



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



Estrategias de afrontamiento al estrés y resiliencia en agentes PNP de la unidad de tránsito y seguridad vial, durante la cuarentena por la pandemia COVID-19, Cusco-2020

Tesis, presentada por:

Bach. Lizeth Cabrera Quispe

Bach. Ima Sumaq Yabar Quispe

Para optar el título profesional de Psicóloga

Asesor: Dr. Gareth Del Castillo Estrada

Orcid: 0000-0001-8108-3802

Cusco - Perú

2023



Tesis 4

by Lizeth E Ima Sumaq Cabrera Y Yabar

Submission date: 11-May-2023 05:08PM (UTC-0500)

Submission ID: 2090771637

File name: Tesis_Cabrera_y_Yabar.pdf (1.55M)

Word count: 19224

Character count: 110769



ORIGINALITY REPORT

25%

SIMILARITY INDEX

23%

INTERNET SOURCES

11%

PUBLICATIONS

11%

STUDENT PAPERS

PRIMARY SOURCES

1	docplayer.es Internet Source	1%
2	repositorio.upeu.edu.pe Internet Source	1%
3	repositorio.urp.edu.pe Internet Source	<1%
4	elcomercio.pe Internet Source	<1%
5	es.scribd.com Internet Source	<1%
6	repositorio.autonoma.edu.pe Internet Source	<1%
7	cdn.www.gob.pe Internet Source	<1%
8	repositorio.uandina.edu.pe Internet Source	<1%
9	repositorio.upt.edu.pe Internet Source	<1%

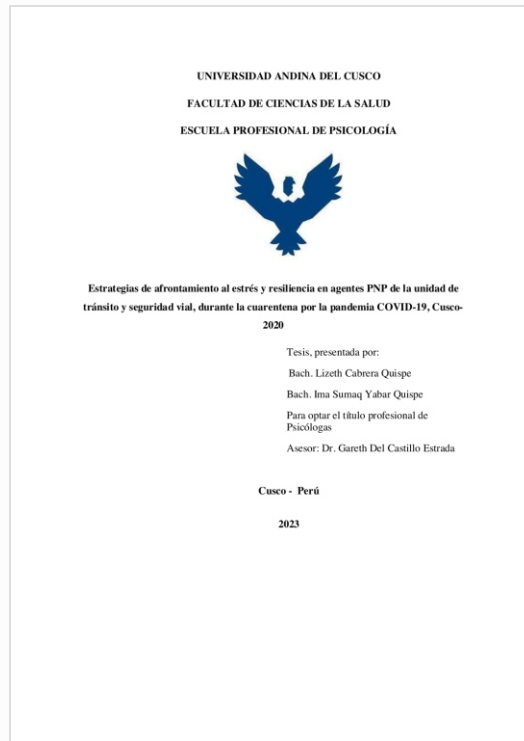


Digital Receipt

This receipt acknowledges that Turnitin received your paper. Below you will find the receipt information regarding your submission.

The first page of your submissions is displayed below.

Submission author: Lizeth E Ima Sumaq Cabrera Y Yabar
Assignment title: Revisiones
Submission title: Tesis 4
File name: Tesis_Cabrera_y_Yabar.pdf
File size: 1.55M
Page count: 92
Word count: 19,224
Character count: 110,769
Submission date: 11-May-2023 05:08PM (UTC-0500)
Submission ID: 2090771637





AGRADECIMIENTO

A Dios, quien guía mi camino.

A todos los docentes que me acompañaron en este camino, en especial a mi docente y asesor el Dr. Gareth del Castillo Estrada, quien me orientó y respaldo en la investigación.

A los docentes que me ayudaron en mi formación y consolidación ética para ser buena profesional: Martha Gonzales, Dina Aparicio, Gildo Vila, Luis Fernando Gamio. Roberto Mejía, Juan Durand, Edgar Pacheco, Katherine Calderón, María del Carmen Boisseranc.

A mi familia, a los catorce integrantes, quienes me impulsaron y acompañaron en este proceso, en especial a mi madre, quien estuvo siempre pendiente de mi realización profesional, a mi hijo Leonardo Joaquín quien es mi motivación día a día.

Lizeth Cabrera Quispe



AGRADECIMIENTO

A Dios y a la virgen María por concederme vida y salud.

De manera especial con mucha admiración y respeto a mi docente y asesor el Dr. Gareth del Castillo Estrada quien guio mi formación y la investigación.

Con mucho afecto y gratitud a mis docentes que acompañaron y guiaron mi formación profesional, Dina Aparicio, Martha González, Luis Fernando Gamio, Katherine Calderón, Gildo Vila, Roberto Mejía, Angelit Morveli y Juan Durand, a quienes siempre llevare presente con gran aprecio.

A mi mami y a mi papi quienes son pilar y soporte fundamental en mi vida, quienes me dieron la fuerza necesaria para poder realizarme.

A mí querida familia, Yuyu, Liche, Lalo, Lilita, Alberthin, Isaito, Mateo, Joaquín, Frank, Henry, Anita y Jorge quienes siempre han estado presentes apoyándome alentando y guiando mis pasos en este camino.

Ima Sumaq Yabar Quispe



DEDICATORIA

De manera especial a mi madre Ana María, quien me dio la vida y me ayudo a hacer realidad una de mis primeras metas.

A Leonardo Joaquín, mi hijo, quien me va enseñando esta bonita etapa de ser mamá, que comparte conmigo, su sonrisa, travesuras y ocurrencias. Soy dichosa y siempre estaré orgullosa de ser su mamá.

A mis familiares: Germán, Yuyu, Lalo, Chana, Alberthin, Lilita, Isaito, Mateo, Anita, Henry, Jorge y Frank, quienes con su esencia van aportando en mi vida, transmitiéndome alegrías y enseñanzas en unión familiar.

Lizeth Cabrera Quispe



DEDICATORIA

A mi mamita Ana María Quispe Leiva, quien desde siempre me dio todo, pues nunca se rindió conmigo. Es y será mi motivo más grande para salir adelante.

A mi papi Germán Yábar Sánchez, por ser mi ejemplo para el estudio, por esas lecciones que me dio y jamás olvidare, es el motivo más grande para salir adelante.

Ima Sumaq Yabar Quispe



ÍNDICE

INTRODUCCIÓN

1.1	Planteamiento del problema	1
1.2	Formulación del Problema	8
1.2.1	Problema General	8
1.2.2	Problemas específicos	9
1.3	Justificación.....	10
1.3.1	Conveniencia	10
1.3.2	Relevancia social	10
1.3.3	Implicancias prácticas.....	10
1.3.4	Valor teórico.....	11
1.3.5	Utilidad Metodológica.....	11
1.4	Objetivos de investigación	11
1.4.1	Objetivo general.....	11
1.4.2	Objetivos específicos.....	12
1.5	Delimitación de estudio	13
1.5.1	Delimitación espacial	13
1.5.2	Delimitación temporal.....	13
1.6	Aspectos éticos	13
1.7	Viabilidad	13

MARCO TEORICO

2.1	Antecedentes	14
2.1.1	Internacionales:.....	14
2.1.2	Nacionales.....	15
2.1.3	Antecedentes Locales.....	17
2.2	Bases Teóricas	18
2.2.1	Estrés y afrontamiento	18
2.2.2	Afrontamiento.....	19
2.2.3	Modelo transaccional de Estrés y Afrontamiento de Lazarus & Folkman	21
2.2.4	Teoría de Afrontamiento de Erika Frydemberg	22
2.2.5	Estrategias de afrontamiento	23
2.2.6	Resiliencia	25



2.2.7	Pandemia del coronavirus (Covid-19).....	30
2.3	Hipótesis	32
2.3.1	Hipótesis General	32
2.4	Variables	32
2.4.1	Identificación de variables.....	32
2.4.2	Operacionalización de variables.....	32
2.5	Definición de Términos Básicos.....	35

MÉTODO

3.1	Enfoque de Investigación	36
3.2	Alcance del estudio	36
3.3	Diseño de investigación	36
3.4	Población del estudio.....	37
3.5	Muestra.....	40
3.6	Criterios de inclusión y exclusión	42
3.7	Técnicas e Instrumentos de recolección de datos.....	42
3.7.1	Técnicas.....	42
3.7.2	Instrumentos.....	43
3.7.3	Técnicas de Procesamiento de datos:	47

RESULTADOS DE LA INVESTIGACIÓN

4.1	Resultado respecto a los objetivos específicos	48
4.2	Resultados respecto al objetivo general	57

DISCUSION

5.1	Descripción de los hallazgos más relevantes y significativos.....	59
5.2	Limitaciones del estudio	61
5.3	Comparación crítica con la literatura existente	62
5.4	Implicaciones del estudio.....	65



ÍNDICE DE TABLAS

Tabla 1 Distribución poblacional según sexo	40
Tabla 2 Distribución poblacional según modalidad laboral.....	40
Tabla 3 Distribución de la muestra de estudio según sexo	42
Tabla 4 Distribución de la muestra según modalidad laboral	43
Tabla 5 Estrategias de afrontamiento al estrés	51
Tabla 6 Estrategias de afrontamiento al estrés predominante	52
Tabla 7 Nivel de resiliencia	52
Tabla 8 Estrategias de afrontamientos predominantes según modalidad laboral..	53
Tabla 9 Nivel de resiliencia según modalidad laboral	54
Tabla 10 Estrategias de afrontamiento predominante según sexo.....	55
Tabla 11 Nivel de resiliencia según sexo	56
Tabla 12 Estrategias de afrontamiento al estrés según edad	57
Tabla 13 Nivel de resiliencia según edad	58
Tabla 14 Relación resiliencia y afrontamiento al estrés	59



ÍNDICE DE FIGURAS

Figura 1 Distribución poblacional según sexo.....	40
Figura 2 Distribución poblacional según modalidad laboral	41
Figura 3 Muestra probabilística según sexo	43
Figura 4 Muestra probabilística según modalidad laboral	44



RESUMEN

La investigación tiene como finalidad identificar la relación entre las estrategias de afrontamiento al estrés predominantes y el nivel de resiliencia en agentes PNP de la Unidad de tránsito y seguridad vial, durante la cuarentena por la pandemia Covid-19. El alcance de investigación empleado fue descriptivo correlacional de tipo no experimental, de corte transversal. Los instrumentos de recolección de datos fueron el cuestionario COPE planteado por Caver, Scheyer, Weintraub (1989), adaptado por Casuso (1996) y la escala de resiliencia de Wagnild, G. Young, H. (1993), adaptado por Novella (2002). Los resultados afirman la relación entre las estrategias de afrontamiento al estrés predominantes y el nivel de resiliencia en la muestra de estudio, además se identificó que la estrategia más utilizada es la planificación de actividades y una mayor capacidad de resiliencia.

Palabras claves: estrategias de afrontamiento al estrés, resiliencia, pandemia, covid-19.



ABSTRACT

The purpose of the research is to determine the relationship between the predominant stress coping strategies and the level of resilience in PNP agents of the traffic and road safety unit, during the quarantine due to the Covid-19 pandemic. The research design used is the non-experimental correlational descriptive, cross-sectional. The data collection instrument was the COPE questionnaire proposed by Caver, Scheyer, Weintraub (1989) adapted by Casuso (1996) and the resilience scale of Wagnild, G. Young, H. (1993) adapted by Novella (2002). The results affirm the relationship between the predominant coping strategies to stress and the level of resilience in the studied sample, it was also highlighted that the most used strategy is the planning of activities in addition and greater resilience capacity.

