectivos policiales durante la emergencia sanitaria Covid 19, Cuzco 2020.

Hipótesis específica 4

Existe relación entre la ansiedad de estado y la expresión del estrés en efectivos policiales durante la emergencia sanitaria Covid 19, Cuzco 2020.

4.5. Población – Muestra

Población

La población es definida por Deza y Muñoz (2015), como el total de elementos con características comunes vinculados en el mismo contexto. En este caso la población estuvo constituida por 75 efectivos policiales que laboraban en una dependencia policial en Cuzco (Fuente: Dependencia Policial del Cuzco – 2020).

Muestra

Referente a la muestra, considerando que la población a trabajar es pequeña, se trabajó con la población censal, definida por Deza y Muñoz (2015), como aquel estudio donde participan todas las unidades de análisis que conforman la población. Ello equivale a que la muestra estuvo conformada por los 60 efectivos policiales de una dependencia policial en Cuzco. Por otro lado, a fin de que el grupo que conformaban las unidades de análisis sea homogéneo, se empleó la técnica de muestreo intencionado definida por Kerlinger y Lee (2002), como aquella en que se delimitan criterios de selección de manera intencionada. En este caso para la investigación se emplearon los siguientes criterios.

Criterios de Inclusión:

Consentimiento informado: participación voluntaria en la investigación de parte de los efectivos policiales.

Presencial: estar presentes los efectivos policiales al momento de la evaluación.

Criterios de exclusión:

Consentimiento informado: no aceptar la participación en el estudio.
 Presencial: no estar presentes al momento de la evaluación.

Luego al momento de administrar los instrumentos, 15 de los 75 efectivos policiales por estar en actividades propias de su carrera, no pudieron asistir, empleándose el criterio de exclusión presencia, quedando por tanto 60 efectivos policiales evaluados.

Tabla 2

Características sociodemográficas de la muestra

Características	N	%
Sexo		
Hombres	30	50.00
Mujeres	30	50.00
Edad		
Entre 19 y 29 años	32	53.30
Entre 30 y 40 años	21	35.00
Más de 40 años	7	11.70
Estado civil		
Soltero	38	63.40
Casado	22	36,60
Grado de instrucción		
Secundaria completa	5	8.30
Secundaria incompleta	1	1.70
Técnicos	30	50.00
Superior tecnológica	12	20.00
Universitarios	12	20.00
Años de servicio		
Entre 1 y 10	40	66.70
Entre 11 y 20	15	25.00

Más de 20	5	8.30
Servicio brindado en la policía		
Investigación	60	100.00
Horas laboradas al mes		
1440 horas durante la pandemia	60	100.00

La tabla 2 muestra que los efectivos policiales participantes en la muestra, 50% son hombres y 50% son mujeres; donde 53.30 tenían edades entre los 19 y 29 años, el 35% sus edades estaban comprendidas entre 30 y 40 años y el 11.70% tenían más de 40 años; respecto al estado civil, 63.40% eran solteros y 36.60% estaban casados; en cuanto al grado de instrucción, 8.30% tenían solo secundaria completa, 1.70% secundaria incompleta, 50% poseían estudios técnicos, 20% tenían estudios superiores tecnológicos y otro 20% estudios universitarios; referente a los años de servicio en la policía, 66.70% habían servido entre 1 y 10 años, 25% entre 11 y 20 años y 8.30% más de 20 años de servicio; en el aspecto concerniente al servicio o trabajo que realizan en la policía, el 100.00% se dedica a investigación; y las horas al mes trabajadas durante la pandemia el 100.00 trabajó 1440 horas.

4.6. Técnicas e Instrumentos: validación y confiabilidad

Técnicas

Deza y Muñoz (2015), plantean que, para efectuar un estudio, la técnica es la forma en que se va recolectar la información respecto a la o las variables estudiadas. En este caso la técnica empleada fue la encuesta. Es a través de la técnica de encuesta se empleó para la recolección de datos sobre los constructos investigados, los siguientes instrumentos.

Instrumentos

Los instrumentos a emplear son los siguientes.

Variable 1: Ansiedad

Instrumento 1

Ficha Técnica

Nombre: Escala de Ansiedad

Autores: Spielberg, Lushene y Gorsuch

Año: 1970

País: Estados Unidos

Adaptado en México: Spielberger y Díaz - Guerrero

Año: 1975

Adaptado en Perú: Anchante

Año: 1993

Adaptado en Lima: Del Priego

Año: 2014

Administración: jóvenes y adultos

Edades: de 16 años a mas

Tiempo de aplicación: 20 minutos aproximadamente.

Descripción:

La escala consta de 40 ítems divididos en dos grupos de 20, aplicado mediante autoevaluación la cual va identificar la ansiedad - estado y la ansiedad - rasgo. La escala A-Estado, está formada por 20 ítems, en donde se solicita a los evaluados marcar de qué forma se sienten en acontecimientos específicos de presión ambiental. Calcula el nivel de ansiedad en un momento determinado; aparte de evaluar las sensaciones tensas, nerviosas, estar preocupado por algo y aprehensión que vive la persona. Está conformado por los ítems del 1 al 20.

La escala A Rasgo, contiene 20 ítems mediante los cuales se muestran enunciados para describir de qué manera suelen sentirse las personas ante acontecimientos de estrés ambiental. Determina que tan propenso a la ansiedad se encuentra la persona. Por otro lado, se obtiene la tendencia a reaccionar a sucesos percibidos como peligrosos. Está conformado por los ítems del 21 al 40.

De esta forma, la población contesta a cada una de los enunciados encasillándose en una escala de tipo Likert ordenadas de 1 a 3.

Para la escala Ansiedad – Estado, se cuentan con los tipos de respuestas en la escala Likert de intensidad: 3 = nada; 2 = algo, 1= mucho.

Para la escala Ansiedad - Rasgo, las opciones en la escala Likert de frecuencia son: 1 = casi nunca, 2 = a veces, 3 = a menudo.

Calificación:

La calificación es manual y se suman las puntuaciones obtenidas por ítem para obtener la puntuación de cada dimensión y luego se suma cada subtotal de las dimensiones para obtener el total general. La interpretación de los puntajes es directa y cuanto mayor puntaje se observe mayor es el atributo que refleja tal puntuación indicando la predominancia.

Para la interpretación de los datos, se emplean el siguiente baremo.

Tabla 3

Baremo de Ansiedad según estado, rasgo y general

Nivel	Estado	Rasgo	General
Alto	Más de 44	Más de 44	93 -120
Medio	30 - 43	30 - 43	66 – 92
Bajo	Menos de 30	Menos de 30	40 - 65

Fuente: Ceccarelli – 2017

Validez y confiabilidad:

En los estudios originales realizados en 1970 por Spielberger y colaboradores, se realizó el procedimiento de test -retest en una muestra de varones arrojando como resultado un 0.31 para la escala de ansiedad estado y un 0.65 para la escala de ansiedad rasgo por otro lado en mujeres se obtuvo un resultado de 0.47 para ansiedad estado y un 0.71 para ansiedad rasgo. Mediante el procedimiento de consistencia interna a través del KR -20 de Kuder-Richardson se obtuvo como resultado en la escala de ansiedad estado un 0.82 para varones y un 0,87 para mujeres, por otro lado, en ansiedad rasgo se obtuvo un 0.78 para varones y un 0.81 para mujeres.

En Perú, Anchante (1993) refiere, en una muestra de una universidad privada de Lima, obtuvo coeficientes de Cronbach de .92 para la escala de Ansiedad - Estado y de .87 para la escala de Ansiedad - Rasgo. Pardo (2010) halla en una muestra de estudiantes de postgrado de una universidad privada de Lima se encontró un índice de confiabilidad de .81 de la escala de Ansiedad – Estado y en la escala de Ansiedad - Rasgo, los resultados arrojaron un índice de confiabilidad de .86. De Priego (2014) halló un índice de consistencia interna Alfa de Cronbach de .84 para Ansiedad -Estado y .80 para Ansiedad - Rasgo.

Variable 2: Estrés percibido

Instrumento 2

Ficha técnica:

Nombre: Escala de estrés percibido (EEP – 14)

Autores: Cohen, Kamarck y Mermelstein

Año: 1983

País: Estados Unidos

Adaptada a España: Remor y Carrobles

Año: 2001

Adaptada en Chile: Tapia, Cruz, Gallardo y Dasso

Año: 2007

Adaptada en México: Gonzales y Landero

Año: 2007

Adaptada en Venezuela: Benítez, D´Anello y Noel

Año: 2013

Validado en Lima Perú: Guzmán y Reyes

Año: 2018

Administración: Individual o colectiva.

Duración: Aproximadamente de 25 a 30 minutos.

Aplicación: Adolescentes y adultos.

Significación: Evaluación del grado en que las situaciones de la vida son estresantes

Ítems: 13 (en la adaptación Guzmán y Reyes, 2018).

Descripción:

Esta escala es un instrumento de auto informe que evalúa el nivel de estrés percibido durante el último mes, la escala original está conformada por 14 ítems, en la escala adaptada a Lima Perú por Guzmán y Reyes (2018), consta de 13 ítems con un formato de respuesta de una escala tipo Likert, de cinco puntuaciones (0 = nunca, 1 = casi nunca, 2 = de vez en cuando, 3 = a menudo, 4 = muy a menudo), siendo calificados en ese orden los ítems de la dimensión expresión del estrés, 1, 2, 3, 8, 11,12. Los ítems de la dimensión control del estrés 4, 5, 6, 7, 9, 10, 13, las puntuaciones se obtienen invirtiendo las puntuaciones en el sentido siguiente: Muy a menudo = 0; a menudo = 1; de vez en cuando = 2, casi nunca = 3 y nunca = 4), sumando entonces los 13 ítems para obtener el total. La puntuación directa obtenida indica que a una mayor puntuación corresponde un mayor nivel de estrés percibido.

Para la interpretación se emplea el siguiente baremo.

Tabla 4

Baremo de estrés percibido

Nivel	Puntuaciones Estrés Percibido Total	Puntuaciones Control del Estrés	Puntuaciones Expresión del Estrés
Alto	35 - 52	18 - 28	17 - 24
Medio	18 - 34	9 - 17	9 - 16
Bajo	0 - 17	0 - 8	0 - 8

Fuente: Elaboración propia

Validez y confiabilidad

Remor y Carroble (2001), en España, obtuvieron validez de constructo, mediante análisis factorial confirmatorio, el modelo bifactorial con los ítems mostró mejores índices de ajuste (RMSEA= 0.07 y CFI=0.95. Al realizar un análisis validez divergente los factores de eutrés y distrés correlacionaron negativamente ($r=-0.41$). Por su parte, al analizar la convergencia entre las escalas EEP y SPANAS se observaron correlaciones positivas entre el factor distrés y el factor afecto negativo ($r = 0.60$), de igual manera entre el factor eutrés con el factor afecto positivo ($r = 0.39$). Guzmán y Reyes (2018), en Perú, en universitarios, al realizar el análisis de divergencia entre las dos escalas se obtuvo correlaciones negativas entre el factor diestrés con el afecto positivo ($r= - 0.24$), lo mismo sucedió entre el factor eustrés y afecto negativo ($r= - 0.39$).

Para la confiabilidad, Guzmán y Reyes (2018), en Perú, realizaron un análisis por consistencia interna obteniendo un alfa de Cronbach de .79 para la dimensión control del estrés y 0.77 para la dimensión expresión del estrés.

4.7. Recolección de datos

Con la finalidad de recolectar los datos de las variables en estudio, para obtener la información respectiva se efectuaron las coordinaciones

con el oficial de mayor rango en las instalaciones de la dependencia policial a fin de explicar acerca del trabajo de investigación y el manejo confidencial de los datos. Luego de la aceptación de parte de la institución castrense, se coordinaron fecha y hora de realización del trabajo de campo, siendo la autoridad policial, quien comunicó a los efectivos policiales de la necesidad del consentimiento informado respecto a su participación. Luego de la aceptación y habiendo obtenido los datos, se realizó el tratamiento estadístico respectivo.

