



UNIVERSIDAD ANDINA DEL CUSCO
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
ESCUELA PROFESIONAL DE PSICOLOGÍA



**Estrategias de afrontamiento al estrés durante la pandemia
Covid-19 en participantes del Centro Integral del Adulto Mayor
del distrito San Jerónimo, Cusco - 2021.**

Tesis presentada por:

Bach. Pro Quispe, Christian Alexander

(ORCID: 0000-0002-9575-9786)

Título a optar: Psicólogo

Asesor:

Mtra. Dina Lizbeth Aparicio Jurado

(ORCID: 0000-0002-1121-5408)

Cusco – Perú

2022



Resumen

Las estrategias de afrontamiento al estrés cobran relevancia durante periodos de crisis entre poblaciones vulnerables como los adultos mayores. La presente investigación tuvo como objetivo describir los niveles de estrategias de afrontamiento al estrés durante la pandemia Covid-19, en participantes del Centro Integral del Adulto Mayor del distrito San Jerónimo, Cusco – 2021. En cuanto a la metodología planeada, fue de enfoque cuantitativo, de alcance descriptivo, y se utilizó un diseño no experimental de tipo transversal. La técnica de obtención de información utilizada fue la encuesta, mediante la cual se evaluó a 144 personas como muestra probabilística simple de un total de 229 adultos mayores. Como instrumentos de evaluación se utilizó el Inventario de Estrategias de Afrontamiento (CSI). Los resultados evidencian que la gran mayoría de adultos mayores muestran niveles de estrategias de afrontamiento al estrés en un nivel medio (91.7%), al igual que en las demás dimensiones, lo que indica que no existen respuestas ante las exigencias de la realidad. Se sugiere implementar talleres para desarrollar mejor adaptación y toma de decisiones frente a los problemas percibidos por la población.

Palabras clave: Adulto mayor, estrategias de afrontamiento, estrés.



Abstract

Stress coping strategies become relevant during periods of crisis among vulnerable populations such as the elderly. The objective of this research was to describe the levels of stress coping strategies during the Covid-19 pandemic, in participants of the Comprehensive Center for the Elderly of the San Jerónimo district, Cusco - 2021. Regarding the planned methodology, it was a quantitative approach , with a descriptive scope, and a non-experimental cross-sectional design was used. The technique of obtaining information used was the survey, through which 144 people were evaluated as a simple probabilistic sample of a total of 229 older adults. As evaluation instruments, the Coping Strategies Inventory (CSI) was used. The results show that the vast majority of older adults show levels of stress coping strategies at a medium level (91.7%), as in the other dimensions, which indicates that there are no responses to the demands of reality. It is suggested to implement workshops to develop better adaptation and decision making in the face of problems perceived by the population.

Keywords: Older adults, coping strategies, stress.