Keywords: coping strategies to stress, resilience, pandemic, covid-19.



CAPITULO I

INTRODUCCIÓN

Planteamiento del problema

Hasta el año de 1988 existieron tres instituciones policiales diferentes, por un lado, la Guardia Republicana, creada durante el oncenio de Augusto Leguía, en 1919, teniendo como funciones la vigilancia y control de las fronteras nacionales, seguridad de los establecimientos penales y los servicios públicos esenciales del país. Mediante la ley 8072 el congreso constituyente en su art. 1 determina que las tropas de la Guardia Republicana tenían como misión salvaguardar el orden frente a los grupos tumultuosos. La Guardia Civil del Perú fue creada en 1922, también en el gobierno de Leguía, teniendo como funciones el resguardo del orden público y cuidado de la ciudadanía. Posteriormente se crea la Policía de Investigaciones del Perú (PIP), con la función principal de investigar los delitos y servicios de extranjería. Estas instituciones, a pesar de las controversias entre ellas permanecieron vigentes hasta 1988. Entonces, ante la urgente necesidad de erradicar la carga burocrática que tenía el país y las constantes discrepancias y pugnas entre instituciones, se hizo posible su integración, dando lugar a la Policía Nacional del Perú, a través de la Ley 24949, del 06 de diciembre de 1988, durante el primer gobierno de Alan García Pérez (Yabar, 2016).

La presencia de la Policía Nacional del Perú (PNP), en el contexto social peruano, está prevista en el Art. 166, de la carta magna del estado, mientras sus funciones y atribuciones están señalados en la Ley de la Policía Nacional, aprobada por Decreto Legislativo 1848, del 10 de diciembre del 2012. Dentro de las atribuciones de la Policía Nacional del Perú está el trabajo a favor de la comunidad, brindando protección y asistencia de manera individual y



colectiva, además de garantizar la seguridad y el libre ejercicio de los derechos humanos básicos, encontrándose dentro de su labor más destacada el orden interno, conteniendo delitos y faltas, e investigarlos por el bien de la sociedad (Yábar, 2016).

La PNP es una institución dependiente del Ministerio del Interior, organizada y jerarquizada, cuya tarea es conservar el orden, la paz y la tranquilidad pública, contando para ello con diversas dependencias en todo el territorio nacional (Ley Orgánica de la Policía Nacional del Perú, 2002). La permanencia en los centros de formación para la PNP tiene un periodo de 05 años para los Oficiales y 03 años para los Suboficiales, como parte de los principios doctrinarios. Debe considerarse paralelamente su corte vertical en la estructura institucional, que evidencia particularidades únicas.

La Policía Nacional del Perú, en el cumplimiento de sus funciones, actualmente está afrontando importantes riesgos, al caracterizarse su población por actuar en primera línea frente a la pandemia denominada (COVID-19), estando su labor encaminada a la adopción de algunos protocolos de BIO-SEGURIDAD, tales como el distanciamiento social, el toque de queda, la cuarentena, las aglomeraciones o reuniones tumultuosas; con la finalidad de evitar la proliferación y/o contagio entre los pobladores y de esta manera proteger la vida humana.

El país se encontraba en estado de emergencia sanitaria y cuarentena, durante el cual se restringieron ciertos derechos constitucionales, como el de libre tránsito por todo el territorio nacional, el derecho a la inviolabilidad de domicilio, derecho de reunión, ingreso o salida del territorio patrio, derecho a la libertad y seguridad personal. El poder ejecutivo dio dichas restricciones para cumplir con medidas de seguridad nacional en lo concerniente a la pandemia (COVID-19), El 11 de marzo el mandatario Martín Vizcarra pronunció la declaratoria de estado de emergencia sanitaria en todo el territorio peruano, por un periodo de noventa días naturales por presencia del COVID-19 en el Perú, todo esto plasmado en el DS N° 008-2020-SA en su



artículo primero (Diario el Peruano, 2020). El presidente considero el comunicado de la organización mundial de la salud, para denominar pandemia mundial al brote del coronavirus (covid-19) ya que se propago en simultáneo en más de 100 países siendo una amenaza la rápida expansión de esta. (Diario el Peruano, 2020). Además que como antecedente ya se había confirmado el caso cero de infección por coronavirus (covid-19) ocurrió el 6 de marzo del año 2020 en un paciente masculino de 25 años, con precedente de viaje a Francia, España y República Checa.

La presidencia del consejo de ministros crea una comisión multisectorial dedicada a la investigación con un alto nivel de coordinación para prevenir, proteger y controlar el coronavirus. (Diario el peruano, 2020). Este grupo es presidido por el PCM, la ministra de salud, el ministro del interior y el ministro de defensa, teniendo el segundo a su mando las fuerzas armadas del Perú, integrándolo entre ellos la Policía Nacional del Perú que desde ese momento intensifica su labor en el cumplimiento de la ley y búsqueda del orden, así como de la seguridad de toda la república. Por último la representante de la asamblea nacional de gobiernos regionales. El ministro de comercio exterior y turismo, el ministro de transportes y comunicaciones, ministra de hacienda y economía, el ministro de educación, la presidenta ejecutiva del seguro social de salud, la superintendente nacional de migraciones, el jefe nacional de defensa civil.

El 15 de marzo del año 2020 el ex presidente de la república peruana Martin Alberto Vizcarra Cornejo dictó un decreto supremo 044-2020 PCM para disminuir la probabilidad del incremento en el número de ciudadanos afectados por el COVID-19, que declara el estado de emergencia nacional como consecuencia de la gravedad de hechos que están afectando negativamente la calidad de vida de la nación, como consecuencia del surgimiento del brote de coronavirus (Diario el peruano, 2020), en el cual declara la emergencia nacional por un término de quince días calendario y establecer el aislamiento social de carácter obligatorio.



El mismo DS, en el artículo diez referido a la intervención de la Policía Nacional del Perú y las fuerzas armadas, indica que deberá verificarse el cumplimiento estricto de las normas que permitan la inspección e intervención de ciudadanos, vehículos, locales, bienes y negocios, así como el control y prevención de servicios y/o actividades ilegales. (Diario el Peruano, 2020). De este modo controlar y limitar la libre circulación de personas a nivel nacional y en distintos medios de transporte, por ejemplo: autos personales, transporte urbano y transporte acuáticos, etc. (Diario el peruano, 2020). El DS 044-2020 PCM, del ministerio del interior, dicta disposiciones para encomendar esta ardua labor a la Policía Nacional del Perú y las fuerzas armadas con resolución ministerial N° 304-2020-IN, para la correcta aplicación de las medidas de distanciamiento social obligatorio, dentro de las labores encomendadas a la PNP se encuentran realizar las verificaciones e intervenciones a todas las personas que realicen actividades no permitidas, así como incautación de bienes, vehículos, locales y establecimientos.

En el Perú, la Policía Nacional, en vinculación con otras dependencias, tienen la función de hacer cumplir las normas, directivas y decretos que dicta la autoridad gubernamental, en salvaguarda de la salud y bienestar público, en ese entender son ellos quienes tuvieron un complejo y arduo trabajo en el cumplimiento de su misión, para hacer frente a la situación delicada y crítica del momento. Para que los agentes policiales puedan responder de manera satisfactoria a esa delicada labor u otras que se puedan presentar, es fundamental contar con estrategias de afrontamiento que ayuden a manejar esas demandas externas o internas, y salir de manera airosa de ellas.

El afrontamiento es conceptualizado por Lazarus y Folkman como esfuerzos cognitivos y comportamentales en constante cambio, diseñados para la mejora de las necesidades internas o externas, que se perciben como excesivas o agotadoras de los recursos humanos” (Del Mar, 2004), siendo su estrategia planteada el afrontamiento orientado a la acción, que engloba toda



actividad o manipulación orientada a modificar o alterar el problema. Si el afrontamiento de una situación estresante es infructuoso, sería perjudicial para el bienestar psicológico, el funcionamiento social y la salud física (Lazarus, 1984; citado por Ortega y Salanova, 2016).

Para Lazarus y Folkman, las estrategias de afrontamiento son recursos o herramientas que los individuos desarrollan a necesidades externas o internas específicas. Estos recursos son positivos, permitiéndoles cubrir adecuadamente sus necesidades o negativos y ser perjudiciales para su salud biopsicosocial (Lazarus y Folkman, 1984, citado por Pérez & Rodríguez, 2011). Basado en esta definición Moran (2005), refiere que en las estrategias existen diferentes formas de utilizar los recursos disponibles para hacer frente a las exigencias del estrés.

Las conductas de afrontamiento deben de caracterizarse por la capacidad para enfrentar el problema directamente, así como poder realizar actividades que nos permitan reducir la respuesta emocional y la angustia personal (Flores & Grane, 2008). Entonces para ser una persona resiliente es necesario contar con la capacidad de afrontamiento, se comprende que el afrontamiento y la resiliencia son parte de las aptitudes de la persona, estas mismas la protegen y le permiten realizar actividades que requiere para su supervivencia.

El termino resiliencia se conceptualiza como la capacidad personal para lidiar con el dolor y hacer frente a todas las experiencias mortificantes, graves o traumáticas, siendo un aspecto importante de la respuesta de una persona a situaciones críticas. (Willches, 2010, citado por Hewitt, Juárez, Parada, Guerrero, Romero, Salgado & Vargas, 2016).

Como refiere Luthar, Cicchetti, & Becker, en 2000, la resiliencia se define como un proceso dinámico que implica una adaptación activa en el marco de una mayor adversidad, otros autores como Manciaux, Vanistendael, Lecomte & Cyrulnik (2001), la definen como la capacidad individual o grupal, para continuar proyectándose hacia el futuro a eventos desestabilizadores, circunstancia de vida difíciles y traumas severos.



La PNP fue una de las instituciones más expuestas para contagiarse del coronavirus, su principal labor de hacer cumplir la ley implicó una mayor interacción con los ciudadanos, el ministerio del interior mediante su equipo de trabajo PNP. ETRSP PNP COVID-19 en su botellín diario (2020) emitieron un informe en el cual dieron a conocer que los agentes policiales fallecidos llegaban a sumar la cifra de 573, por el virus y 42 669 casos fueron reportados como positivos, es decir un elevado porcentaje de la población policial a nivel nacional, para los pocos meses de pandemia que habían transcurrido, situación que quiebra la capacidad operativa de los efectivos. En consecuencia, podemos referir que las tareas policiales dentro del contexto Covid demanda muchas habilidades personales, las cuales resaltan la actitud resiliente y el manejo constante del estrés debido a la situación de vulnerabilidad que generó la presencia del COVID_19. Cabe resaltar que frente a toda crisis o situación problemática que se presenta en cualquier etapa de la vida, es que el ser humano tiene la capacidad de poder enfrentar las diversas crisis que se le presentan y salir airoso de ella, basado en la autoconfianza y su autonomía (Marquina, 2017). Esta es la capacidad del ser humano conocida como resiliencia que se caracteriza por la constancia que tiene el mismo para enfrentar situaciones adversas, esta misma capacidad hace que el individuo desarrolle una habilidad exitosa para afrontar el estrés. (Becoña, 2006). Frente a nuevas situaciones que van apareciendo con cambios diversos, las personas resilientes necesitan adaptarse, buscando un equilibrio entre el organismo y el espacio donde interactúa, causando distintos niveles de estrés entre ellos (Águila, Et al, 2015). En el caso de la PNP este proceso de adaptación es de manera constante, debido a los diferentes cambios dentro de la institución como cambios de horario, rotación de puesto, destacamentos, etc. generados por la coyuntura, condiciones que afectan en su desenvolvimiento adecuado generando así situaciones estresantes, además del sentimiento del miedo al contagio y la muerte por el virus del covid.