4.8. Técnicas de análisis e interpretación de datos

En primera instancia se efectuó el análisis descriptivo, de base porcentual, teniendo en cuenta, niveles y rangos comprendidos en cada instrumento. En una segunda fase, se realizó la interpretación de los datos de manera inferencial. Para lo cual, se obtuvo el coeficiente de Bondad y Ajuste de Kolgomorov - Smirnov, permitiendo la toma de decisión respecto al estadístico matemático a emplear para la correlación. La distribución encontrada fue normal, equivaliendo a que el nivel de significatividad obtenido fue mayor a .05 empleándose el estadístico paramétrico como r de Pearson. Considerando ello, se procedió a efectuar el tratamiento estadístico respectivo, a fin de comprobar las hipótesis planteadas.

Para efecto de la interpretación del grado y magnitud de la correlación se empleó la de Hernández, Fernández y Baptista (2014).

Interpretación de los índices de correlación de r de Pearson / Rho de Spearman

Puntuación	Denominación del grado
-0.91 a -1.00	Correlación negativa perfecta (a mayor X menor Y)
-0.76 a -0.90	Correlación negativa muy fuerte
-0.51 a -0.75	Correlación negativa considerable
-0.26 a -0.50	Correlación negativa media
-0.11 a -0.25	Correlación negativa débil

-0.01 a -0.10	Correlación negativa muy débil
0.000	No existe Correlación alguna entre la variable
+0.01 a +0.10	Correlación positiva muy débil
+0.11 a.+0.25	Correlación positiva débil
+0.26 a +0.50	Correlación positiva media
+0.51 a +0.75	Correlación positiva considerable
+0.76 a +0.90	Correlación positiva muy fuerte
+0.91 a +1.00	Correlación positiva perfecta (a mayor X mayor Y)

Fuente: Hernández, Fernández y Baptista (2014, p. 305). Metodología de la investigación científica.

V. RESULTADOS

5.1. Presentación de resultados

Tabla 5

Prueba de normalidad

Prueba de Kolmogorov-Smirnov para una muestra

		Ansiedad	Estrés percibido
N		60	60
Parámetros normales ^{a,b}	Media	76,2667	17,6000
	Desviación estándar	6,16954	6,85986
Máximas diferencias extremas	Absoluta	,089	,093
	Positivo	,089	,093
	Negativo	-,077	-,064
Estadístico de prueba		,089	,093
Sig. asintótica (bilateral)		,200 ^{c,d}	,200 ^{c,d}

a. La distribución de prueba es normal.

b. Se calcula a partir de datos.

c. d. Corrección de significación de Lilliefors.

La tabla 5, muestra la existencia de una distribución normal, considerando que el nivel de significatividad mostrado fue mayor a .05, por tanto, se aplicó el estadístico paramétrico r de Pearson.

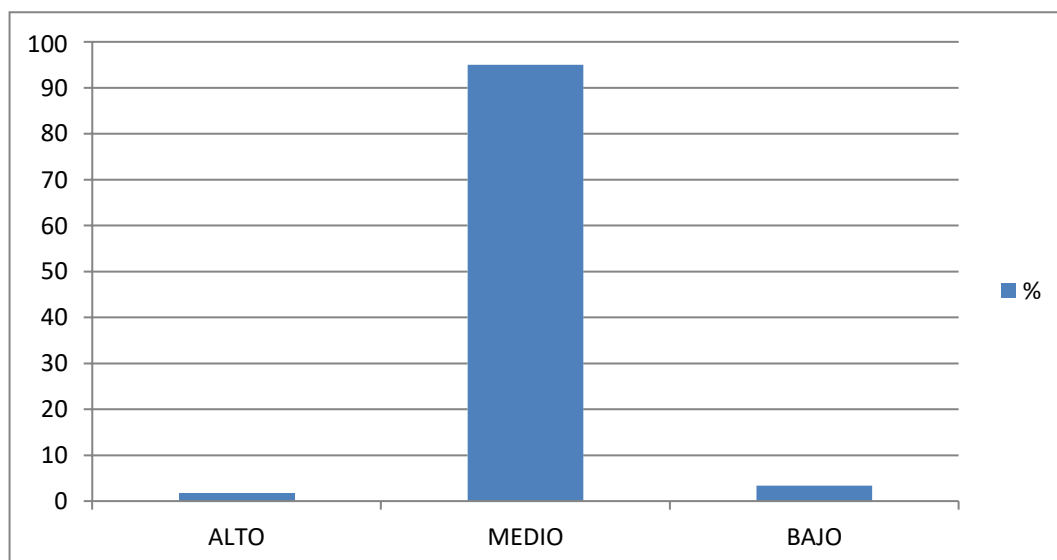
5.2. Interpretación de resultados

Tabla 6

Nivel de ansiedad que presentaron los efectivos policiales participantes en la muestra

Nivel	N	%
Alto	1	1.67
Medio	57	95.00
Bajo	2	3.33
Total	60	100.00

Elaboración propia



Elaboración propia

Figura 1.- Nivel de ansiedad que presentaron los efectivos policiales participantes en la muestra

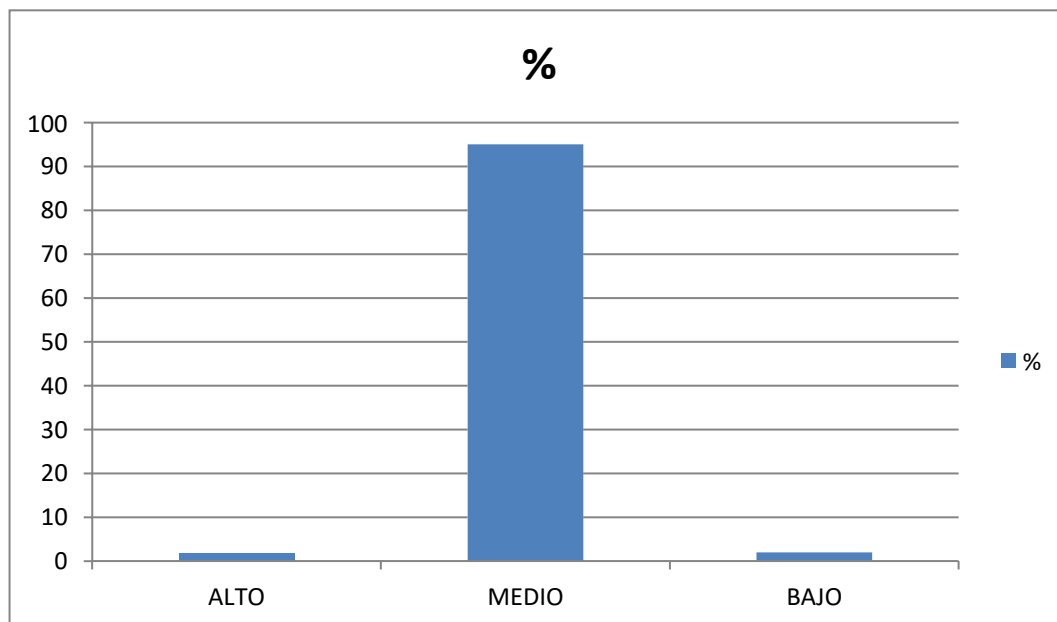
Análisis e interpretación: la tabla 6 muestra que el 95% de los efectivos policiales participantes presentaron un nivel medio de ansiedad, el 1.67% presentó nivel alto y 3.33% presentó nivel bajo.

Tabla 7

Nivel de ansiedad estado que presentaron los efectivos policiales participantes en la muestra

Nivel	N	%
Alto	1	1.67
Medio	57	95.00
Bajo	2	3.33
Total	60	100.00

Elaboración propia



Elaboración propia

Figura 2.- Nivel de ansiedad estado que presentaron los efectivos policiales participantes en la muestra

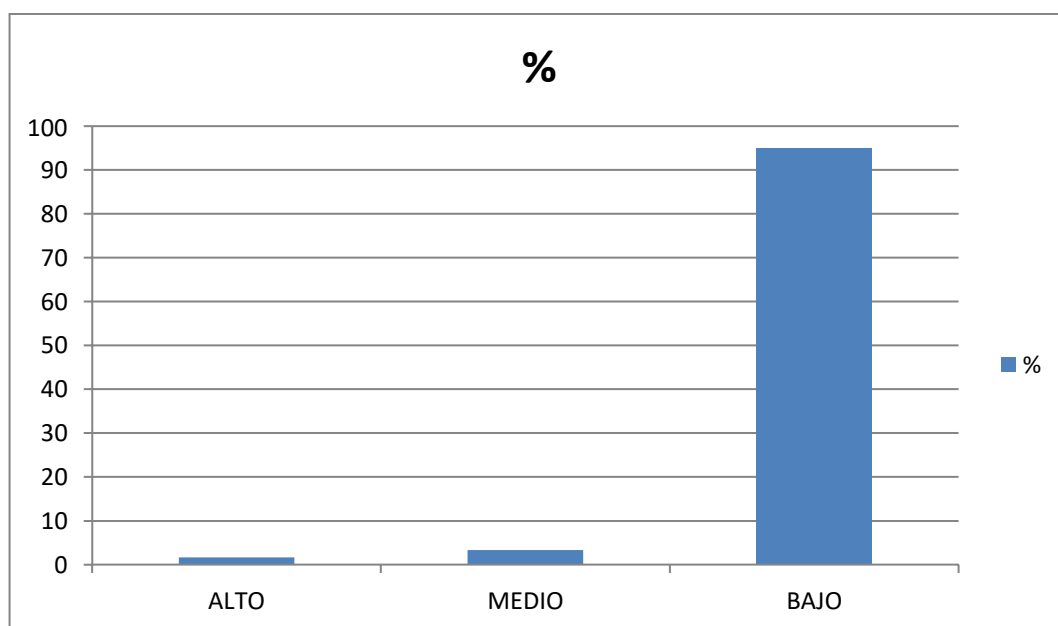
Análisis e interpretación: la tabla 7 muestra que el 95% de los efectivos policiales participantes presentaron un nivel medio de ansiedad estado, el 1.67% presentó nivel alto y 3.33% presentó nivel bajo.

Tabla 8

Nivel de ansiedad rasgo que presentaron los efectivos policiales participantes en la muestra

Nivel	N	%
Alto	1	1.67
Medio	2	3.33
Bajo	57	95.00
Total	60	100.00

Elaboración propia



Elaboración propia

Figura 3.- Nivel de ansiedad rasgo que presentaron los efectivos policiales participantes en la muestra

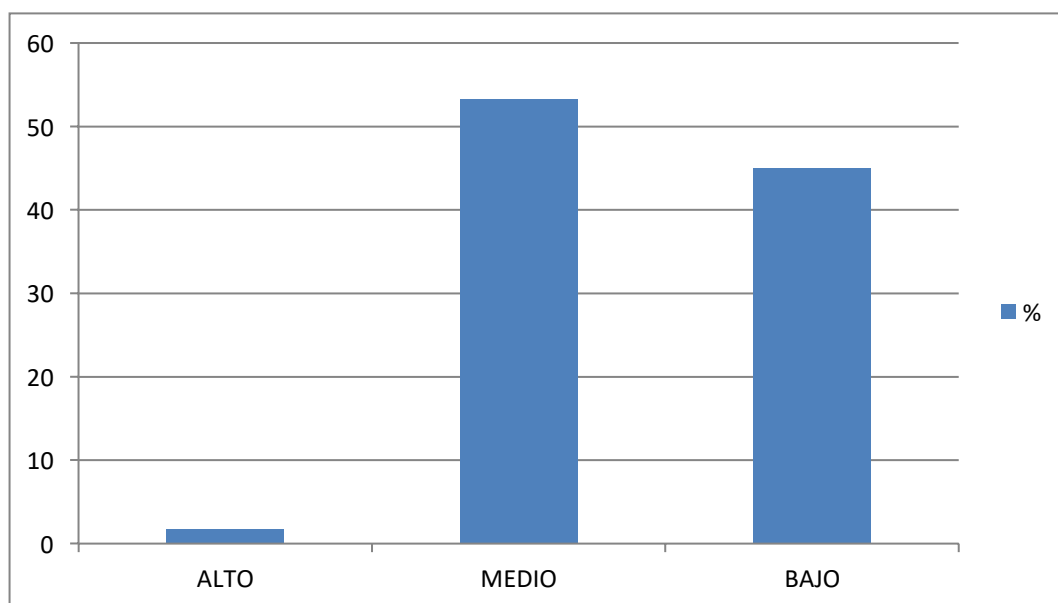
Análisis e interpretación: la tabla 8 muestra que el 95% de los efectivos policiales participantes presentaron un nivel bajo de ansiedad rasgo, el 1.67% presentó nivel alto y 3.33% presentó nivel medio.

Tabla 9

Nivel de estrés percibido que presentaron los efectivos policiales que participaron en la muestra

Nivel	N	%
Alto	1	1.67
Medio	32	53.33
Bajo	27	45.00
Total	60	100.00

Elaboración propia



Elaboración propia

Figura 4.- Nivel de estrés percibido que presentaron los efectivos policiales que participaron en la muestra

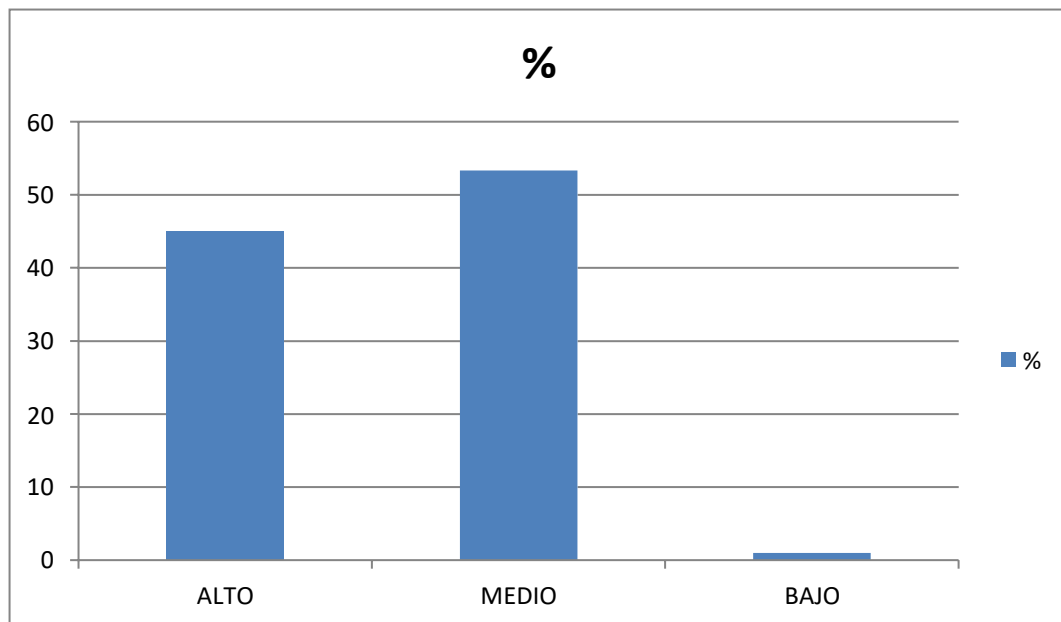
Análisis e interpretación: la tabla 9, demuestra que 53.33% de los efectivos policiales presentaron nivel medio de estrés percibido, 45% presentaron nivel bajo de estrés percibido y 1.67% presentó nivel alto de estrés percibido.

Tabla 10

Nivel de control del estrés que presentaron los efectivos policiales que participaron en la muestra

Nivel	N	%
Alto	27	45.00
Medio	32	53.33
Bajo	1	1.67
Total	60	100.00

Elaboración propia



Elaboración propia

Figura 5.- Nivel de control de estrés que presentaron los efectivos policiales que participaron en la muestra

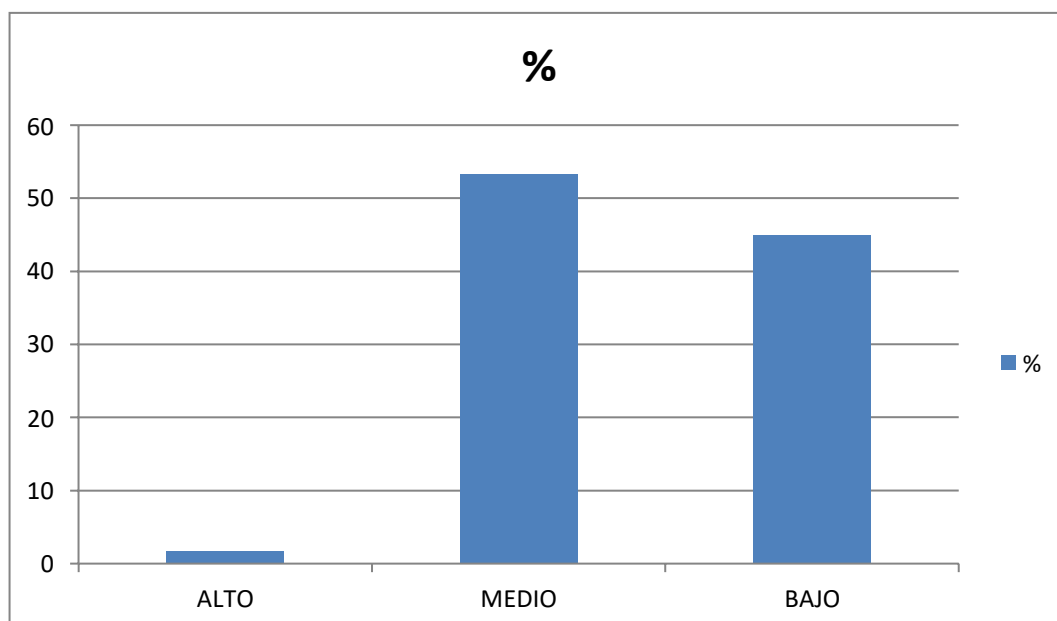
Análisis e interpretación: la tabla 10, demuestra que 53.33% de los efectivos policiales presentaron nivel medio de control de estrés, 45% presentaron nivel alto y 1.67% presentó nivel bajo.

Tabla 11

Nivel de expresión del estrés que presentaron los efectivos policiales que participaron en la muestra

Nivel	N	%
Alto	1	1.67
Medio	32	53.33
Bajo	27	45.00
Total	60	100.00

Elaboración propia



Elaboración propia

Figura 6.- Nivel de expresión del estrés que presentaron los efectivos policiales que participaron en la muestra

Análisis e interpretación: la tabla 11, demuestra que 53.33% de los efectivos policiales presentaron nivel medio de expresión del estrés, 45% presentaron nivel bajo y 1.67% presentó nivel alto.

VI. ANÁLISIS DE LOS RESULTADOS

6.1. Análisis de los resultados

A continuación, se presentan las tablas con los resultados estadísticos de la correlación obtenida entre ansiedad y estrés percibido, como entre las dimensiones ansiedad rasgo y ansiedad estado con el estrés percibido, a fin de comprobar las hipótesis del estudio.

Comprobación de hipótesis

Hipótesis general

H_G.- Existe relación significativa entre la ansiedad y el estrés en efectivos policiales durante la emergencia sanitaria Covid 19, Cuzco 2020.

H₀.- No existe relación significativa entre la ansiedad y el estrés en efectivos policiales durante la emergencia sanitaria Covid 19, Cuzco 2020.

Tabla 12

Relación entre la ansiedad y el estrés en efectivos policiales durante la emergencia sanitaria Covid 19, Cuzco 2020.

		Correlaciones	
		Ansiedad	Estrés percibido
Ansiedad	Correlación de Pearson	1	,352*
	Sig. (bilateral)		,012
	N	60	60
Estrés percibido	Correlación de Pearson	,352*	1
	Sig. (bilateral)	,012	
	N	60	60

*significatividad bilateral .05

Interpretación

La tabla 12, muestra la existencia de relación positiva media significativa entre la ansiedad general y el estrés percibido en los efectivos policiales ($r = .352^*$ p valor $.012 < .05$). Por tanto, se comprueba la hipótesis general alternativa y se rechaza la hipótesis general nula.

Contrastación de hipótesis

Nivel de significación

Nivel de significación: $\alpha = .05$

Correspondiendo a un nivel de significatividad de 95%

Estadístico de prueba

r de Pearson

Regla de decisión

Región crítica

Si el p valor $< .05$, se acepta la hipótesis

Si el p valor $> .05$, se rechaza la hipótesis

Acorde a los resultados, donde la correlación obtenida $r = .352^*$ p valor $.012 < .05$, indicó la existencia de correlación positiva media significativa entre la ansiedad general y el estrés percibido en efectivos policiales durante la emergencia sanitaria Covid 19, Cuzco 2020, por tanto, al encontrarse nivel de significatividad menor a $.05$, es posible comprobar la hipótesis general alternativa, rechazándose la hipótesis general nula.

Hipótesis específicas

Hipótesis específica 1

H₁.- Existe relación entre la ansiedad de rasgo y el control del estrés en efectivos policiales durante la emergencia sanitaria Covid 19, Cuzco 2020.

H₀.- No existe relación entre la ansiedad de rasgo y el control del estrés en efectivos policiales durante la emergencia sanitaria Covid 19, Cuzco 2020.

Tabla 13

Relación entre la ansiedad de rasgo y el control del estrés en efectivos policiales durante la emergencia sanitaria Covid 19, Cuzco 2020

Correlaciones			
		Ansiedad Rasgo	Control Estrés
Ansiedad Rasgo	Correlación de Pearson	1	,820*
	Sig. (bilateral)		,030
	N	60	60
Control Estrés	Correlación de Pearson	,820*	1
	Sig. (bilateral)	,030	
	N	60	60

*significatividad bilateral .05

Interpretación

La tabla 13, muestra la existencia de relación positiva muy fuerte significativa entre la ansiedad rasgo y control del estrés en el grupo de efectivos policiales ($r = .820^*$ p valor $.030 < .05$). Por tanto, se acepta la hipótesis alternativa y se rechaza la hipótesis nula.

Contrastación de hipótesis

Nivel de significación

Nivel de significación: $\alpha = .05$

Correspondiendo a un nivel de significatividad de 95%

Estadístico de prueba

r de Pearson

Regla de decisión

Región crítica

Si el p valor < .05, se acepta la hipótesis

Si el p valor > .05, se rechaza la hipótesis

Acorde a los resultados, donde la correlación obtenida $r = .820^*$ p valor $.030 < .05$, indicó la existencia de correlación positiva muy fuerte significativa entre la ansiedad rasgo control del estrés en efectivos policiales durante la emergencia sanitaria Covid 19, Cuzco 2020, por tanto, se acepta la hipótesis específica alternativa 1 y se rechaza la hipótesis nula.

Hipótesis específica 2

H₂.- Existe relación entre la ansiedad de rasgo y la expresión del estrés en efectivos policiales durante la emergencia sanitaria Covid 19, Cuzco 2020.

H₀.- No existe relación entre la ansiedad de rasgo y la expresión del estrés en efectivos policiales durante la emergencia sanitaria Covid 19, Cuzco 2020.

Tabla 14

Relación entre la ansiedad de rasgo y la expresión del estrés en efectivos policiales durante la emergencia sanitaria Covid 19, Cuzco 2020.

Correlaciones			
		Ansiedad Rasgo	Expresión Estrés
Ansiedad Rasgo	Correlación de Pearson	1	,486*
	Sig. (bilateral)		,009
	N	60	60

Expresión Estrés	Correlación de Pearson	,486*	1
	Sig. (bilateral)	,009	
	N	60	60

*significatividad bilateral .05

Interpretación

La tabla 14, muestra la existencia de relación positiva media significativa entre la ansiedad rasgo y la expresión al estrés en los efectivos policiales ($r = .486^*$ p valor $.009 < .05$). Por tanto, se acepta la hipótesis alternativa y se rechaza la hipótesis nula.