Habiendo realizado algunas entrevistas no estructuradas a miembros de la unidad de tránsito y seguridad vial de la Policía Nacional del Perú-Cusco, se ha podido identificar que existe cierta dificultad para enfrentar situaciones difíciles que surgen repentinamente en la labor diaria y planificada, para lo cual están formados. El Sub Oficial E.M.S. refiere que “cada uno de nosotros tenemos que buscar los caminos necesarios para enfrentar situaciones imprevistas, a veces circunstancialmente el hombre toma las acciones, nosotros los policías nos vemos obligados a tomar nuestras propias decisiones, a mí particularmente esta pandemia me parecía un sueño atravesar esta situación, sentí un temor grande por mi vida y la de mi familia, a lo único que recurría en esos momentos era a Dios, poniendo toda mi fe, antes de salir a hacer mi servicio. Me di cuenta de que somos vulnerables a cualquier situación que atente contra la vida humana, sin embargo, en el cumplimiento de mis deberes como policía tenía que arriesgarme y arriesgar la vida de mi familia y cada día esto se hacía más grave, me di cuenta de que no estamos formados para fuerte emocionalmente como estas”.

En el margen de los analizado podemos referir que muchos de los agentes de la PNP presentan síntomas vinculados con el estrés, como la sobrecarga laboral y la imposibilidad de atender nuevas tareas, así mismo falta conocimiento sobre las estrategias de afrontamiento que ellos dominan o pueden desarrollar, esto se ve reflejado en la no identificación de la situación estresante como tal o lo que implica en su labor, pudiendo deberse a su formación cuasi castrense y doctrinaria, en la cual se les especifica las acciones que ellos deben efectuar frente a situaciones de su labor diaria, como la intervención de vehículos, la aplicación de papeletas, etc. Todo este procedimiento formativo no les da la posibilidad de conocer, aprender e identificar sus estrategias de afrontamiento al estrés y mejorar las respuestas a dichas situaciones. Sucedería lo contrario si ellos pudieran identificar situaciones de estrés y reconocer sus estrategias de afrontamiento, lo cual les permitiría resolver estas situación de una manera diferente y adecuada para llegar a ser más resilientes. De esta misma forma permitirá enfrentar



de mejor manera a diversas situaciones desconocidas e inesperadas, como sucedió en la cuarentena por la pandemia covid-19. En este contexto se observó mediante las entrevistas realizadas, que utilizan diferentes acciones como el uso de doble mascarilla por el miedo al contagio, el cambio de ropa al llegar a casa evitando contagiar a su familia, ellos relatan la incomodidad que sienten durante la intervención que realizan a los ciudadanos, al no dejarlos transitar para ir a trabajar, al ir a realizar diversas compras, desplazarse a diferentes lugares como hospitales e indican que eso les lleva a una frustración personal, de la misma manera toman mucho en cuenta los protocolos de seguridad para evitar contagiarse así mismo en la realización de sus labores diarias, finalmente relatan que el persignarse y encomendarse a Dios es importante antes del cumplimiento de su labor y al término de esta.

En esta investigación se identificaron las estrategias de afrontamiento y el nivel de resiliencia que utilizan los agentes de tránsito de la Policía Nacional del Perú, sede Cusco, en la situación que atravesó no solo el país, sino el mundo entero, ya que son ellos los agentes en primera línea quienes se ocupan de hacer respetar las disposiciones del Estado, para la no proliferación del nuevo coronavirus, siendo ellos una de las poblaciones en alto riesgo de contagio y por ende enfermedad por covid-19.

Formulación del Problema

Problema General

¿Cuál es la relación entre las estrategias de afrontamiento al estrés y el nivel de resiliencia en agentes PNP de la Unidad de Transito y Seguridad Vial, durante la cuarentena por la pandemia Covid-19, Cusco-2020?



Problemas específicos

- a) ¿Cómo se presentan las estrategias de afrontamiento al estrés en agentes PNP de la Unidad de Transito y Seguridad Vial, durante la cuarentena por la pandemia Covid-19, Cusco-2020?
- b) ¿Cuáles son los niveles de resiliencia en agentes PNP de la unidad de tránsito y seguridad vial, durante la cuarentena por la pandemia Covid-19, Cusco-2020?
- c) ¿Cómo se presentan las estrategias de afrontamiento al estrés predominante en agentes PNP de la Unidad de Transito y Seguridad Vial, durante la cuarentena por la pandemia Covid-19, según modalidad laboral, Cusco-2020?
- d) ¿Cuáles son los niveles de resiliencia, en agentes PNP de la Unidad de Transito y Seguridad Vial, durante la cuarentena por la pandemia Covid-19, según modalidad laboral? Cusco-2020?
- e) ¿Cómo se presentan las estrategias de afrontamiento al estrés en agentes PNP de la Unidad de Transito y Seguridad Vial, durante la cuarentena por la pandemia Covid-19, Cusco-2020, según sexo?
- f) ¿Existe diferencias entre los Niveles de Resiliencia, en Agentes PNP de la Unidad de Transito y Seguridad Vial, durante la Cuarentena por la Pandemia Covid-19, Cusco-2020, según sexo?
- g) ¿Cómo se presentan las estrategias de afrontamiento al estrés, en agentes PNP de la Unidad de Transito y Seguridad Vial, durante la cuarentena por la pandemia Covid-19, Cusco-2020, según edad?
- h) ¿Existe diferencias entre los niveles de resiliencia, en agentes PNP de la Unidad de Transito y Seguridad Vial, durante la cuarentena por la pandemia Covid-19, Cusco-2020, según edad?



Justificación

Conveniencia

Esta investigación se ejecuta con el objetivo de identificar la asociación existente entre las estrategias de afrontamiento y la resiliencia de los agentes policiales, así mismo conocer esta relación, ayudara a dicha institución para identificar y fortalecer los recursos con los que cada uno de los agentes debería contar para hacer frente a la problemática actual y tener un desempeño laboral eficiente durante su carrera técnica policial y elevar su calidad de vida, permitiendo mejorar el servicio que brindan a la población. De esta manera la institución pueda promover campañas de prevención y promoción de la salud mental para todos los efectivos policiales.

Relevancia social

Todos los conocimientos obtenidos en esta investigación ayudaran a los efectivos policiales a reconocer, fortalecer y utilizar distintas estrategias de afrontamiento y nivel de resiliencia en la situación que está atravesando nuestro país y el mundo entero, para así contribuir a la mejora de su labor con la sociedad y se pueda mejorar la relación positiva entre efectivo policial y población.

Implicancias prácticas

La investigación resultara conveniente para la institución y así ellos puedan desarrollar programas que ayuden al desarrollo de estrategias de afrontamiento y de la potencial que tienen los agentes policiales para hacer frente a cualquier situación difícil o estresante, estos programas pueden ayudar a mitigar el malestar producido no solo por el covid-19 sino también ante cualquier otra amenaza o situación difícil a los que ellos se enfrentan diariamente en su labor encomendada dentro de su formación policial.



Valor teórico

Debido a la escasa investigación en la ciudad del Cusco, que describa la relación entre dos variables escogidas para este estudio, se lograra aportar al vacío teórico en nuestra región pero al aplicar en este ámbito se dará más valides empírica lo cual permitirá a esta investigación dar un mayor alcance sobre la relación de las variables en la población descrita, al mismo tiempo ayudara a conocer como enfrentan las diversas situaciones que se les presenta el trabajo que realizan los efectivos policiales y que recursos utilizan para ello, así mismo los resultados permitirá a la institución enfatizar en la salud mental de sus agentes como aspecto principal en sus estrategias de afrontamiento como en la resiliencia.

Utilidad Metodológica

La presente investigación aportara en el uso de las variables de estrategias de afrontamiento y resiliencia en agentes de la PNP, ya que el propósito de llevar a cabo dicho trabajo de investigación contribuye metodológicamente a la definición de las variables y la aplicación de las mismas, por lo cual ayudaran a comprender el manejo de esta población gracias a la aplicación de los instrumentos “Inventario de Estrategias de Afrontamiento COPE” y “Inventario de Resiliencia ER”.

Objetivos de investigación

Objetivo general

Conocer la relación entre las estrategias de afrontamiento al estrés predominantes y el nivel de resiliencia en agentes PNP de la Unidad de Tránsito y Seguridad Vial, durante la cuarentena por la pandemia Covid-19, Cusco-2020.



Objetivos específicos

- a) Identificar las estrategias de afrontamiento al estrés predominantes en agentes PNP de la Unidad de Tránsito y Seguridad Vial, durante la cuarentena por la pandemia Covid-19, Cusco-2020.
- b) Identificar el nivel de resiliencia en agentes PNP de la Unidad de Tránsito y Seguridad Vial, durante la cuarentena por la pandemia Covid-19, Cusco-2020.
- c) Identificar las estrategias de afrontamiento al estrés predominantes en agentes PNP de la Unidad de Tránsito y Seguridad Vial, durante la cuarentena por la Pandemia Covid-19, Cusco-2020, según modalidad laboral.
- d) Identificar es el nivel de resiliencia, en agentes PNP de la Unidad de Tránsito y Seguridad Vial, durante la cuarentena por la pandemia Covid-19, Cusco-2020, según modalidad laboral.
- e) Identificar las estrategias de afrontamiento al estrés predominantes en agentes PNP de la Unidad de Tránsito y Seguridad Vial, durante la cuarentena por la pandemia Covid-19, Cusco-2020, según sexo.
- f) Identificar los Niveles de Resiliencia en Agentes PNP de la Unidad de Tránsito y Seguridad Vial, durante la cuarentena por la pandemia Covid-19, Cusco-2020, según sexo.
- g) Identificar las estrategias de afrontamiento al estrés predominantes en agentes PNP de la Unidad de Tránsito y Seguridad Vial, durante la cuarentena por la pandemia Covid-19, Cusco-2020, según edad.
- h) Identificar los niveles de resiliencia, en agentes PNP de la Unidad de Tránsito y Seguridad Vial, durante la cuarentena por la pandemia Covid-19, Cusco-2020, según edad.



Delimitación de estudio

Delimitación espacial

La presente investigación se realizó en agentes del PNP de la Unidad de Tránsito y Seguridad Vial de la Región del Cusco.

Delimitación temporal

La elaboración del presente trabajo de investigación se inició el año 2020, después de declararse el estado de emergencia sanitaria a nivel nacional decretado por el gobierno de Martin Vizcarra Cornejo, y concluyo el 2022 tiempo en el cual se aplicaron los instrumentos y se desarrolló el procesamiento de datos.

Aspectos éticos

Este trabajo de investigación se desarrolló en el marco de lo ético profesional de los psicólogos peruanos, el cual respalda la intimidad de la información utilizándola únicamente con fines científicos. Se presentará el consentimiento informado y se pondrá en salvaguarda los nombres y datos de los evaluados que se mantendrán en anonimato, cuyos datos obtenidos se utilizaras solo con fines de investigación, esto será de conocimiento de todos los participantes en cumplimiento del código de ética profesional, respetando así los derechos de cada una de las personas.