Contrastación de hipótesis

Nivel de significación

Nivel de significación: $\alpha = .05$

Correspondiendo a un nivel de significatividad de 95%

Estadístico de prueba

r de Pearson

Regla de decisión

Región crítica

Si el p valor $< .05$, se acepta la hipótesis

Si el p valor $> .05$, se rechaza la hipótesis

Acorde a los resultados, donde la correlación obtenida $r = .486^*$ p valor $.009 < .05$, indicó la existencia de correlación positiva media significativa entre la ansiedad rasgo y la expresión al estrés en efectivos policiales durante la emergencia sanitaria Covid 19, Cuzco 2020, por tanto, se acepta la hipótesis específica alternativa 2 y se rechaza la hipótesis nula.

Hipótesis específica 3

H₃.- Existe relación entre la ansiedad de estado y el control del estrés en efectivos policiales durante la emergencia sanitaria Covid 19, Cuzco 2020.

H₀.- No existe relación entre la ansiedad de estado y el control del estrés en efectivos policiales durante la emergencia sanitaria Covid 19, Cuzco 2020.

Tabla 15

Relación entre la ansiedad de estado y el control del estrés en efectivos policiales durante la emergencia sanitaria Covid 19, Cuzco 2020

Correlaciones			
		Ansiedad Estado	Control Estrés
Ansiedad Estado	Correlación de Pearson	1	,707*
	Sig. (bilateral)		,049
	N	60	60
Control Estrés	Correlación de Pearson	,707*	1
	Sig. (bilateral)	,049	
	N	60	60

*significatividad bilateral .05

Interpretación

La tabla 15, muestra la existencia de relación positiva considerable significativa entre la ansiedad estado y control del estrés en los efectivos policiales ($r = .707^*$ p valor $.049 < .05$). Por tanto, se acepta la hipótesis alternativa y se rechaza la nula.

Contrastación de hipótesis

Nivel de significación

Nivel de significación: $\alpha = .05$

Correspondiendo a un nivel de significatividad de 95%

Estadístico de prueba

r de Pearson

Regla de decisión

Región crítica

Si el p valor < .05, se acepta la hipótesis

Si el p valor > .05, se rechaza la hipótesis

Acorde a los resultados, donde la correlación obtenida $r = .707^*$ p valor $.049 < .05$, indicó la existencia de correlación positiva considerable significativa entre la ansiedad estado y control del estrés en efectivos policiales durante la emergencia sanitaria Covid 19, Cuzco 2020, por tanto, se acepta la hipótesis alternativa 3 y se rechaza la hipótesis nula.

Hipótesis específica 4

H₄.- Existe relación entre la ansiedad de estado y la expresión del estrés en efectivos policiales durante la emergencia sanitaria Covid 19, Cuzco 2020.

H₀.- Existe relación entre la ansiedad de estado y la expresión del estrés en efectivos policiales durante la emergencia sanitaria Covid 19, Cuzco 2020.

Tabla 16

Relación entre la ansiedad de estado y la expresión del estrés en efectivos policiales durante la emergencia sanitaria Covid 19, Cuzco 2020.

Correlaciones			
		Ansiedad Estado	Expresión Estrés
Ansiedad Estado	Correlación de Pearson	1	,202*
	Sig. (bilateral)		,012
	N	60	60

Expresión Estrés	Correlación de Pearson	,202*	1
	Sig. (bilateral)	,012	
	N	60	60

*significatividad bilateral .05

Interpretación

La tabla 16, muestra la existencia de relación positiva débil significativa entre la ansiedad estado y expresión del estrés en el grupo de efectivos policiales ($r = .202^*$ p valor $.012 < .05$). Por tanto, se acepta la hipótesis alternativa y se rechaza la nula.

Contrastación de hipótesis

Nivel de significación

Nivel de significación: $\alpha = .05$

Correspondiendo a un nivel de significatividad de 95%

Estadístico de prueba

r de Pearson

Regla de decisión

Región crítica

Si el p valor $< .05$, se acepta la hipótesis

Si el p valor $> .05$, se rechaza la hipótesis

Acorde a los resultados, donde la correlación obtenida $r = .202^*$ p valor $.012 < .05$, indicó la existencia de correlación positiva débil significativa entre la ansiedad estado y la expresión del estrés en efectivos policiales durante la emergencia sanitaria Covid 19, Cuzco 2020, por tanto, es posible aceptar la hipótesis específica alternativa 4 y rechazar la hipótesis nula.

6.2. Comparación de los resultados con antecedentes

El propósito del estudio fue determinar la relación existente entre la ansiedad y el estrés en efectivos policiales durante la emergencia sanitaria Covid 19, Cuzco 2020. Previo a ingresar a discutir acerca de los resultados respecto a las hipótesis planteadas, es posible establecer que 95% presentó nivel medio de ansiedad general y en ansiedad de estado, mientras que en ansiedad de rasgo, el 95% presentó un nivel bajo. Ello indicó que el personal policial lograba manejar de manera moderada la ansiedad, presentando ocasionalmente síntomas manifiestos de sudoración en las manos, temblores en las piernas, cansancio, taquicardia, malestar en el estómago, tensión muscular, tratando de lograr enfocar total y claramente el problema, tendiendo a ver una amenaza en muchas situaciones de la vida cotidiana, en el contexto de la pandemia; sintiéndose además, tensos, nerviosos e insatisfechos consigo mismos, haciendo uso de los mecanismos de defensa para autorregularse (Spielberger et al, 1984). Los datos revelaron que la ansiedad presentada estaba vinculada a su función policial, cuyo contexto y ambiente laboral en tiempo de pandemia, fue la calle, lugar donde brindaban apoyo a los ciudadanos tanto contagiados como para prevenir el contagio, de la misma forma, mantenían el orden y hacían cumplir lo establecido por el gobierno. Las cifras obtenidas si bien son superiores, sin embargo, coinciden con lo demostrado por Ramos (2019), en Piura, donde en 70% de los efectivos, el ambiente laboral influyó en la manifestación de sistemas ansiosos. Contrario a lo evidenciado por Cerón y Tipula (2018), en Huánuco, donde los efectivos presentaron niveles normales de ansiedad en su accionar policial.

En cuanto al estrés, en la presente investigación se evidenció que 53.33% de los efectivos presentaron nivel medio de estrés general, así como en control del estrés, eustres o estrés positivo y en expresión del estrés, distrés o estrés negativo, que acorde con lo manifestado por Mora (2018), el personal policial operativo para cumplir sus acciones, se basan en la formación castrense recibida, debiendo afrontar situaciones estresantes en el cumplimiento de órdenes superiores, implicando bajas

exigencias en el margen decisional, las cuales deben ser efectuadas sujetas al estamento policial, no asumiendo decisiones individuales, en el quehacer laboral diario. En tal sentido, las exigencias laborales y sociales en el que vinieron desarrollándose, han influido en la generación moderada de estrés, empleando algunos la autoeficacia y el control de amenazas (Cohen, Kamarck y Mermelstein, 1983).

El dato presentado no corrobora el estudio de Cerón y Tipula (2018), en Huánuco, quien mostró que un alto porcentaje del personal policial presentó nivel bajo de estrés, así como en los hallazgos de Mora (2018), en Cuzco, quien evidenció un nivel pasivo de estrés en el 67% de los efectivos, posiblemente porque las situaciones estresantes no se desarrollaron en el contexto de una emergencia nacional sanitaria.

Por otro lado, es necesario mencionar la existencia de un significativo 45% de participantes que presentaron nivel bajo de estrés general. En tal sentido, es posible argumentar que el estrés podía ser mejor afrontado por un porcentaje considerable de policías (45%), mientras que otro ligeramente superior al 50%, de participantes (53.33%) presentaban limitaciones para su afrontamiento, expresado en sintomatología diarreica, dolores de cabeza, falta de energía, cuello rígido, no empleando adecuadamente sus recursos, tan igual como mostraron Bazán y Cerna (2019), en el estudio efectuado con personal policial en Cajamarca, indicando que no todos empleaban adecuadamente las herramientas y recursos personales para afrontar el estrés.

Los hallazgos indicaron que el personal policial del estudio, se encontraba en un nivel de alerta respecto al estrés como lo observó García, Pérez y Luceño (2015), en España, sin embargo, no llegó a manifestarse a nivel alto, como demostraron Luceño (2016), en España y Cabrera (2015) en Ecuador, donde los efectivos policiales manifestaron niveles altos de estrés.

Respecto a la hipótesis general, se halló relación positiva media significativa ($r = .352^*$ p valor $.012 < .05$), entre la ansiedad en general y el estrés percibido en los efectivos policiales, indicando que, ante un moderado nivel de ansiedad, el estrés percibido fue moderado. Los resultados mostraron la capacidad predictiva de la presencia de sintomatología ansiosa que afectaba de manera moderada la producción de estrés. Este hallazgo, coincide con lo concluido por Blanco y Thoen (2017), en Costa Rica, quienes demostraron una relación bilateral moderada entre estrés y ansiedad, así como la capacidad predictiva de la ansiedad mostrada en la investigación de Ramos (2019), en Piura, donde la ansiedad influía en el desempeño laboral, asimismo, con el hallazgo de Graneros (2018), en Argentina, donde el estrés de los policías estaba vinculado con el mayor tiempo de servicio, teniendo en cuenta que los efectivos participantes del estudio, el 34% tenían más de 10 años de antigüedad en el servicio.

Sin embargo, no fue posible encontrar coincidencia con el estudio de Oviedo y Talavera (2016), en Arequipa, quienes demostraron que el estrés no afectaba la personalidad resistente en general en los policías, así como lo concluido por Cabrera (2015), en Ecuador, donde el estrés afectaba el desempeño laboral de los policías, aspectos que no ha sido posible corroborar en la investigación.

En cuanto a la hipótesis específica 1, se evidenció relación positiva muy fuerte significativa entre la ansiedad rasgo y control del estrés ($r = .820^*$ p valor $.030 < .05$), indicando que la presencia de ansiedad de rasgo, activaba el control del estrés, notándose la capacidad predictiva e incidencia de la ansiedad rasgo sobre el control del estrés. En tal sentido, se observó en el personal policial, un estilo característico o tendencia temperamental a no responder todo el tiempo de la misma forma, sean circunstancias estresantes o no, asumiendo poca aprensión, teniendo así mayores posibilidades de ser menos vulnerables al estrés, donde a su vez

considerará un menor número de situaciones como peligrosas; caracterizándose además por ser personas sensibles, poseyendo además de confianza en sí mismos (Spielberg et al, 1984).

Por tanto, la baja ansiedad de rasgo manifestada, presentada y mantenida por todo este largo periodo de pandemia (Spielberg et al, 1984), incidió fuertemente en el control del estrés o estrés positivo, mediatizando el modo de interactuar con el estresor, no afectando el rendimiento y la capacidad de afrontamiento a las demandas del entorno (Espinoza, Pernas y Gonzales, 2018). Los hallazgos concuerdan con los de Oviedo y Talavera (2016), en Arequipa, como los de Cerón y Tipula (2018), en Huánuco donde la ansiedad rasgo incidía en el estrés, y con los de Ramos (2019), en Piura, donde la ansiedad de rasgo incidía en el ambiente laboral, el cual se tornaba estresante.

Referente a la hipótesis específica 2, se halló relación positiva media significativa entre la ansiedad rasgo y la expresión al estrés ($r = .486^*$ p valor $.009 < .05$), notándose una incidencia moderada de la ansiedad rasgo sobre la expresión al estrés. El resultado, permitió observar en el grupo de efectivos policiales, un estilo característico o tendencia temperamental a responder mejor ante circunstancias estresantes o no, notándose sin embargo, cierta aprensión, tornándolos emocionalmente vulnerables ante situaciones peligrosas; manteniendo la confianza en sí mismos (Spielberg et al, 1984).

Al vincular estadísticamente ambas variables, se notó la incidencia moderada de la ansiedad de rasgo, en la generación de estrés negativo o distrés, debido a una sobrecarga en actividades demandantes, prolongadas, poco agradables y excesivas, desencadenando cierto desequilibrio físico y psíquico determinando la reducción de productividad, generando riesgos de enfermedad psicosomática, superando la capacidad de resiliencia y adaptación al contexto de vida (Espinoza, Pernas y

Gonzales, 2018), aspectos que podían estar afectando su vida personal, familiar y laboral. Los resultados coinciden con los hallazgos de Oviedo y Talavera (2016), en Arequipa, así como con los de Cerón y Tipula (2018), en Huánuco donde la ansiedad rasgo incidía en el estrés, y de igual forma con los de Ramos (2019), en Piura, donde la ansiedad de rasgo incidía en el ambiente laboral estresante.