Viabilidad

Este presente trabajo de investigación fue factible, contándose con los recursos adecuados para poder efectuar la investigación, habiendo obtenido la autorización de las autoridades respectivas de la VII Macro Región Policial Cusco, con las herramientas requeridas para el empleo de herramientas de valoración de las dos variables, asimismo con el recurso humano que participaron en el estudio.



CAPITULO II

MARCO TEORICO

Antecedentes

Internacionales:

Se encontró a Cerquera, Matajira, Romero & Peña (2019) quienes realizan una investigación con título “estrategias de afrontamiento y resiliencia en adultos mayores víctimas del conflicto armado colombiano”, se realizó con un grupo de 60 adultos mayores, que fueron víctimas del conflicto armado en Colombia, teniendo el objetivo de identificar y describir las estrategias de afrontamiento, así como el nivel de resiliencia. El estudio se realiza con un enfoque cuantitativo no experimental, teniendo como instrumentos: EEC-M - Escala de estrategia de afrontamiento-modificada y escala de resiliencia de elaborada por Wagnild y Young, adaptada por Novella 1993, los resultados más importantes evidencian que las estrategias de afrontamiento de mayor empleo son: solución de problemas, la religión, reevaluación positiva y evitación emocional, en razón a la variable de resiliencia se encontró niveles altos de resiliencia, y como conclusión se observa a la estrategia acudir a la religión como la estrategia de mayor uso, este resultado es visto como el reflejo de los esfuerzos realizados por gestionar el estrés emocional y su mínimo nivel de control sobre la situación que da lugar a dicho estrés.

Aucancela & Armas (2021) desarrollan una investigación con título “resiliencia e impulsividad en agentes civiles de tránsito del gobierno autónomo descentralizado del cantón Riobamba, 2021”, como población tuvieron 124 agentes de género femenino y masculino, el estudio conto con los siguientes objetivos, diagnosticar la impulsividad y resiliencia en agentes de tránsito, se utilizaron la escala de resiliencia de Wagnild y Young y la adaptación Bis-11 de la escala de impulsividad de barratt (1983). En razón a la metodología se utilizó un enfoque de campo no experimental cuantitativo con un diseño transversal-descriptivo, obteniendo



resultados que indican un nivel alto de resiliencia en la población de estudio y presenta un nivel menor de impulsividad.

Se encontró a Vistín & Yuquilema (2021) quienes realiza una investigación con título “Resiliencia y estrategias de afrontamiento al COVID-19 en trabajadores del consejo de la judicatura. Riobamba 2021”, en cuanto a población se contó con un total de 100 trabajadores de edades fluctuantes entre los 30 hasta los 65 años, el objetivo de la investigación fue el análisis de la resiliencia y de las estrategias de afrontamiento, este trabajo fue de diseño trasversal-no experimental cuantitativa y el nivel de investigación fue descriptiva, teniendo como instrumento la escala de resiliencia 14-Items Wagnild y Young 1993 y el CSI - Inventario de estrategias de afrontamiento Cano & García 2007, los resultados mostraron altos niveles en la resiliencia de los evaluados y la estrategia predominante fue el apoyo social durante la pandemia.

Nacionales

Se encontró a Inofuente (2022), el cual realizó una investigación titulada “niveles de resiliencia durante la COVID- 19 en el personal de una institución criminal peruana, 2022” con el objetivo de identificar los diferentes niveles de resiliencia durante la covid-19, se consideró un total de 84 policías, distribuidos como 38 peritos y 46 pesquisas. La tesis fue de tipo cuantitativo, de diseño no experimental, descriptivo, comparativo. Para realizar dicho estudio se empleó la escala de resiliencia de Wagnild y Young (1993) adaptado por Rodríguez (2009) en el idioma español. En cuyos resultados se halló en ambos grupos un alto nivel de resiliencia.

Así mismo, se encontró a Leiva (2016), quien realizó una investigación cuyo título es “Autoestima y estilos de afrontamiento al estrés en el personal de salud de la policía nacional del Perú, red norte y red oeste, Lima; 2016” con el objetivo de determinar la relación entre estilos de afrontamiento al estrés y autoestima, con una población de 322 trabajadores, el tipo



de investigación realizada es cuantitativa con diseño descriptivo- correlacional, para la realización de esta investigación se utilizó la escala de autoestima de Coopersmith-Adultos (SEI) de Stanley Coopersmith (1997), es un cuestionario que mide autoestima y el cuestionario de estilos de afrontamiento al estrés COPE (Coping Estimation) realizado por Carver, Scheier y Weintraub (1989). La conclusión evidencia que la autoestima tiene relación directa y significativa con el afrontamiento al estrés, además utilizan la reinterpretación positiva como la estrategia más utilizada por los encuestados, seguida de desarrollo personal, planificación y acudir a la religión (Leiva, 2016).

Gutiérrez (2020), dentro de su misma investigación titulada “resiliencia y estrés laboral en policías de la unidad de protección de carreteras de Ica, del departamento de Ica, en el contexto de emergencia sanitaria, 2020” con el objetivo de analizar la relación entre la resiliencia y el estrés laboral en el personal de sub oficiales de la PNP, estudio de tipo cuantitativa y de nivel correlacional, realizada con una población de 244 efectivos policiales integrantes a la unidad de protección de carreteras de Ica con una muestra de 40 participantes.; utilizando como instrumentos la Escala de resiliencia de Wagnild y Young 1993, desarrollado y adaptado por Novella 2002 con sus 25 Ítems y Cuestionario de estrés laboral JSS elaborado por Spielberger & Vagg; adaptado por Catalina 2010 con sus 60 Ítems obteniendo los siguientes resultados que los policías cuentan el nivel alto de resiliencia y también el nivel de estrés laboral es alto.

Galarza & Nieves (2021), realizaron la investigación titulada “estrategias de afrontamiento al estrés y síndrome de burnout en policías de la UNIPREMB-surquillo; Lima 2020” con el objetivo de determinar la relación entre el síndrome de burnout y las estrategias de afrontamiento al estrés, en los policías de la DIPREM- surquillo; Lima 2020). El tipo investigación fue descriptiva correlacional, contando con una muestra de 220 policías, se empleó la Escala de estimación de modos de afrontamiento que cuenta con 2 dimensiones y 44



ítems, Caver. 1989, adaptada por Jocelyn Kristel Polanco cano, 2019, además del inventario Maslach (1986) para medir Burnout, con tres dimensiones y 22 ítems obteniendo que las estrategias de afrontamiento orientadas en el problema son las que prevalecen más y el nivel de burnout bajo es prevalente en la población estudiada.

Chipana & Rimachi, (2021). en su investigación titulada “Afrontamiento al estrés y resiliencia en bomberos voluntarios en contexto covid-19” con el objetivo de determinar la relación entre los niveles de resiliencia y los estilos de afrontamiento al estrés, en personal de bomberos voluntarios perteneciente a la VII Comandancia Departamental Arequipa en el contexto covid-19, estudio de tipo descriptivo-correlacional con método cuantitativo no experimental, conformada por una población de 84 bomberos de ambos sexos voluntarios, utilizando los siguientes instrumentos: COPE - cuestionario de estilos de afrontamiento de (Carver, 1989), que se adaptó Casuso, en 1996, y la escala de resiliencia de Wagnild y Young, desarrollado por castilla Et al. (2014) obteniendo resultados siguientes, si existe relación significativa y proporcionalmente directa entre las estrategias de afrontamiento con la resiliencia.

Antecedentes Locales

Calancha & Bonnami (2021), en su investigación titulada “Clima laboral y estrategias de afrontamiento al estrés en colaboradores de la sede principal del gobierno regional del Cusco durante la cuarentena nacional por covid-19”, que buscaba determinar la correlación entre estrategias de afrontamiento al estrés y clima laboral, dicho estudio fue de diseño transversal no experimental y de tipo descriptivo, la población de esta investigación fue un total de 245 colaboradores del GORE, utilizaron como instrumentos el cuestionario de clima laboral CL-SPL y el cuestionario COPE, obtuvo los resultados siguientes que no hay existencia de relación estadísticamente significativa entre las variables, además que sin distinción del género y edad,



las personas estudiadas utilizan estrategias de afrontamiento al estrés que mucho depende de las exigencias del entorno.

Bases Teóricas

Estrés y afrontamiento

Un concepto previo que tomaremos en cuenta es el estrés lo define (Bruce McEwen, 2000) como amenaza real o hipotética a la integridad psicológica o física de una persona que provoca una respuesta fisiológica o conductual, que se produce cuando un cambio en su entorno interno o externo es percibido por el mismo organismo, como una amenaza a su estado físico de estabilidad (Daneri, 2012). Que se caracteriza por una respuesta subjetiva direccionada hacia una determinada situación (Arellano, 2002). Para una mejor comprensión podemos distinguir tres maneras de conceptualizar al estrés:

Como una colección de estímulos, se precisa como una característica ambiental, refiriéndose a diversos ámbitos como el estrés laboral, estrés en los estudios, etc. Existen indudables condiciones ambientales que provocan tensión y se clasifican como amenazantes o peligrosas, se denominan factores estresantes (Canon, 1932; Holmes & Rahe, 1967)

El estrés es parte de las respuestas de la persona depende de los factores estresantes. Dicha respuesta se manifiesta como una manera de estrés que tiene los siguientes componentes: psicológico (comportamiento, emociones y pensamientos) y fisiológico (activación corporal) el estrés actúa, en este caso, como una variable dependiente (Selye, 1960).

El estrés como un proceso, Lazarus & Folkman (1986), incorporan tanto a los estresores, y la respuestas a ellos, aumentando dicha interacción entre el sujeto y el entorno.

Cuando el individuo identifica una situación como evento amenazante se presenta el estrés para Lazarus & Folkman, (1986) definen el estrés psicológico como un resultado estricto de las estrategias de afrontamiento y las emociones experimentadas ya que las amenazas a los recursos son excesivas por la relación del individuo y su entorno que arriesga su bienestar.



refieren que dentro del estrés existe un vínculo entre la persona y su medio siendo la clave de este intercambio, la apreciación personal de la situación psicológica, se describen dos elementos para que se presente un proceso de estrés primero la valoración cognitiva seguida de la estrategias de afrontamiento, el primer elemento entra en juego indicando si existe o no peligro lo llamaron valoración primaria, y si existe el peligro el proceso valorativo da la respuesta lo que señala como valoración secundaria, las respuestas de estrés dependerá de esta valoración cognitiva descrita anteriormente para emplear algunas estrategias de afrontamiento. (Lazarus y Folkman, 1986, citado por Rodríguez, Ocampo & Nava, 2009).

Afrontamiento

Se entiende como los esfuerzos conductuales y cognitivos en constante cambio están diseñados para satisfacer demandas internas y externas específicas que se cree que excede o supera lo recursos individuales (Lazarus y Folkman, 1994 citado por Di-Colleredo, Aparicio, Moreno, 2007).

El afrontamiento es un proceso variable en el tiempo que depende de la situación cambiante impulsado por el contexto (Lazarus, 1993).