Respecto a la hipótesis específica 3, se encontró relación positiva considerable significativa entre la ansiedad estado y control del estrés ($r = .707$ p valor $.049 < .05$), indicando que, ante un considerable nivel de ansiedad de estado, de modo considerable es el control del estrés. En base a lo expuesto, se notó que un estado emocional transitorio, vinculado a un acontecimiento concreto como la pandemia y sus consecuencias en la salud, basados en sentimientos subjetivos, conscientemente percibidos, de atención, aprensión e hiperactividad del sistema nervioso autónomo respecto a la situación amenazante, (Spielberg et al, 1984), afectaba la interacción con el estresor, así como afrontar las demandas del entorno a las que han estado expuestos durante la pandemia (Espinoza, Pernas y Gonzales, 2018). Los hallazgos concuerdan con los de Oviedo y Talavera (2016), en Arequipa, Cerón y Tipula (2018), en Huánuco donde la ansiedad estado incidía en el estrés, así como con los de Ramos (2019), en Piura, donde la ansiedad estado incidía en el estrés laboral ambiental.

En relación a la hipótesis específica 4, quedó demostrada la relación positiva débil significativa entre la ansiedad estado y la expresión del estrés ($r = .202$ p valor $.012 < .05$), indicando que, ante una débil ansiedad de estado, débil es la expresión del estrés. Sin embargo, la leve incidencia de un estado emocional transitorio con sentimientos subjetivos, conscientemente percibidos, de atención y aprensión y por hiperactividad del sistema nervioso autónomo acerca de la situación amenazante, (Spielberg et al, 1984), incidió de manera tangencial en la expresión del estrés, afectando levemente la interacción con el estresor, preparando

mente y cuerpo para optimizar el rendimiento, reforzando la capacidad de afrontamiento e incrementando la motivación para afrontar las demandas del entorno (Espinoza, Pernas y Gonzales, 2018). Los hallazgos no concuerdan con los de Oviedo y Talavera (2016), en Arequipa, como de Cerón y Tipula (2018), en Huánuco donde la ansiedad estado incidía moderadamente en el estrés, y con los de Ramos (2019), en Piura, donde la ansiedad de estado incidía en lo estresante del ambiente laboral.

Es necesario explicar que el presente estudio, a diferencia de otras investigaciones con poblaciones de efectivos policiales, en los cuales se evidenció claramente altos niveles de estrés y ansiedad, la población del personal policial participante en la muestra, que laboraba en la ciudad del Cuzco, presentó un nivel de ansiedad y estrés percibido medio, logrando el grupo un manejo moderado de la ansiedad, así como en el empleo de estrategias de afrontamiento el estrés conviviendo en una situación concreta y circunstancial como la pandemia, donde la parte cognitiva, fisiológica, emocional y comportamental se vio moderadamente afectada.

Finalmente, teóricamente el estudio permite aseverar y ratificar conceptos sobre los constructos investigados, en base a los hallazgos, donde la ansiedad tanto de estado, provocada por la pandemia, así como la labor y responsabilidades propias de la misión policial, generó en los agentes del orden, la activación del sistema nervioso a nivel neurofisiológico, interpretando y valorando cognitivamente aquellas señales de peligro o amenaza física o psíquica, desequilibrando de alguna manera la estabilidad emocional, fisiológica y comportamental, movilizand respuestas de evitación ante determinadas circunstancias, presentando aprensión, tensión psicológica, tratando de comprender la realidad que estaban viviendo, la cual debían de asumir para cumplir con su misión como agentes del orden (Eysenck,1992; Morris y Maisto, 2002; Wade y Tavis, 2003; Cuenca, Rangel y Rangel, 2004; Gutiérrez citado en Oblitas, 2014; Sierra, Ortega y Zubeidat, 2015;. Virues, 2015; Spielberger, Gorsuch y

Lushene, 1970 citado en Zavaleta, 2017; Spielberger et al, 1984, citado en Zavaleta, 2017).

Referente al estrés, en el personal policial se manifestó como un fenómeno de carácter universal, histórico, cultural, multicausal y multifactorial, generado de manera concreta y circunstancial por la pandemia Covid 19, producto de la vinculación dinámica entre los efectivos y el contexto social laboral, implicando que la presión ocasionada por la pandemia y las obligaciones y responsabilidades propias de su labor, contribuyeron de manera moderada activar patrones de comportamiento en los efectivos provocado por situaciones ansiógenas y angustiantes, generando respuestas biológicas y psicológicas, produciendo malestares psicológicos y físicos, llegando en ocasiones asumir un patrón de comportamiento adecuado, frente a una situación conflictiva, que no llegaban a resolver, afrontándolo aunque no totalmente el control del mismo, a través de la autoeficacia y el control de amenazas. Asumiendo en ocasiones comportamientos de desamparo y pérdida de control sobre aspectos vinculantes a la expresión del estrés. Donde la concomitancia entre ambas variables, señalan la incidencia de la ansiedad sobre el estrés (Cohen, Kamarck y Mermelstein, 1983; Lazarus y Folkman, 1989; Russell, 1997; Organización Mundial de la Salud, 2010; García, Mariscalá, Gutiérrez y Ritzel, 2013; Kaya, Gundus y Çicekc, 2014; Lu, Sung, Hong, Fan, Kong y Li, 2015; Osorio y Cárdenas, 2017; Espinoza, Pernas y Gonzales, 2018).

CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

Conclusiones

En base a los resultados es posible concluir lo siguiente.

Se determinó la existencia de relación entre la ansiedad y el estrés en efectivos policiales durante la emergencia sanitaria Covid 19, Cuzco 2020, obteniéndose ($r = .352$ p valor $.012 < .05$), indicando que, ante un moderado nivel de ansiedad, el estrés es moderado.

Se logró determinar la existencia de relación entre la ansiedad de rasgo y el control del estrés en efectivos policiales durante la emergencia sanitaria Covid 19, Cuzco 2020, obteniéndose ($r = .820$ p valor $.030 < .05$), indicando que, ante un fuerte nivel de ansiedad, mayor control del estrés.

Se determinó la existencia de relación entre la ansiedad de rasgo y la expresión del estrés en efectivos policiales durante la emergencia sanitaria Covid 19, Cuzco 2020, obteniéndose ($r = .486$ p valor $.009 < .05$), indicando que, ante un moderado nivel de ansiedad de rasgo, la expresión del estrés es moderada.

Se pudo determinar la existencia de relación entre la ansiedad de estado y el control del estrés en efectivos policiales durante la emergencia sanitaria Covid 19, Cuzco 2020, obteniéndose ($r = .707$ p valor $.049 < .05$), indicando que, ante un considerable nivel de ansiedad de estado, el control del estrés es considerable.

Se determinó la existencia de relación entre la ansiedad de estado y la expresión del estrés en efectivos policiales durante la emergencia sanitaria Covid 19, Cuzco 2020, obteniéndose ($r = .202$ p valor $.012 < .05$), indicando que ante un bajo o débil nivel de ansiedad estado, la expresión del estrés es baja o débil.

Recomendaciones

En base a los resultados, es posible recomendar lo siguiente.

Considerando la presencia y prevalencia de síntomas manifiestos de ansiedad como sudoración en las manos, temblores en las piernas, cansancio, taquicardia, malestar en el estómago, tensión muscular, quienes no logran enfocar total y claramente el problema, tendiendo a ver una amenaza en muchas situaciones de la vida cotidiana, en el contexto de la pandemia, se recomienda elaborar un programa de emergencia a nivel atencional y asistencial con especialistas de la salud mental dirigido a los policías, aplicado de manera individual como grupal para que puedan efectuar catarsis de vivencias durante la pandemia y que hayan sido fuente de inicio de la ansiedad.

Teniendo en cuenta que los efectivos policiales asumían un un estilo característico o tendencia temperamental a responder todo el tiempo de la misma forma, sean circunstancias estresantes o no, asumiendo actitud de aprensión, se considera necesario planificar, organizar, ejecutar, supervisar y realimentar un programa de capacitación exclusivamente para efectivos policiales, bajo la modalidad de taller, dirigido a potenciar el manejo de la ansiedad de rasgo en situaciones de pandemia o de emergencia nacional en salud, cuya finalidad sea entrenarlos en el autoconocimiento de síntomas y la forma como se presentan en los aspectos cognitivos, fisiológicos y motores, así como los efectos colaterales de ello y su incidencia en el campo laboral, familiar y social, para finalmente aprender estrategias para su manejo y su influencia en el control del estrés.

Los efectivos policiales al asumir un estilo característico o tendencia temperamental a responder todo el tiempo de la misma forma, sean circunstancias estresantes o no, expresado en una actitud de aprensión, se recomienda elaborar un programa de capacitación orientado a este grupo,

diseñado como taller, donde los participantes puedan conocer y asimilar la sintomatología de la ansiedad de rasgo, con la finalidad que no incida y lograr un mejor manejo de la expresión del estrés.

Considerando la presencia en los efectivos policiales un estado emocional transitorio con sentimientos subjetivos, conscientemente percibidos, de atención y aprensión y por hiperactividad del sistema nervioso autónomo acerca de la situación amenazante, se considera necesario planificar, organizar, ejecutar, supervisar y realimentar un programa de capacitación para los efectivos policiales, bajo la modalidad de taller, dirigido al manejo de la ansiedad de estado en situaciones de pandemia o de emergencia nacional en salud, cuya finalidad sea entrenarlos en el aprendizaje de estrategias para fortalecer el manejo sobre el control del estrés.

Teniendo en cuenta la presencia de un estado emocional transitorio con sentimientos subjetivos, conscientemente percibidos, de atención y aprensión y por hiperactividad del sistema nervioso autónomo acerca de la situación amenazante en los policías, es necesario elaborar un programa de capacitación que potencialice el manejo de la ansiedad estado en los efectivos policiales contribuyendo a que ella no influya en la expresión del estrés.

VII. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

Bazán, S., y Cerna, N. (2019). *Estrés laboral y estilos de afrontamiento en policías de la comisaría central de la ciudad de Cajamarca*. (Tesis

para optar la licenciatura en Psicología, Universidad Privada Antonio Guillermo Urrelo). Cajamarca.

Blanco, T., y Thoen, M. (2017). Factores asociados al estrés laboral en policías penitenciarios costarricenses. *Revista Costarricense de Psicología* 36(1), 45-59.

Brannon, L. y Feist, J. (2001). *Psicología de la salud*. Paraninfo.

Cabrera, A. (2015). *El estrés laboral y el desempeño laboral en los miembros del servicio de los UPC zona sur de la policía nacional Tungurahua*. (Tesis para optar la licenciatura en Psicología, Universidad Técnica de Ambato). Ecuador.

Cassaretto, M., Chau, C., Oblitas, H., y Valdez, N. (2013). Estrés y afrontamiento en estudiantes de psicología. *Revista de Psicología* 21(2), 363-392.
<https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/994031.pdf>

Caycho, T., Carbajal, C., Vilca, L., Heredia, J., y Gallegos, M. (2020). Covid-19 y salud mental en policías peruanos: resultados preliminares. *Acta Med Perú*. 37(3), 396-398.
<https://doi.org/10.35663/amp.2020.373.1503>

Cerón, M., y Tipula, E. (2018). *Niveles de ansiedad y estrés en los agentes policiales de la comisaría PNP de la ciudad de Huánuco*. (Tesis para optar la licenciatura en Psicología, Universidad Nacional Hermilio Valdizán). Huánuco.

Céspedes, E. (2015). *Propiedades psicométricas del inventario de ansiedad estado y ansiedad rasgo en niños y adolescentes de Lima Sur*. (Tesis para optar la licenciatura en Psicología, Universidad Autónoma del Perú). Lima.

- Cohen, Sh., Kamarck, T., y Mermelstein, R. (1983). Medición del estrés percibido. *Revista Salud y Comportamiento Social* 24(4), 385-396.
- Cuenca, E., Rangel, B., y Rangel, M. (2004). *Psicología*. Internacional Thompson.
- De Priego, W. (2014). *Ansiedad y autorregulación emocional en acogedores de Lima*. (Tesis para optar la licenciatura en Psicología, Pontificia Universidad Católica del Perú). Lima.
- Deza, J., y Muñoz, S. (2015). *Metodología de investigación científica*. Fondo Editorial Universidad Alas Peruanas.
- Espinoza, A., Pernas, I., y Gonzales, R. (2018). Consideraciones teórico metodológicas y prácticas acerca del estrés. *Humanidades Médicas* 18(3), 697-717.
- Eysenck, M. (1992). *Ansiedad: una perspectiva cognitiva*. Trillas.
- Fiorillo, A., y Gorwood, P. (2020). The consequences of the COVID-19 pandemic on mental health and implications for clinical practice. *Eur Psychiatry* 63 (1), 32. <http://doi10.1192/j.eurpsy.2020.35>.
- García, M., Pérez, M., y Luceño, L. (2015). Turnos y estrés psicosocial en los policías locales de Madrid. *Ansiedad y Estrés* 21(1), 57-70. <https://www.researchgate.net/publication/280065896>
- García, I., y Begoña, M. (2016). Apoyo social y afrontamiento del estrés en personas con discapacidad intelectual. *International Journal of Developmental and Educational Psychology* 2(1), 215-220. <http://www.redalyc.org/html/3498/349851777023/>

- García, S., Mariscalá, M., Gutiérrez, J., y Ritzel, D. (2013). Using Bayesian networks to analyze occupational stress caused by work demands: Preventing stress through social support. *Accident Analysis and Prevention* 57, 114-123.
- Graneros, G. (2018). *Estrés laboral en personal policial con turnos rotativos y fijos*. (Tesis para optar la licenciatura en Psicología, Universidad Abierta Interamericana). Argentina.
- Grau, J., Hernández, E., y Vera, P. (2005). *Estrés, salutogénesis y vulnerabilidad*. La Noche.
- Guo, X., Wu, L., Yu, X., Sun, Z., y Liu, W. (2020). Mental Health Care for Military Personnel in the COVID-19 Epidemic. *Mil Med.* 127. <http://doi10.1093/milmed/usaa127>
- Guzmán, J., y Reyes, M. (2018). Adaptación de la escala de percepción global de estrés en estudiantes universitarios peruanos. *Revista de Psicología* 36(2), 719-750. <http://revistas.pucp.edu.pe/index.php/psicologia/article/view/20033/20036>
- Healthday News (2020). *Ansiedad y estrés en policías en tiempos de pandemia*. Consultado el 23 de octubre de 2020 <https://consumer.healthday.com/espanol/public-health-information-30/occupational-health-news-507/la-salud-mental-es-un-problema-importante-entre-los-polic-iacute-as-de-todo-el-mundo-seg-uacute-n-un-estudio-757981.html>
- Hernández, A., y Azañedo, D. (2020). COVID-19 in Peru: the need to pay attention to the high number of police deaths due to the pandemic. *J Public Health* 79. <https://doi.org/10.1093/pubmed/fdaa079>.

- Huarcaya, J., Villarreal, D., Podestá, A., y Luna, M. (2020). Psychometric properties of a Spanish version of the Fear of Covid-19 Scale in general population of Lima, Peru. *Int J Ment Health Addict* 1 (14). <http://doi10.1007/s11469-020-00354-5>.
- Karademas, E., y Kalatzi, A. (2004). The stress process, self-efficacy expectations and psychological health. *Personality and Individual Differences* 37, 1033-1043.
- Kaya, G., Gündüz, H., y Çicekc, G. (2014). Exploring the effects of perceived organizational impediments and role stress on job performance. *Procedia-Social and Behavioral Sciences* 150, 1129-1136.
- Kerlinger, F. y Lee, H. (2002). *Investigación del comportamiento. Métodos de investigación en Ciencias Sociales*. Mc Graw Hill.
- Lazarus, R., y Folkman, S. (1989). *Manual for the hassles and uplift scales*. Research Edition Consulting Psychologist Press.
- Lazarus, R. (1976). *El paradigma emergente del estrés*. Eisdorfer.
- Lu, D., Sun, N., Hong, S., Fan, Y., Kong, F., y Li, Q. (2015). Occupational stress and coping strategies among emergency department nurses of China. *Archives of Psychiatric Nursing* 29(4), 208-212.
- Luceño L. (2016). *El estrés en organizaciones policiales: Una aproximación secuencial*. (Tesis para optar el grado de maestría en Psicología, Universidad de Málaga). España.
- Mejía, G. (2016). *Trastorno de ansiedad*. Mc Graw Hill Interamericana

Ministerio de Salud. (2020). *Cuidado de la salud mental de la población afectada familias y comunidad en el contexto del Covid 19*. Ministerio de Salud.

Mora, J. (2018). *Estrés Laboral en Personal de la Unidad de Servicios Especiales de la Policía Nacional del Perú Región Policial Cusco*. (Tesis para optar la licenciatura en Psicología, Universidad Andina del Cusco). Cusco.

Morris, C., y Maisto, A. (2002). *Psicología*. Pearson Education.

Moscoso, M. (2009). De la mente a la célula: impacto del estrés en psiconeuroinmunoendocrinología. *Liberabit* 15(2), 143-152.
<http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=68611924008>

Oblitas, L. (2004). *Psicología de la salud y calidad de Vida*. Thompson.

Organización Mundial de la Salud. (2010). Entornos laborales saludables: fundamentos y modelo de la OMS. *Contextualización, práctica y literatura de apoyo* 6(6), 53-56.

Osorio, J., y Cárdenas, L. (2017). Estrés laboral: estudio de revisión. *Diversitas: Perspectivas en Psicología*. 13(1), 81-90.
<http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=67952833006>

Oviedo, M., y Talavera, R. (2016). *Estrés laboral, dimensiones de la personalidad y la personalidad resistente en miembros de la Policía Nacional del Perú de Arequipa*. (Tesis para optar la licenciatura en Psicología, Universidad Nacional de San Agustín). Arequipa.

- Preidt, R (2020). *Salud mental de los policías*. Alianza Americana de Agentes de Policía.
- Ramos, H. (2019). *Ambiente laboral como factor de ansiedad en miembros del establecimiento policial PNP comisaria Sullana – Piura*. (Tesis para optar la licenciatura en Psicología, Universidad Nacional de Piura). Piura.
- Rojas, M. (2014). *Manejo de la ansiedad*. Grao.
- Russell, L. (1997). *La tensión en la vida*. Guadarrama.
- Sandín, B. (1995). *El estrés*. McGraw-Hill.
- Sandín, B., Valiente, R., García, J., y Chorot, P. (2020). Impacto psicológico de la pandemia de COVID-19: Efectos negativos y positivos en población española asociados al periodo de confinamiento nacional. *Revista de Psicopatología y Psicología Clínica* 25(1). 1-22.
- Selye, H. (1982). *History and present of the status of the stress concept*. Universidad de Nueva York free press.
- Sierra, J., Ortega, V., y Zubeidat, I. (2015). *Ansiedad y estrés*. Mc Graw Hill Interamericana.
- Spielberger, D., Gorsuch, R. y Lushene, R. (1970). *Inventario del estado de ansiedad STAIC*. TEA Ediciones
- Spielberger, D. (1984). *Teoría de la ansiedad*. Trillas.
- Syed, S., Ashwick, R., Schlosser, M., Jones, R., Rowe, S., y Billings, J. (2020). Global prevalence and risk factors for mental health problems

in police personnel: a systematic review and meta-analysis. *Occup Environ Med*. <http://doi10.1136/oemed-2020-106498>.

Torales, J., O'Higgins., M, Castaldelli, J., y Ventriglio, A. (2020). The outbreak of COVID-19 coronavirus and its impact on global mental health. *Int J Soc Psychiatry* 66(4), 317-320. <http://doi10.1177/0020764020915212>

Viedma, M. (2008). *Mecanismos psicofisiológicos de la ansiedad patológica: implicaciones clínicas*. (Tesis para optar el grado de doctor en Psicología, Universidad de Granada). España.

Virues, R. (2015). *La ansiedad*. Universidad Autónoma de Nuevo León.

Wade, C., y Tavris, C. (2003). *Psicología*. Pearson Educación.

Wang C, Pan R, Wan X, Tan Y, Xu L, y Ho, C. (2020). Immediate psychological responses and associated factors during the initial stage of the 2019 coronavirus disease (COVID-19) epidemic among the general population in China. *J Environ Res Public Health* 17 (5).

Zavaleta, L. (2017). *Propiedades psicométricas del cuestionario de ansiedad estado rasgo en adolescentes de la localidad de Cartavio*. (Tesis para optar la licenciatura en Psicología, Universidad Cesar Vallejo). Trujillo.

ANEXOS

ANEXOS
Anexo 1 Matriz de Consistencia

Título: Ansiedad y estrés en efectivos policiales durante la emergencia sanitaria Covid 19, Cuzco 2020

Responsables: Carla Astrid Loaiza Chavez y María Isabel Garces Rivera.

PROBLEMA	OBJETIVOS	HIPÓTESIS	VARIABLES	METODOLOGÍA
<p>Problema de investigación general ¿Qué relación existe entre la ansiedad y el estrés en efectivos policiales durante la emergencia sanitaria Covid 19, Cuzco 2020?</p>	<p>Objetivo general Determinar la relación que existe entre la ansiedad y el estrés en efectivos policiales durante la emergencia sanitaria Covid 19, Cuzco 2020.</p>	<p>Hipótesis general Existe relación entre la ansiedad y el estrés en efectivos policiales durante la emergencia sanitaria Covid 19, Cuzco 2020.</p>	<p>Variable 1 Ansiedad <u>Dimensiones</u> Estado Rasgo</p>	<p>Tipo de investigación Básica</p>
<p>Problemas de investigación específicos</p>	<p>Objetivos específicos Determinar la relación que existe entre la ansiedad de rasgo y el</p>	<p>Hipótesis específicas Existe relación entre la ansiedad de rasgo y el control del estrés en</p>	<p>Variable 2 Estrés <u>Dimensiones</u> Control del estrés Expresión del estrés</p>	<p>Diseño de Investigación No experimental, Transversal, Correlacional</p> <p>Población 75 efectivos policiales de Cuzco</p>

<p>¿Qué relación existe entre la ansiedad de rasgo y el control del estrés en efectivos policiales durante la emergencia sanitaria Covid 19, Cuzco 2020?</p> <p>¿Qué relación existe entre la ansiedad de rasgo y la expresión del estrés en efectivos policiales durante la emergencia sanitaria Covid 19, Cuzco 2020?</p> <p>¿Qué relación existe entre la ansiedad de estado y el control del estrés en efectivos policiales durante la</p>	<p>control del estrés en efectivos policiales durante la emergencia sanitaria Covid 19, Cuzco 2020.</p> <p>Determinar la relación que existe entre la ansiedad de rasgo y la expresión del estrés en efectivos policiales durante la emergencia sanitaria Covid 19, Cuzco 2020.</p> <p>Determinar la relación que existe entre la ansiedad de estado y el control del estrés en efectivos policiales durante la emergencia</p>	<p>efectivos policiales durante la emergencia sanitaria Covid 19, Cuzco 2020.</p> <p>Existe relación entre la ansiedad de rasgo y la expresión del estrés en efectivos policiales durante la emergencia sanitaria Covid 19, Cuzco 2020.</p> <p>Existe relación entre la ansiedad de estado y el control del estrés en efectivos policiales durante la emergencia sanitaria Covid 19, Cuzco 2020.</p> <p>Existe relación entre la ansiedad de estado y la expresión del estrés en efectivos policiales durante</p>	<p>-</p>	<p>Muestra</p> <p>60 efectivos policiales (muestra censal)</p> <p>Criterios de Inclusión:</p> <p>Consentimiento informado: participación voluntaria en la investigación de parte de los efectivos policiales.</p> <p>Presencial: estar presentes los efectivos policiales al momento de la evaluación</p> <p>Criterios de exclusión:</p> <p>Consentimiento informado: no aceptar la participación en el estudio.</p> <p>Presencial: no estar presentes al momento de la evaluación.</p>
--	--	---	----------	--