Para Arjona y Guerrero (2001), el afrontamiento de una persona está definido por los recursos disponibles, tales como la salud física, las creencias en deidades, así como los compromisos que tiene una cualidad motivadora que puede contribuir al afrontamiento de problemas, las diferentes destrezas sociales, así como el soporte social y la variedad de recurso material. El afrontamiento surge de la interacciones de los individuos en diferentes entornos de la vida y en diferentes contextos socioculturales, lo que significa la interacción entre variables individuales y las variables situacionales (Fleis Dechman, 1984 & Folkman, 1986), también encontramos otro concepto sobre afrontamiento, como una forma de lidiar con las situaciones que puedan causar estrés a un individuo tratando de sobrellevar, minimizar, aceptar o ignorar cualquier situación que este más allá de su capacidad, el significado del estímulo también



puede entenderse al observar los diversos comportamientos, pensamientos y emociones que muestra una persona cuando se enfrenta a una situación desconcertante (Masías, Madariaga, Valle, Zambrano, 2013).

Según Compas (1988) el afrontamiento se compone de respuestas específicas, que son comportamientos cognitivos o conductuales específicos, que se muestran durante un evento estresante personal, y varía en el tiempo y contexto, según la naturaleza del “encuentro estresante” (compas, 1988, citado por Farkas, 2002).

Pearlin y Shcooler 1978 manifiestan respuestas de diferentes tipos frente al afrontamiento de acuerdo al momento en el que ocurre:

- Intento o respuestas activas, para tratar de disminuir o eliminar los efectos de un estresor en particular, antes de que este ocurra.
- Respuesta a un intento de controlar los efectos de una experiencia estresante, antes que surja la vivencia del estrés (reestructuración cognitiva).
- Respuesta que busca el control del estrés, cuando este haya aparecido.

El afrontamiento implica evaluar una situación estresante particular cuando una persona ha evaluado la situación y cree que no puede hacer nada para cambiar el entorno amenazante esto dirige el afrontamiento hacia el ajuste emocional. Cuando cree que la condición particular se puede cambiar, dirige sus esfuerzos hacia la solución del problema, este planteamiento diferencial según Lazarus y Folkman proponen distintos procesos dentro del afrontamiento, el primero orientado al problema y el segundo orientado a la emoción.

El afrontamiento orientado al problema es el comportamiento directo y real mediante el cual una persona trata de cambiar su relación con el entorno, y por lo tanto puede resolver como modificar o cambiar el problema.

El afrontamiento orientado a la emoción implica buscar el soporte emocional, es decir ver positivamente una situación problemática, cuando este se enfoca a la emoción se trata de



modificar la relación y las actitudes de una persona hacia la situación, tratando de controlar o cambiar y regular las respuestas emocionales al estrés. (Folkman y Cols, 1986)

Modelo transaccional de Estrés y Afrontamiento de Lazarus & Folkman

En este modelo se ve al estrés no como un inductor, respuesta subjetiva o respuesta biológica, sino más bien como proceso, también se vincula con la relación entre el sujeto y su entorno, la clave de este camino es la valoración personal de la condición psicológica. Los autores toman como factor importante la capacidad de afrontar una situación estresante o incapacidad de afrontarla, el cual es definido como el cambio continuo de los refuerzos cognitivos y conductuales en respuesta a requerimientos externos e internos específicos, que se evalúan como factores excedentes de los recursos del individuo, esto es denominado afrontamiento. (Lazarus & Folkman, 1986, citado por Rodríguez, Ocampo & Nava, 2009).

Este modelo de Lazarus y Folkman (1986) es tomado como base por muchos expertos, quienes comparten la misma postura conceptual y realizan diferentes estudios.

Las aproximaciones habituales al concepto de afrontamiento surgieron de diversas fuentes distintas: la experimentación animal y la literatura psicoanalítica del ego, en el primero tenemos el termino de afrontamiento como actos que van a controlar condiciones aversivas y por ello de manejo lento o activación. Los primeros conceptos teóricos tuvieron ideas freudianas en referencia a las formas de defensa en integridad psicológica de las personas. A partir de este aspecto el concepto de afrontamiento tiene relación con la cognición, además con la diferenciación entre un número de procesos que los individuos manejan para las relaciones problemáticas. (Lazarus & Folkman, 1986, citado por Rodríguez, Ocampo & Nava, 2009).

Por otro lado, Lazarus y Holroyd (1982) argumentan que las estrategias de afrontamientos correctamente usados o no, determinan que una persona tenga estrés o no también. En consecuencia estos autores enfatizan la valoración de contar con estrategias que funcionen para gestionar las demandas internas o externas con particular eficiencia. Cada



individuo tiende a emplear sus estilos de afrontamiento dominantes, ya sea a través de entrenamiento o descubierto por casualidad en una emergencia. (Lazarus & Folkman, 1982, citado por Salotti, 2006)

El llamado afrontamiento efectivo permite a las personas mantener un nivel moderado de estrés y así poder vivir con él, sin causar daños físico o psicológico significativos. Además, da a conocer tres significados:

- sobre lo que una persona está pensando o haciendo, en ese momento en oposición a lo que constantemente está haciendo, hará o puede hacer.
- Cuando un individuo piensa o hace en el momento actual y mientras se examina en un determinado contexto.
- Cuando se trata de sobrellevar la situación es importante hablar sobre los cambios en el pensamiento y en el comportamiento de afrontamiento, como resultado de una escenario estresante. (Lazarus & Folkman, 1986, citado por Rodríguez, Ocampo & Nava, 2009).

Las estrategias propuestas por el modelo transaccional son, el estilo afrontamiento orientado a la acción, es la acción o manipulación para cambiar o aprender sobre el problema, la segunda es el estilo afrontamiento orientado a la emoción, que implican acciones que ayudan a regular respuestas emocionales que están causando el problema. (Folkman & Cols, 1986, citado por Rodríguez, Zúñiga, contreras, Gana & Fortunato, 2016).

Teoría de Afrontamiento de Erika Frydemberg

Conceptualiza al afrontamiento como un grupo de estrategias de orden cognitivo-conductual para lograr una negociación y una adaptación efectiva por consiguiente se formula dos clases de afrontamiento general y específico, modo de afrontamiento a diversas situaciones, y modo específico es la forma que hace frente una situación particular.



Compas (1998), Frygemberg & Lewis (1991) consideran tres estilos de afrontamiento, que se encuentran agrupadas, los cuales constituyen aspectos funcionales y aspectos disfuncionales:

- El estilo encausado a la búsqueda de la solución del problema la clave es trabajar en el problema, manteniéndose optimista durante todo el proceso mientras se relaja, incluyendo las siguientes estrategias: enfoque en la resolución del problema, seguido de esfuerzo y éxito, centrarse en lo positivo, diversión relajante y como finalmente distracción física.
- El estilo de afrontamiento en vínculo con los demás, radica en pedir y conseguir apoyo. Para contar con diversas estrategias como: apoyo social, amigos cercanos, búsqueda de pertenencia, seguida de la actividad social, el apoyo emocional y finalmente buscar apoyo competitivo.
- Estilo improductivo, se enfoca en la relación de diversas estrategias de evitación improductivas, que revelan cierta falta de capacidad empírica para abordar los problemas. Tiene las siguientes estrategias: como preocuparse, esperar, reducir la tensión, ignorar todos los problemas, culparse a sí mismo y finalmente, guardárselo.

Por último se puede añadir que es el propio individuo el más adecuado para juzgar si una estrategia es exitosa, desde el punto de vista personal, quieres saber si sus acciones han logrado el éxito que esperaba, y afirma que el afrontamiento pueden tener un impacto directo sobre el estado de bienestar psicológico del sujeto. (Frydermberg, 1997, citado por Salotti, 2006).

Estrategias de afrontamiento

Las estrategias de afrontamiento son un conjunto de esfuerzos y recursos comportamentales y cognitivos los cuales están destinados a abordar un contexto amenazante



o adverso, reduciendo así la respuesta emocional, así cambiando la forma en la que se evalúa la situación. (Lazarus & Folkman, 1984).

Los autores sugieren estrategias para hacer frente al estrés: afrontamiento centrado en la acción y el afrontamiento centrado en la emoción. Las primeras son las actividades o manipulaciones dirigidas a la modificación de una situación problemática y estando en su mayoría dispuestas principalmente cuando estas condiciones se evalúan como propuestas al cambio, por otro lado las estrategia orientadas a las emociones involucran actividades que ayudan a regular estas respuestas emocionales, cuando surgen problemas es más probable que surjan cuando la evaluación muestra que no se puede hacer nada para cambiar situaciones amenazadoras del entorno. (Lazarus & Folkman, 1991 citado por Nava, Ollua, Vega & Soria, 2010).

Lazarus (2000), Señala dos tipos de estilos de afrontamiento, uno de ellos enfocado en el problema y el siguiente enfocado en la emoción, siendo estas predisposiciones personales para hacer frente a diversas situaciones, estos determinaran el uso de ciertas estrategias de afrontamiento:

Enfocado en el problema: este está orientada mayormente a resolver aquellos eventos estresantes que se podrían presentar, tomando como exitosa y a su vez adecuada, porque trabaja directamente en escenarios de alto estrés, con la finalidad de disminuir o desaparecer dicha situación, se ubican dentro de esta las siguientes estrategias:

- a) Afrontamiento dirigido al problema: consiste en afrontar directamente dicha situación a través de acciones inmediatas, como violentas y bastante atrevidas.
- b) Planificación: se centra en el desarrollo de las estrategias con el fin de solucionarlo, analizarlo diferentes puntos de vista además de tomar opciones, pensando y estudiando el problema.



- c) **Supresión:** se basa en la evitación intencional de aquellos recuerdos e ideas, sentimientos, deseos y experiencias que causan malestar al individuo.
- d) **Retracción:** consiste en liberar emociones, expresar sentimientos intensos, con la finalidad de reducir la probabilidad que adquieran rumiaciones obsesivas.
- e) **Búsqueda de apoyo social:** cuando se acude a otras personas como profesionales, organizaciones o personas cercanas.

Enfocado a la emoción: se encargan de regular las consecuencias emocionales, tenemos:

- a) **Búsqueda de soporte emocional:** se basa en compartir los problemas con otras personas, sin responsabilizarlos a ellos, (afiliación).
- b) **Reinterpretación:** consiste en la modificación del significado de un contexto estresante y ver el lado positivo de las cosas.
- c) **Aceptación:** se da dos procesos de apreciación, el proceso primario cuando este reconoce que existe una situación que precisa atención y que está generando molestia, y el proceso secundario que reconoce la ausencia o presencia de estrategia para enfrentarse a un escenario muy estresante.
- d) **Búsqueda de apoyo espiritual:** tiene como estrategia el apoyo espiritual y técnicas metafísicas.
- e) **Análisis de emociones:** reflexiona sobre los propios pensamientos, sentimientos para el buen manejo del problema.

Resiliencia

Antecedentes y definiciones de resiliencia

El origen del término de la resiliencia según Manciaux, (2005) propuso la idea de vulnerabilidad al señalar que los individuos no son todos igualmente vulnerables en situaciones



de riesgo, debido a que cada uno de ellos es vulnerable en diversos grados, esta contribuyo a la formulación de una serie de hipótesis que relacionan circunstancias específicas con el riesgo psicológico, lo que refleja la complejidad de cada persona en relación con su entorno, es vulnerable en diversos grados, esta idea contribuye a la formulación de una serie de hipótesis que relacionan circunstancias específicas, por lo cual surgieron otros estudios concerniente a niños que se encuentran en un riesgo alto dándose así la tendencia contrapuesta como la invulnerabilidad. (Manciaux, 2005, citado por Silva, 2012).

Seguidamente Anthony (1987) clasifico a las personas dentro del concepto de vulnerabilidad e invulnerabilidad, en la cual distingue las siguientes categorías de individuos:

- Hipervulnerables, son las personas que se vencen ante diversas circunstancias de estrés que se dan comúnmente en la vida.
- Pseudo-vulnerables, aquellas personas que vivieron en un ambiente muy protector y se derrotan muy fácilmente ante el mínimo fallo del ambiente.
- Invulnerables, son todas aquellas personas que quedan expuestas ante diferentes sucesos traumáticos, y estas tienden a recuperarse rápidamente ante el estrés.
- No vulnerables, son personas que se desarrollan a partir del nacimiento de manera armónica. (Silva, 2012).

Por consiguiente, la conceptualización de invulnerabilidad ha sido duramente reprochado por no describir lo que realiza el individuo, para liberarse de los infortunios de la vida, por lo cual Ruter mostro desacuerdo con la resiliencia, cuando planteo que dicho termino como es la resiliencia involucra la resistencia total al daño, siendo el motivo porque se desestimó la vulnerabilidad como modelo para luego dar lugar a un nuevo modelo señalando la resiliencia y los factores de protección. (Ruter, 1993, citado por Silva, 2012).

La resiliencia es definida por muchos autores entre ellos Grotberg, (1996) el cual refiere la resiliencia como una capacidad de la persona para soportar toda dificultad que se presenta



en la vida, así poder aprender de estas y superarlas o ser transformados por estas, el concepto de resiliencia, es tomada como segura no solo para superar obstáculos sino como también para promover la salud mental y emocional (Grotberg, 1996, citado por Silva, 2012).

En el planteamiento de Fraser y otros, citado en Villalba, (2004) sugieren sobre la resiliencia e indica que se trata de superar diversos obstáculos para así lograr un éxito a pesar de presentarse condiciones de alto riesgo, así mismo implica conservar el hecho de competir bajo coerción, lo que significa la adaptación con éxito a un peligro eminente.

Para Masten sostuvo que la resiliencia está referida a grupo o personas con riesgo elevado y que consiguieron óptimos resultados de los que se esperaba. (Masten, citado por Silva, 2012).

La concepción de resiliencia que se encuentra en vinculación al proceso evolutivo y su función interactiva en la vida. Wolin & Wolin (1993), refiere a la resiliencia como la capacidad de recuperarse, hacer frente a los desafíos y fortalecerse a sí mismo, además sostiene que el rumbo de la resiliencia dependerá del periodo evolutivo, haciendo el desarrollo de la persona consistente y más fuerte (Wolin & Wolin, 1993, citado por Jiménez, 2018).

Fregus & Zimmerman, (2005), refieren la resiliencia como un proceso vinculado a superación de aquellos efectos negativos posteriormente de ser expuesto al riesgo además de fomentar de forma exitosa la situación traumática. (Fregus & Zimmerman. 2015 citado por Jiménez, 2018),

Teniendo en consideración las múltiples conceptos de distintos autores, se pone de manifiesto resaltando el concepto expuesto por Wagnild & Young (1993), por lo que en el presente estudio se utiliza el instrumento establecido por dichos autores, los cuales definen la resiliencia como rasgo de personalidad que moldea los resultados negativos estresantes y favorecen la adaptación. También apunta a tolerar como la capacidad de soportar y resistir la presión fuerte, a los obstáculos haciendo lo correcto, haciendo el bien e incluso cuando todo



parece ir en nuestra; es utilizada también para describir a aquellos individuos con la capacidad positiva esto como consecuencia de las estrategias de su vida, concluyendo así que la resiliencia es un continuo cambio relacionado con aquellas características, capacidades, cualidades y diferentes habilidades particularmente del individuo; además de relacionarse con las propiedades del ambiente familiar, cultural y social, en el cual el sujeto se desenvuelve e interactúa, dentro de esta interacción con su medio puede darse condiciones de riesgo por la cual la persona emite soluciones más o menos ajustadas.

Modelo del desarrollo psicosocial de Grotberg

Edith Grotberg (1995) refiere que la composición dinámica de una persona resiliente estable dependerá de cómo los diferentes elementos interactúen y funcionen en un contexto particular, asimismo asevera que la resiliencia puede ser promovida durante el desarrollo del individuo y se sostiene con la respuesta a las adversidades durante todo el periodo de vida o en un tiempo determinado. La resiliencia al mismo tiempo de ser beneficiosa para enfrentar los infortunios, así mismo es favorable para la promoción de la salud mental. (Grotberg, 1995. Citado por Jiménez, 2015).

Para enfrentar a las adversidades, superar y salir fortalecidos e incluso cambiado Grotberg refiere que los niños y adolescentes adquieren factores de resiliencia a través de distinta fuentes, los cuales se dan a conocer a través de las expresiones verbales de las personas con características resiliente:

- ***Yo tengo***, es el apoyo que recibe el niño antes de tomar conciencia de sí mismo, sobre quien es o de las cosas que pueden hacer y que le proporciona sentimientos de gran seguridad como factor clave en el desarrollo la resiliencia.
- ***Yo soy***, considera aquellas particularidades genéticas y temperamentales del sujeto.



- *Yo estoy*, es una fuente interna de la personalidad propia de cada individuo como sentimiento de autocontrol, control de impulso, autoestima, sentimiento de afecto o empatía, y fuerza interior.
- *Yo puedo*, son adquiridas especialmente de los pares y educadores, que se encuentran vinculados a un entorno social que incluyen las habilidades interpersonales, un ejemplo de esta es la cualidad de resolución de problemas, angustia, la adecuada conducción del estrés, etc.

Modelo de Desafío de Wolin y Wolin

El modelo tiene como propuesta partir a través de la perspectiva de riesgo hasta una perspectiva de desafíos, con el cual las experiencias negativas puedan construirse en la capacidad de afronte, donde lo desfavorable no daña a la persona sino la beneficia, estableciendo un elemento de superación, además localiza un soporte en las particularidades resiliente que la persona tiene. Prado y del Águila (2003), apoyados en esta teoría crean la mándala de la resiliencia.

Los autores plantean diferentes características personales de la resiliencia los cuales resguardan a las personas ante situaciones adversas:

- **Introspección:** implica el proceso de comprender y resolver varias situaciones para así permitir el equilibrio que resulta de la confianza en las virtudes, así como la aceptación de las propias limitaciones.
- **Independencia:** los límites se establecen en un marco con diversos problemas.
- **Interacción:** capacidad de desarrollar una variedad de relaciones afectivas con los demás.
- **Iniciativa:** comprende el ser exigente, probarse para el ejercicio del control de las situaciones problemáticas.
- **Humor:** hallar lo cómico en la propia adversidad.



- **Creatividad:** poner orden en una situación de caos
- **Moralidad:** resultado de esparcir el deseo de bienestar, además de la capacidad de apearse a los valores y distinguir el bien del mal para dar a conocer a las personas de su entorno.

Pandemia del coronavirus (Covid-19)

Se denomina pandemia a la expansión mundial de una enfermedad totalmente nueva (OMS, 2010). El coronavirus proviene de la familia de CORONAVIRIDAE, se puede identificar siete distintos ejemplares de coronavirus todos estos afectan directamente a los seres humanos, de los cuales cuatro pueden ocasionar un resfriado común, pero son potencialmente dañinas para las personas inmunocomprometidas. Mientras que estos últimos tres tipos, son causantes de brotes más graves en humanos son el SARS-CoV (2003), MERS-CoV (2012-actualidad) y el SARS-CoV-2 2019. Dentro de los coronavirus existen grupos primordiales, Alfacoronavirus, Betacoronavirus, Gammacoronavirus y Deltacoronavirus, ubicándose dentro del Betacoronavirus, el SARS CoV-1, es el que produce la enfermedad del SARS (síndrome respiratorio agudo grave) cuya tasa de mortalidad fue mayor al brote actual y el SARS CoV-2 da lugar a la enfermedad del covid-19 donde el riesgo de contagio es mayor.

Habiendo explicado y reconocido la enfermedad del COVID -19, la OMS en china, fue informada por la comisión municipal de Wuhan de casos múltiples de neumonía con etiología no conocida detectada en la ciudad el mismo nombre, provincia de Hubei, el último día del año 2019.(OMS, 2020)

El cuatro de enero del 2020 la OMS hace público mediante redes sociales la presencia de múltiples casos de neumonía, sin muertes en Wuhan (provincia de Hubei), día después de este acontecimiento el cinco de enero del mismo año “la OMS informa el primer parte sobre brotes epidemiológicos referentes al nuevo virus”, para luego el diez de enero publique



disposiciones técnicas con diversas recomendaciones para la detección de casos, realizando pruebas de laboratorio y tratar los mismos, estas orientaciones se basaron en experiencia con el SARS y el MERS virus ya existentes conocidos en la sociedad. (OMS, 2020). El trece de enero del mismo año se detecta un primer caso de covid-19 en Tailandia, La OMS ha estado estudiando este brote durante semanas de manera internacional, es así que el treinta de enero declara la epidemia del covid-19 de preocupación internacional, como emergencia de salud pública, la extensión rápida y el alto número de casos confirmados fuera de China, llevo a la institución a declarar pandemia global lo que significa que el virus está afectando a un gran número de personas alrededor del mundo, anuncio que fue realizado por Tedros Adhanom director World Health Organization, (OPS. 2020).

Formas de Contagio del Covid-19

Todas las pandemias tienen cuatro fases

- **Fase 1:** Cuando la enfermedad se encuentra fuera de nuestro territorio, y existe la posibilidad de que ingrese en cualquier momento, esto se da a través de una persona, y se le denomina presencia de casos importados. Si esta persona infecta ya sea a nivel familiar, laboral, social, salud o de transporte son los casos secundarios llamado también casos autóctonos que da lugar a las siguientes fases.
- **Fase 2:** Dentro de esta fase se da la aparición del caso cero que fue infectado fuera del país, en esta fase se trata de detectar a las personas que trajeron la infección desde el exterior del país y poder conseguir una máxima contención para la no propagación rápida de la infección.
- **Fase 3:** Se da una cadena de cuatro eslabones
- **Fase 4:** Aparecen persona contagiadas indistintamente y no se establece la cadena de contagio.



Hipótesis

Hipótesis General

- **Ha:** Existe relación entre las estrategias de afrontamiento al estrés y el nivel de resiliencia predominantes en agentes PNP de la unidad de tránsito y seguridad vial, durante la cuarentena por la pandemia covid-19, Cusco-2020.
- **Ho:** No existe relación entre las estrategias de afrontamiento al estrés y el nivel de resiliencia predominantes en agentes PNP de la unidad de tránsito y seguridad vial, durante la cuarentena por la pandemia covid-19, Cusco-2020.

Variables

Identificación de variables

Variable 1: Estrategias de afrontamiento al estrés.