<p>emergencia sanitaria Covid 19, Cuzco 2020? ¿Qué relación existe entre la ansiedad de estado y la expresión del estrés en efectivos policiales durante la emergencia sanitaria Covid 19, Cuzco 2020?</p>	<p>sanitaria Covid 19, Cuzco 2020. Determinar la relación que existe entre la ansiedad de estado y la expresión del estrés en efectivos policiales durante la emergencia sanitaria Covid 19, Cuzco 2020.</p>	<p>la emergencia sanitaria Covid 19, Cuzco 2020.</p>		<p>Técnicas de recolección de datos Encuesta</p> <p>Instrumentos Inventario de ansiedad estado – rasgo en adultos (Spielberger, 1970; adaptado por Domínguez, Villegas, Sotelo, Sotelo, 2012; validada por de Priego, 2014). Escala de estrés percibido (Cohen, Kamarck y Mermelstein, 1983; adaptado a Perú por Guzmán y Reyes, 2018).</p>
--	--	--	--	---

				<p>Técnicas de análisis e interpretación de datos</p> <p>Estadística descriptiva de base porcentual para ubicar niveles de prevalencia en la depresión y niveles de procrastinación.</p> <p>Estadística inferencial en primera instancia para obtener índice de bondad – ajuste de Kolmogorov Smirnov para la toma de decisión respecto al estadístico paramétrico o no paramétrico a emplear para la correlación.</p>
--	--	--	--	---

	<p>ansiedad estado, se manifiesta por la combinación de sentimientos de tensión, aprensión y nerviosismo, pensamientos molestos y preocupaciones, junto a cambios fisiológicos de manera transitoria (Spielberger, Gorsuch y Lushene, 1970, citado en Zavaleta, 2017).</p>					
--	--	--	--	--	--	--

Variables	Definición conceptual	Definición operacional	Dimensiones	Indicadores	Ítems	Escala
Estrés percibido	Es la resultante comportamental de la relación dinámica entre los recursos disponibles de una persona para afrontar el estrés, provocado por las exigencias del contexto en el que se ubica, mediante el control del mismo, a través de la autoeficacia y el control de amenazas. Así como mediante la	Es la medición del estrés percibido considerando las puntuaciones niveles y rangos establecidos por Cohen, Kamarck y Mermelstein, (1983), respecto a la escala de estrés percibido.	Control del estrés Expresión del estrés	Autoeficacia Control de amenazas Desamparo Pérdida de control	4,5,6, 7,9,10,13 1, 2, 3, 8, 11,12.	Instrumento Escala de estrés percibido Escala Ordinal

	expresión del estrés, asumiendo comportamientos de desamparo y pérdida de control sobre él (Cohen, Kamarck y Mermelstein, 1983).					
--	--	--	--	--	--	--

Anexo 3 Instrumentos de Medición
INVENTARIO DE ANSIEDAD ESTADO-RASGO (STAI)

Lushene, Gorsuch y Spielberger

Adaptada a Lima Del Priego

INSTRUCCIONES

Primera parte A-E

A continuación, encontrarás unas frases que se utiliza usualmente para describirse a sí mismo. Lea atentamente cada frase y señale la respuesta que indique mejor como se SIENTE AHORA MISMO, en este momento. No hay respuestas buenas ni malas. No emplee mucho tiempo en cada frase y conteste señalando la respuesta que describa mejor su situación presente.

Ítem	Nada	Algo	Mucho
1. Me siento calmado	3	2	1
2. Me siento seguro	3	2	1
3. Estoy tenso	1	2	3
4. Estoy contrariado	3	2	1
5. Me siento cómodo o a gusto	1	2	3
6. Me siento alterado	3	2	1
7. Estoy preocupado ahora por posibles desgracias del futuro	1	2	3
8. Me siento descansado	3	2	1
9. Me siento angustiado	3	2	1
10. Me siento confortable	3	2	1
11. Tengo confianza en mí mismo	3	2	1
12. Me siento nervioso	1	2	3
13. Estoy desasosegado	3	2	1
14. Me siento muy atado	1	2	3
15. Estoy relajado	1	2	3
16. Me siento satisfecho	3	2	1

17. Estoy preocupado	1	2	3
18. Me siento aturdido y sobreexcitado	3	2	1
19. Me siento alegre	1	2	3
20. En este momento me siento bien	1	2	3

INSTRUCCIONES

Segunda parte A-R

A continuación, encontrarás unas frases que se utiliza usualmente para describirse a sí mismo.

Lea atentamente cada frase y señale la respuesta que indique mejor como se SIENTE EN GENERAL, en la mayoría de las ocasiones. No hay respuestas buenas ni malas. No emplee mucho tiempo en cada frase y conteste señalando la respuesta que describa mejor como se siente en general.

Ítem	Casi nunca	A veces	A menudo
21. Me siento bien	1	2	3
22. Me canso rápidamente	1	2	3
23. Siento ganas de llorar	1	2	3
24. Me gustaría ser tan feliz como otros	1	2	3
25. Pierdo oportunidades por no decidirme a tiempo	1	2	3
26. Me siento descansado	1	2	3
27. Soy una persona tranquila serena y sosegada	1	2	3
28. Siento que las dificultades se amontonan y no puedo con ellas	1	2	3
29. Me preocupan demasiado las cosas sin importancia	1	2	3
30. Soy feliz	1	2	3
31. Suelo tomar las cosas demasiado seriamente	1	2	3
32. Me falta confianza en mí mismo	1	2	3
33. Me siento seguro	1	2	3
34. No suelo afrontar las crisis con dificultades	1	2	3
35. Me siento triste melancólico	1	2	3
36. Estoy satisfecho	1	2	3

37. Me rondan y molestan pensamientos sin importancia	1	2	3
38. Me afectan tanto los desengaños que no puedo olvidarlos	1	2	3
39. Soy una persona estable	1	2	3
40. Cuando pienso sobre asuntos y preocupaciones actuales me pongo tenso y agitado	1	2	3

ESCALA DE ESTRÉS PERCIBIDO (PSS-14)
Cohen, S., Kamarck, T. y Mermelstein, R.
Adaptada Lima Guzmán y Reyes

INSTRUCCIONES:

Las preguntas en esta escala hacen referencia a sus sentimientos y pensamientos durante el último mes. En cada caso, por favor indique con una "X" cómo usted se ha sentido o ha pensado en cada situación en determinado momento, acorde a la frecuencia con que lo hace tomando en cuenta las alternativas desde nunca hasta muy a menudo.

N°	Ítems	Nunca	Casi nunca	De vez en cuando	A menudo	Muy a menudo
1	En el último mes ¿Cuán seguido ha estado molesto por que algo pasó de forma inesperada?					
2	En el último mes ¿Cuán seguido se ha sentido incapaz de controlar hechos importantes en tu vida?					
3	En el último mes ¿Cuán seguido se ha sentido continuamente tenso?					

4	En el último mes ¿Cuán seguido se sintió seguro de sus habilidades para manejar sus problemas personales?					
5	En el último mes ¿Cuán seguido ha sentido que ha afrontado efectivamente los cambios importantes que han estado ocurriendo en tu vida?					
6	En el último mes ¿Cuán seguido confió en su capacidad para manejar sus problemas personales?					
7	En el último mes ¿Cuán seguido sintió que las cosas le estaban resultando como usted quería?					
8	En el último mes ¿Cuán seguido se dio cuenta que no podía hacer todas las cosas que debía hacer?					
9	En el último mes ¿Cuán seguido ha podido controlar las dificultades de su vida?					
10	En el último mes ¿Cuán seguido ha sentido que tiene el control de todo?					
11	En el último mes ¿Cuán seguido se ha sentido molesto por situaciones que estaban fuera de su control?					
12	En el último mes ¿Cuán seguido pudo controlar la manera en que utiliza el tiempo?					
13	En el último mes ¿Cuán seguido ha sentido que los problemas se le habían acumulado?					

Anexo 4 Base de Datos

Suj.	ESTADO																				ANSIEDAD												RASGO											
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	Sub	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32											
																					total																							
1	2	2	3	2	2	3	2	3	2	2	1	1	2	1	2	2	2	3	2	2	41	2	3	2	2	2	2	3	2	1	2	2	1											
2	1	1	1	0	3	3	1	3	3	1	1	1	3	1	3	3	1	3	3	3	39	3	1	1	1	1	1	3	1	1	3	3	1											
3	0	1	1	3	3	3	2	1	3	1	1	1	0	2	3	1	1	3	3	3	37	3	1	1	2	0	3	3	1	1	3	1	1											
4	2	1	1	3	3	3	2	2	3	2	1	1	2	1	3	1	1	3	2	3	38	3	2	2	2	2	1	3	1	3	1	2	3											
5	1	1	1	2	2	0	2	2	3	2	1	2	3	1	2	2	1	2	2	3	35	3	2	1	1	1	2	3	2	1	3	2	1											
6				3	3	3	1	1	3	1	1	1	2	2	3	1	1	3	3	3	38	3	1	3	1	1	3	3	1	1	3	3	1											
7	2	2	2	3	2	2	2	3	2	2	1	2	2	1	1	2	2	3	2	2	40	2	2	2	2	3	1	3	2	1	2	2	1											
8	2	1	1	3	3	2	3	2	1	2	1	2	2	1	2	1	2	2	3	3	39	3	2	2	2	1	2	3	2	1	3	2	1											
9	3	3	1	3	1	3	1	3	3	3	2	2	2	1	1	1	1	1	3	3	41	3	3	3	3	2	2	2	2	2	0	1	2											
10	2	1	2	3	2	3	1	2	3	2	1	1	3	1	2	1	1	3	3	3	40	3	2	1	1	2	3	1	1	1	3	2	1											
11	1	1	1	3	2	3	1	2	3	2	1	1	3	1	3	2	1	1	3	3	40	3	1	1	1	1	3	3	1	1	3	2	1											
12	1	1	1	3	3	3	1	1	3	1	1	1	3	1	3	1	1	3	3	3	38	2	3	2	1	1	2	2	1	1	3	3	1											
13	2	1	2	2	3	2	2	3	2	2	1	2	3	2	1	2	2	3	2	2	41	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2											
14	2	2	1	3	2	3	1	2	3	2	1	1	3	2	2	2	1	3	2	3	41	3	2	1	1	2	3	3	1	1	3	3	1											
15	1	1	1	1	3	3	2	1	3	1	1	1	3	1	2	1	2	3	1	1	33	3	2	1	1	1	3	3	1	1	3	2	1											
16	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	40	2	2	1	1	2	2	3	2	1	3	2	1											
17	1	1	2	3	3	2	2	2	3	1	1	2	2	1	2	1	2	3	3	3	40	3	1	1	1	3	3	3	1	1	3	3	1											
18	1	1	2	2	2	2	1	2	2	2	1	2	2	2	1	2	2	1	2	34	3	2	2	1	1	2	3	1	1	3	3	1												
19	2	3	2	2	2	2	2	3	2	2	1	2	2	1	1	2	2	3	2	2	40	2	2	2	2	2	1	3	2	1	3	2	2											
20	1	1	1	3	2	3	2	2	3	1	1	1	0	1	3	2	0	3	2	3	35	3	1	1	1	1	2	3	1	1	3	2	1											
21	2	3	2	1	2	2	3	3	1	3	1	2	2	3	2	3	2	2	3	3	45	3	2	2	1	2	2	3	2	2	3	3	3											
22	1	1	1	3	3	3	1	2	3	1	1	1	3	1	3	1	1	3	3	3	39	3	1	1	1	1	2	3	1	1	3	3	1											

23	2	1	2	3	1	2	2	1	1	2	1	1	2	3	2	2	3	2	2	2	37	3	2	2	1	1	1	2	2	1	3	3	1	
24	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	1	2	2	1	2	2	2	2	3	3	39	3	1	2	2	2	3	3	1	1	3	2	1	
25	1	1	1	3	3	3	3	1	3	1	1	1	3	1	3	1	3	3	3	3	42	3	1	3	1	1	3	3	1	1	3	3	3	
26	1	1	1	3	3	3	1	1	3	1	1	1	3	1	3	1	1	0	3	3	35	3	1	1	1	1	3	3	1	1	3	1	1	
27	1	1	1	3	3	3	1	1	3	1	1	1	3	1	3	1	1	3	3	3	38	3	1	1	1	1	3	3	1	1	3	3	1	
28	1	1	2	2	2	2	1	3	2	2	1	2	2	2	3	1	2	2	3	2	38	3	2	0	1	1	2	3	1	1	3	3	1	
29	2	1	1	3	2	3	3	2	2	2	1	3	2	3	2	2	3	3	0	2	42	2	3	3	2	2	2	3	2	1	3	0	2	
30	1	1	2	3	3	3	2	2	2	1	1	2	2	1	2	1	2	3	3	3	40	3	2	2	3	2	3	3	0	2	3	3	2	
30																																		
31	2	1	2	3	3	3	2	3	2	2	1	2	3	1	2	2	3	3	2	2	44	3	2	2	2	2	2	3	2	2	3	3	1	
32	2	1	2	2	2	3	2	3	2	1	2	1	2	1	2	2	2	2	2	3	39	3	2	1	1	2	2	3	2	1	3	2	1	
33	2	1	1	2	2	1	2	1	2	1	1	3	2	1	3	3	2	3	3	3	39	3	2	1	1	2	2	3	1	1	3	2	1	
34	1	1	1	3	3	3	1	1	3	1	1	1	1	1	3	3	1	3	3	3	38	3	1	1	1	1	3	3	1	1	3	3	1	
35	1	1	1	0	3	3	2	1	3	1	1	1	3	1	3	1	1	3	3	3	36	3	1	1	1	1	3	3	1	1	3	3	1	
36	2	2	2	2	2	3	1	3	3	3	1	1	3	1	2	3	2	3	2	2	43	2	1	1	1	1	2	2	1	1	1	2	1	
37	2	1	2	2	2	3	1	2	3	1	1	2	3	1	3	1	1	3	3	3	40	3	2	1	1	1	2	3	1	1	3	2	1	
38	1	1	2	2	3	3	2	2	3	1	1	1	1	1	3	1	2	3	3	3	39	3	2	1	1	1	3	3	2	1	3	2	1	
39	2	1	2	2	2	3	1	3	1	1	1	2	2	1	2	1	1	3	3	3	37	3	2	1	2	1	2	1	2	2	1	2	1	
40	2	1	1	3	3	3	2	2	3	1	1	1	1	1	2	2	2	3	3	3	40	2	1	1	2	1	2	2	1	1	2	2	1	
41	1	1	1	3	3	3	1	2	3	1	1	1	3	1	3	1	1	3	3	3	39	3	3	1	1	3	3	3	1	1	3	3	1	
42	2	1	2	2	3	3	1	2	3	1	1	1	3	1	3	2	1	3	2	3	40	3	2	1	1	1	3	3	1	1	3	3	1	
43	1	1	1	3	3	3	1	3	3	1	1	1	1	1	3	1	1	3	3	3	38	3	1	1	1	1	1	3	1	1	3	1	1	
44	1	1	1	3	3	3	1	1	3	1	1	1	1	1	3	1	1	3	3	3	36	3	1	1	1	1	3	3	1	1	3	3	1	
45	1	1	-	-	1	3	1	2	3	-	1	1	3	2	2	1	1	3	3	3	32	3	1	1	1	1	2	2	1	1	3	3	1	
46	1	1	2	1	2	3	1	2	2	1	2	2	3	3	2	1	3	3	1	1	37	3	2	2	3	1	1	3	2	2	3	3	1	
47	2	1	2	2	3	3	2	2	3	2	2	2	3	1	2	1	2	2	3	3	43	2	2	2	3	2	2	2	2	2	3	2	2	
48	1	1	2	3	3	3	1	2	3	1	1	2	3	1	3	1	1	3	3	3	41	3	1	1	2	1	3	3	1	1	3	3	1	
49	1	1	2	2	2	-	2	2	3	1	1	1	2	1	2	2	2	3	3	3	36	3	1	1	3	1	3	3	2	1	3	2	1	
50	2	1	1	3	-	-	1	2	3	3	3	1	3	1	3	1	1	3	3	3	38	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	
51	2	3	1	2	2	2	3	3	2	2	2	2	2	2	2	1	3	-	2	2	40	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	
52	1	1	1	3	3	3	1	1	3	1	1	1	-	1	3	1	1	3	3	3	35	-	1	1	1	1	3	3	1	1	3	2	1	
53	2	-	2	2	2	3	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	37	2	-	2	2	2	3	2	2	2	2	2	3	
54	2	1	1	3	2	3	2	2	3	2	1	1	3	2	1	2	2	3	2	2	40	3	2	2	2	2	2	2	2	1	2	3	1	
55	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	1	2	2	2	1	2	2	3	3	3	42	3	2	1	2	2	2	3	1	1	3	2	1	
56	1	1	2	-	2	2	2	2	2	2	1	2	-	3	2	2	2	1	2	2	33	3	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	

57	2	1	1	3	3	3	1	2	3	1	1	1	3	1	3	1	2	3	3	3	41	3	2	1	2	1	2	3	1	1	3	3	1
58	2	2	3	2	2	2	3	3	2	3	1	2	2	1	2	-	1	3	3	2	41	3	2	2	1	2	2	3	1	1	3	3	3
59	2	2	2	3	2	3	2	2	3	1	1	1	3	1	2	1	2	3	2	2	40	2	1	1	1	1	2	3	1	1	3	1	1
60	3	3	3	1	1	1	3	2	1	3	3	3	1	3	1	1	3	1	1	2	40	1	3	3	3	3	1	1	3	3	2	3	3

ESTRÉS PERCIBIDO

SUJETO	CONTROL DE ESTRES							Sub total	E. E						Sub total	Total
	4	5	6	7	9	10	13		1	2	3	8	11	12		
1	1	1	1	1	2	2	1	9	2	1	3	2	2	2	12	21
2	3	3	3	1	3	3	3	19	2	2	1	1	1	1	8	27
3	1	1	1	1	0	1	2	7	2	3	2	3	2	3	15	22
4	0	3	1	1	0	1	4	10	2	0	1	1	1	1	6	16
5	0	0	0	0	0	0	4	4	0	0	0	0	0	4	4	8
6	0	0	0	0	0	1	4	5	1	1	1	1	1	3	7	12
7	0	1	0	0	0	0	1	2	1	0	0	1	1	3	6	8
8	0	0	0	1	0	0	3	4	1	1	1	1	1	4	9	13
9	0	1	0	0	1	1	3	6	4	2	3	2	1	3	15	21
10	0	0	0	0	0	0	4	4	1	0	0	1	1	4	7	11
11	2	1	1	1	1	2	1	9	2	2	2	2	3	3	14	23
12	1	1	0	1	0	2	3	8	1	0	0	1	2	3	7	15
13	3	3	2	2	2	2	2	16	1	1	1	2	2	2	9	25
14	0	3	4	0	4	1	1	13	1	0	2	1	0	3	7	20
15	0	0	0	0	0	1	4	5	1	1	1	2	0	4	9	14
16	1	1	1	1	1	2	3	10	1	1	2	1	1	3	9	19
17	1	1	1	1	1	2	3	10	2	1	2	2	2	2	11	21
18	0	0	0	1	0	0	1	2	1	0	0	3	3	3	10	12
19	1	1	1	1	1	1	2	8	2	1	1	3	3	3	13	21
20	0	2	0	0	0	0	4	6	0	0	0	0	0	3	3	9
21	0	0	0	3	0	0	4	7	0	0	0	0	0	3	3	10
22	0	0	0	1	1	1	4	7	0	0	1	1	0	3	5	12
23	2	1	2	3	0	2	2	12	1	0	1	0	1	2	5	17
24	1	1	1	0	1	0	3	7	2	1	2	1	3	4	13	20
25	1	1	2	2	1	2	2	11	2	1	2	2	2	3	12	23
26	0	0	0	0	0	0	3	3	0	0	0	2	2	4	8	11
27	1	1	1	1	1	2	3	10	1	1	2	1	1	3	9	19

28	4	4	4	4	4	4	3	27	1	0	1	1	1	0	4	31
29	1	1	1	1	1	1	4	10	0	0	0	2	0	3	5	15
30	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	4	0	0	0	4	4
31	2	2	1	1	2	2	2	12	2	1	3	2	2	3	13	25
32	1	1	1	2	1	1	3	10	1	1	1	3	3	3	12	22
33	4	3	0	0	0	0	4	11	0	0	0	4	0	4	8	19
34	1	1	1	1	1	1	4	10	0	0	0	3	0	3	6	16
35	4	4	4	0	0	0	4	16	0	0	0	0	0	4	4	20
36	1	1	1	1	3	3	3	13	1	1	2	1	1	1	7	20
37	1	1	1	1	0	1	3	8	1	0	1	1	1	3	7	15
38	0	0	0	0	4	0	4	8	0	0	0	0	0	4	4	12
39	3	2	3	3	3	3	3	20	2	2	2	1	1	1	9	29
40	0	0	0	0	0	0	3	3	0	0	0	2	2	4	8	11
41	0	0	0	0	0	0	4	4	0	0	0	4	0	4	8	12
42	0	0	0	0	0	0	4	4	0	0	0	0	0	4	4	8
43	3	3	4	3	4	3	3	23	0	0	0	1	1	1	3	26
44	4	4	2	2	0	2	4	18	0	0	0	0	0	3	3	21
45	0	1	0	0	2	0	4	7	0	0	0	1	0	4	5	12
46	1	2	1	2	2	1	2	11	0	2	1	1	0	0	4	15
47	3	3	3	3	2	3	3	20	2	2	2	2	1	1	10	30
48	0	0	0	0	0	0	4	4	0	0	0	0	0	4	4	8
49	0	0	0	1	0	0	4	5	0	0	1	2	0	1	4	9
50	0	0	1	0	0	0	0	1	1	0	0	4	4	4	13	14
51	2	2	2	2	2	2	2	14	2	2	2	2	2	2	12	26
52	1	1	1	2	1	4	4	14	0	0	0	0	0	3	3	17
53	2	2	2	2	2	2	2	14	2	2	2	2	2	2	12	26
54	1	1	0	0	0	0	4	6	0	0	0	0	0	4	4	10
55	1	3	1	-	1	1	3	10	1	1	-	1	1	3	7	17
56	2	2	2	2	2	3	3	16	2	1	2	2	1	1	9	25
57	3	3	1	1	3	1	3	15	1	1	1	1	-	3	7	22
58	0	1	0	1	0	1	2	5	0	0	2	2	2	3	9	14
59	1	1	1	1	1	2	3	10	1	0	1	1	1	3	7	17
60	2	3	4	3	3	4	0	19	4	4	4	2	4	1	19	38

Anexo 5 Informe Turnitín

ANSIEDAD Y ESTRÉS EN EFECTIVOS POLICIALES DURANTE LA EMERGENCIA SANITARIA COVID19, CUZCO 2020

INFORME DE ORIGINALIDAD

12%	12%	2%	6%
INDICE DE SIMILITUD	FUENTES DE INTERNET	PUBLICACIONES	TRABAJOS DEL ESTUDIANTE

FUENTES PRIMARIAS

1	repositorio.ucv.edu.pe Fuente de Internet	3%
2	aprenderly.com Fuente de Internet	1%
3	repositorioacademico.upc.edu.pe Fuente de Internet	1%
4	www.scielo.org.pe Fuente de Internet	1%
5	Submitted to Universidad Alas Peruanas Trabajo del estudiante	1%
6	repositorio.ucp.edu.pe Fuente de Internet	1%
7	repositorio.uss.edu.pe Fuente de Internet	1%
8	tesis.pucp.edu.pe Fuente de Internet	1%

Excluir citas	Apagado	Excluir coincidencias	< 1%
Excluir bibliografía	Activo		