Variable 2: Resiliencia

Operacionalización de variables



VARIABLE	DEFINICIÓN OPERACIONAL DE LA VARIABLE	DIMENSIONES	INDICADORES	ÍTEMS	VALORACIÓN
ESTRATEGIA DE AFRONTAMIENTO AL ESTRÉS	Son el conjunto de respuestas manifestadas por los Agentes PNP de la Unidad de Tránsito y Seguridad Vial, sobre su actuar frente a situaciones que atraviesan durante la cuarentena nacional por la Pandemia COVID-19. el cual será obtenido mediante el inventario de estimación de afrontamiento COPE 60	Estilo de afrontamiento al estrés enfocado en el problema	Afrontamiento activo	1,14,27 y 40	<ul style="list-style-type: none"> • Casi nunca hago eso • A veces hago eso • Usualmente hago eso • Siempre hago eso
			Planificación de actividades	2,15,28y 41	
			Supresión de actividades	3,16,29 y 42	
			Postergación de afrontamiento	4,17,30 y 43	
			Búsqueda de apoyo social	5,18,31y 44	
		Estilo de afrontamiento al estrés enfocado a la emoción	Búsqueda de soporte emocional	6,19,32,y 45	
			Reinterpretación positiva	7,20,33,y 46	
			Aceptación	8,21,34 y 47	
			Negación	11,24,37 y 47	
			Acudir a la religión	9,22,35 y 48	
		Otros estilos adicionales de afrontamiento al estrés	Enfocar y liberar emociones	10,23,36 y 49	
			Desentendimiento conductual	12,25,38 y 51	
			Desentendimiento mental	13,26,39 y 52	



VARIABLE	DEFINICIÓN CONCEPTUAL	DEFINICIÓN OPERACIONAL	DIMENSIÓN	INDICADORES	ÍTEMS	NIVELES O RANGOS
RESILIENCIA	La Resiliencia se considera un proceso, mediante el cual la persona gestiona el estrés o condiciones adversas, ganando aprendizajes, evidenciando la adecuada manifestación de condiciones protectoras y de riesgo, utilizándose en su medición la Escala de resiliencia de Wagnild y Young.	Es a la respuesta adaptada de la persona ante el entorno no favorable, secuencia de la medición de perseverancia, confianza, sentirse bien solo, ecuanimidad y satisfacción personal; con rangos que van de 25-74 (bajo) 75-124 (medio) 125-175 (alto)	PERSEVERANCIA	<ul style="list-style-type: none"> • Culminación de tareas • Búsqueda rápida de soluciones • Mantenimiento de intereses • Autodisciplina • Mantenimiento de intereses • Soluciones rápidas 	6,9,10,13,17,18 y 24	<ul style="list-style-type: none"> • Alta • Media • Baja
			ECUANIMIDAD	<ul style="list-style-type: none"> • Visión a largo plazo • Auto amistad • Finalidad de las cosas • Afrontamiento de tareas 	7,8,11, y 12	
			CONFIANZA EN SÍ MISMO	<ul style="list-style-type: none"> • Orgullo por los logros personales. • Manejabilidad de tareas • Decisión • Afronete de dificultades • Autoconfianza • Confiabilidad Vitalidad 	1,2,4,14,15,20 y 23	
			SATISFACCIÓN PERSONAL	<ul style="list-style-type: none"> • Motivos de alegría • Significado de la vida • Irreprochabilidad • Aceptación social 	16,21,22, y 25	
			SENTIRSE BIEN SOLO	<ul style="list-style-type: none"> • Soledad • Independencia • Visión versátil 	5,3 y 19	



Definición de Términos Básicos

a) **Estrés.** es la consecuencia de una relación particular entre el hombre y su entorno, que es percibida por ella como una pérdida o un peligro para su bienestar. (Lazarus & Folkman, 1986).

b) **Afrontamiento.** son esfuerzos continuos conductuales y cognitivos que se desarrollan para satisfacer las demandas únicas, que se cree que son resultados de los recursos de las personas tanto internas como externas. (Lazarus & Folkman, 1991, citado por Nava, Ollua, Vega & Soria, 2010).

c) **Estrategias de afrontamiento.** Todos aquellos procedimientos particulares que son utilizados en cada circunstancia y dependiendo de las situaciones desencadenantes pueden ser altamente variables. (Ninapaitan, 2017)

d) **Resiliencia.** Es un rasgo de personalidad que modula el efecto negativo del estrés y promueve el proceso de adaptación. Este es una característica que implica vigor, fibra emocional y se emplea para caracterizar a personas que muestran adaptabilidad ante las diversas adversidades. (Wagnild & Young, 1993).

e) **Coronavirus.** “es una amplia variedad de virus, algunos de ellos podrían ser causantes de varias enfermedades de la persona” (OMS, 2020).

f) **Covid-19.** “Enfermedad altamente infecciosa producida por el virus SRAS-CoV-2 que se ha descubierto recientemente”

g) **Policía nacional del Perú.** Es una Institución jerarquizada que forma parte del estado encargado de velar por el orden interno del país, además de garantizar el libre ejercicio de todos los derechos fundamentales de todos los hermanos peruanos y el adecuado progreso de las diferentes acciones ciudadanas.



CAPÍTULO III

MÉTODO

Enfoque de Investigación

El estudio actual emplea métodos cuantitativos, que emplea la recopilación de datos para comprobar hipótesis o atender fenómenos basados en mediciones numéricas y procedimientos estadísticos, esto con el objeto de construir pautas de comportamiento y comprobar teorías. (Hernández, Fernández y Baptista, 2014).

Alcance del estudio

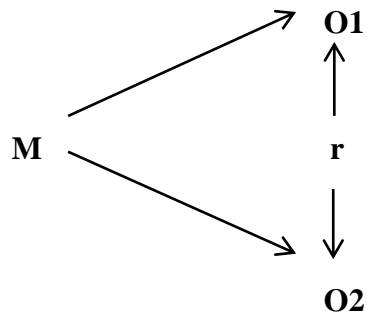
Se desarrolla la investigación dentro de un alcance del estudio descriptivo-correlacional. En cuanto a la investigación descriptiva tiene como objetivo registrar información de manera independiente de variables en estudio, en cuanto a los estudios correlacionales se señala que evalúan con una mayor exactitud, el grado de vinculación entre dos o más categorías o variables, teniendo como objetivo entender la relación o el grado de asociación existente entre variables, conceptos o categorías en una muestra específica. De esta manera se vincularán las variables estrategias de afrontamiento y resiliencia. (Hernández, Fernández y Baptista, 2014).

Diseño de investigación

El trabajo de investigación concierne a un diseño de investigación transversal-no experimental, por lo que Hernández, et al. (2014), señala que el propósito del estudio transversal es describir variables y la interrelación entre ellas en un determinado momento, o cual es la relación de varias variables en un solo momento. Sobre la investigación no experimental se indica que se ejecuta sin la manipulación de variables además de observar los fenómenos en su ambiente natural.



Dentro de esta investigación se relaciona las estrategias de afrontamiento al estrés y el nivel de resiliencia en Agentes PNP de la unidad de tránsito y seguridad vial, durante la cuarentena por la Pandemia. El esquema es el siguiente:



Dónde:

- **M**= Agentes de la Policía Nacional del Perú
- **O1=V1**, Estrategias de afrontamiento
- **O2=V2**, Resiliencia
- **R**= Relación entre variables

Población del estudio

Está integrada por agentes PNP de la unidad de tránsito y seguridad vial de Cusco, considerando a agentes de ambos sexos, siendo un total de 227, teniendo un número de 97 agentes masculinos y 130 de agentes femeninas, distribuido en 2 unidades de servicios policiales.



Tabla 1. *Distribución de población de los Agentes PNP de la Unidad de Transito y Seguridad Vial, durante la Cuarentena por la Pandemia Covid-19, Cusco-2020, según sexo.*

Sexo	F	%
Mujeres	130	57%
Varones	97	43%
Total	227	100%

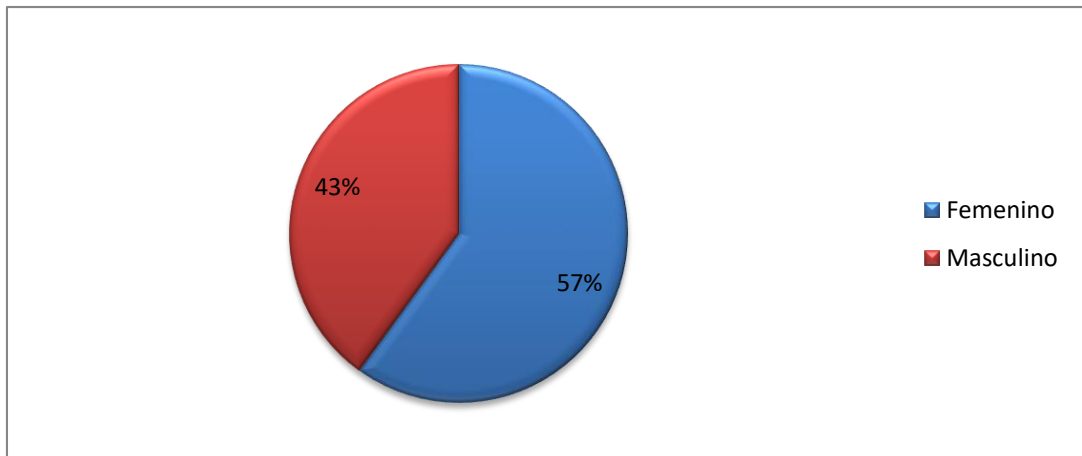


Figura 1. *Distribución poblacional de Agentes PNP de la Unidad de Transito y Seguridad Vial, según sexo.*



Tabla 2. *Distribución poblacional de Agentes PNP de la Unidad de Transito y Seguridad Vial, durante la Cuarentena por la Pandemia Covid-19, Cusco-2020, según modalidad laboral.*

Sexo	F	%
Administrativos	30	13%
Operativos	197	87 %
Total	227	100%

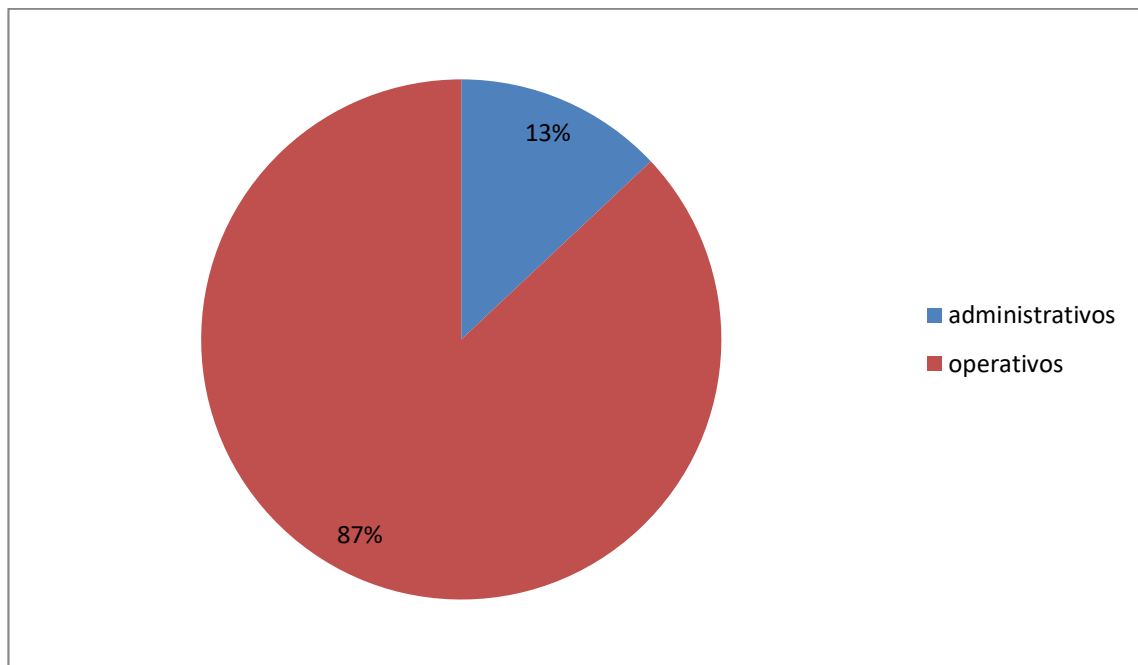


Figura 2. *Distribución poblacional de Agentes PNP de la Unidad de Tránsito y Seguridad Vial, según modalidad laboral.*



Muestra

La muestra fue elegida de manera aleatoria ya que los integrantes de la misma fueron determinados al azar mediante un sorteo en el programa excel, teniendo en cuenta que contamos con los datos de cada participante, en el cual se empleó la fórmula de aleatorización simple. El tamaño muestral es de 143 agentes PNP de la unidad de tránsito y seguridad vial de la población general, siendo el tipo de muestreo probabilístico estratificado, ya que obtuvo muestras independientes de diferentes extractos y probabilística ya que todos los individuos de la población tenían la misma probabilidad de ser elegidos. La muestra se obtiene aplicando la siguiente formula:

$$N = \frac{Z^2 \cdot p \cdot q \cdot N}{e^2 N - 1 - Z^2 \cdot p \cdot q}$$

Dónde:

Z = 1.96 (nivel de confianza = 95%)

P = 0.5 (50% área bajo de la curva)

Q = 0.5 (50% comp bajo la curva)

E = 0.05 (5% de error muestral)

N = 227 (población absoluta)

Tabla 3. *Muestra probabilística estratificada para la población de Agentes PNP*

Unidad de Tránsito y Seguridad Vial, según sexo.

Sexo	<i>f</i>	%
Mujeres	79	55%



Varones	64	45%
Total	143	100%

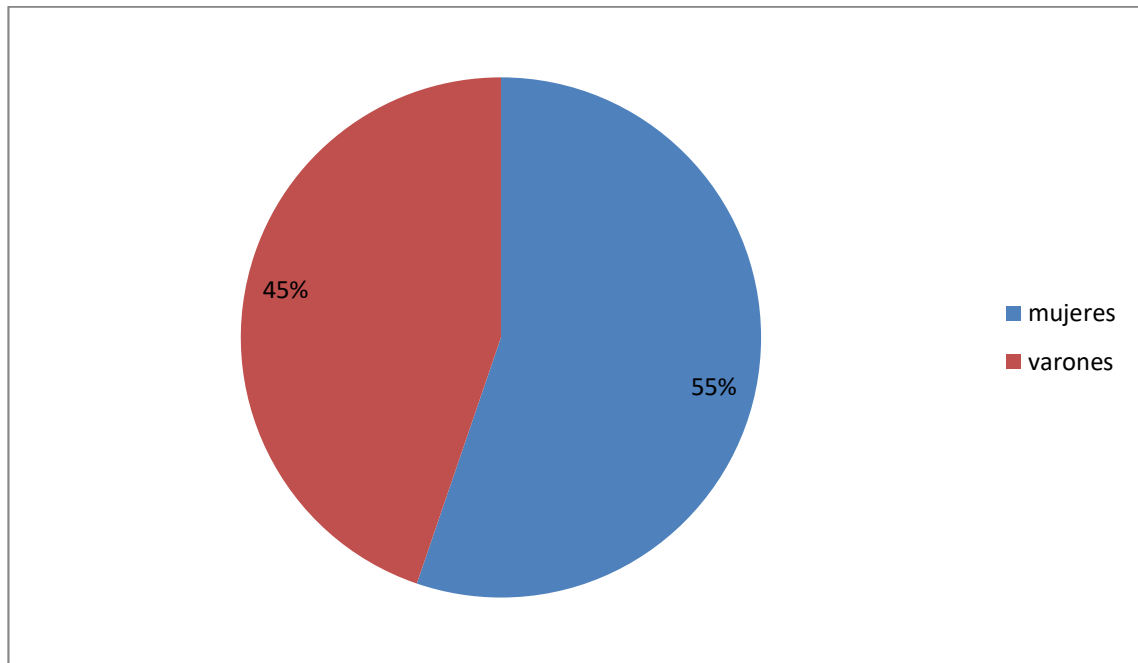


Figura 3. *Muestra probabilística estratificada en la población de Agentes PNP unidad de tránsito y seguridad vial, según sexo.*

Tabla 4. *Muestra probabilística estratificada en la población de Agentes PNP Unidad de Transito y Seguridad Vial, según modalidad de trabajo.*

Sexo	<i>f</i>	%
Administrativos	4	3%
Operativos	139	97%
Total	143	100%

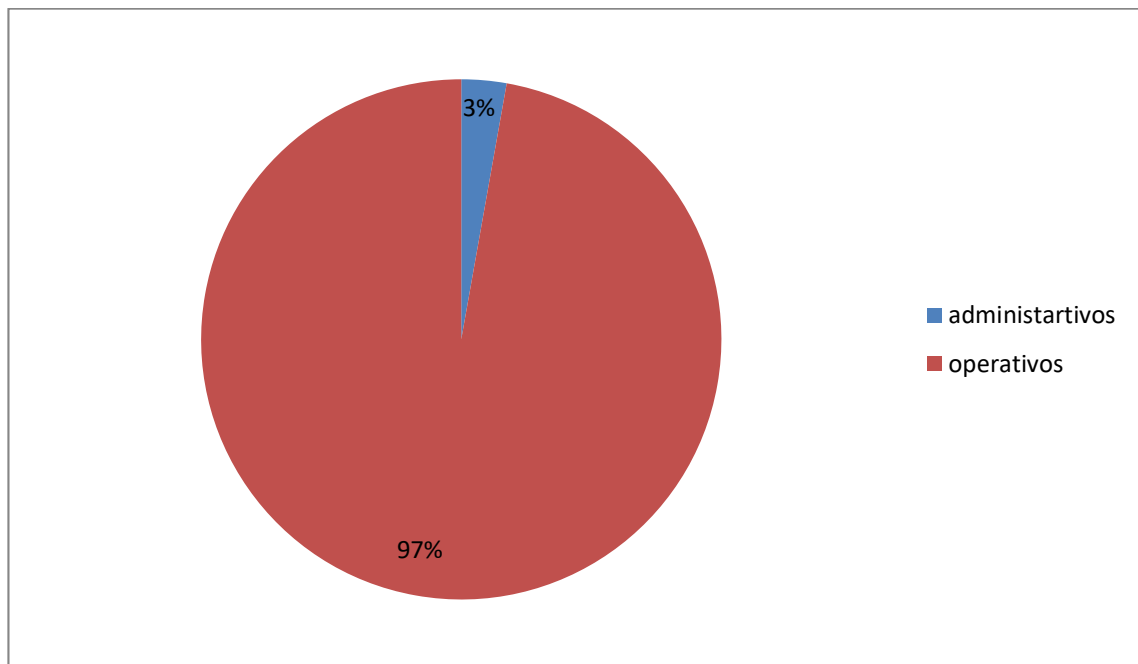


Figura 4. *Muestra probabilística estratificada en la población de Agentes PNP de la Unidad de Tránsito y Seguridad Vial, según modalidad laboral.*

Criterios de inclusión y exclusión

En los criterios del presente trabajo, se tiene que la población de estudio se dirigirá exclusivamente a los de agentes PNP pertenecientes a la UTCEVI cusco, durante la cuarentena por la pandemia Covid-19, de la ciudad del Cusco, tomando en cuenta que solo deberá incluirse a todos los agentes que se encuentre en actividad. Se excluirá a los agentes que están en cuarentena y vacaciones.

Técnicas e Instrumentos de recolección de datos

Técnicas

La técnica para este trabajo de investigación fue el empleo de pruebas estandarizadas psicológicas puesto que partiendo de ellas se recogió datos e información de forma anónima con la finalidad de conocer las preferencias y conductas de los que



participan en la encuesta en cuanto al contenido de estudio. (Hernández, Fernández & Baptista, 2014).

Instrumentos

Este primer instrumento se empleó para saber las estrategias de afrontamiento más utilizadas y el segundo para saber el nivel de resiliencia en los agentes de la unidad de tránsito y seguridad vial de la PNP Cusco.

Instrumento 1:

Cuestionario COPE

FICHA TÉCNICA

La escala se puntúa sumando un total 52 ítems dentro de una escala tipo Likert de 4 opciones, desde casi nunca lo hago, con el valor de 1, hasta hago esto con mucha frecuencia, con puntuación de 4, los participantes indicaran el grado de aprobación con el Ítem.

- **Nombre:** COPE
- **Autores:** Caver, Scheyer, Weintraub(1989)
- **Procedencia:** Estados Unidos
- **Población:** General
- **Adaptación Peruana:** Realizada por Casuso, en 1996
- **Segunda adaptación:** Polanco (2019)
- **Tiempo de administración:** Un aproximado a 15-20 minutos
- **Objetivo:** Evalúa estrategias de afrontamiento al estrés
- **Numero de Ítems:** 52
- **Dimensiones:** planificación de actividades, postergación de afrontamiento, afrontamiento activo búsqueda de apoyo, búsqueda de soporte emocional,



reinterpretación positiva, aceptación, supresión de actividades, negación, religión, enfocar y liberar emociones, desentendimiento conductual y desentendimiento mental.”

- **Datos normativos:**

La persona responde haciendo hincapié a cómo suele afrontar las situaciones estresantes habitualmente. Si se usa de manera situacional o si ha experimentado algunos eventos estresantes en los últimos tres meses, lo precisa y da su respuesta refiriéndose a ello. Debe quedar claro que no hay respuestas que se calificaran como correctas, cada reactivo es independiente, y las respuestas deben reflejar su propia experiencia o lo que hace el mayor número de personas.

Dentro de la interpretación y corrección se suma los ítems con la puntuación por cada sub-escala y se divide el resultado entre el número de ítem. La puntuación para cada una de ellas fluctúa entre 1 y 4 (máximo).

Validez y confiabilidad del instrumento

Validez: Se analiza a través de las escalas de distintos afrontamientos como medidas de personalidad. Que se demostró el afrontamiento activo, acerca del crecimiento temporal, la reinterpretación positiva, en relación a temas de autoestima, planificación, la presencia de optimismo, la reinterpretación positiva y finalmente cuando se puede tener control de la situación. Se resalta el hecho de que la relación positiva se presenta frente a la personalidad que pertenece al tipo A, como también tenga una negativa relación de ansiedad de rasgo. En este caso las escalas de COPE, se caracteriza por tener medidas de afrontamiento de carácter unidimensional, mientras que otro es Incrementado o también denominado monitoring; las que no presentan relación con la discapacidad social. (Casuso, 1996).



La segunda adaptación, se tomó de Polanco, en 2019, quien identifica un Coeficiente de V de Aiken de .88 para un nivel de significación de $p < .05$. Por otro lado, para la estructura factorial se utilizó el método de Hull, dando el tercer y último análisis un KMO de .91 y el test de esfericidad de Barlett dio un valor de $X^2 [946, N = 612] = 10239.7, p < .001$). De este modo, se logró obtener una estructura factorial final.

Confiabilidad: Muestra un alfa de Crombach de 0.45-0.92., con una confiabilidad de 0.46-0.86 y 0.42-0.89. Tiene menos de 0.40 (Martin, Jiménez, & Fernández, 2004). La segunda adaptación, se calcula la consistencia interna mediante el coeficiente Omega, alcanzando un nivel .96 (Polanco, 2019).

Instrumento 2:

Escala de Resiliencia

Ficha Técnica

- **Nombre del Instrumento:** Escala de Resiliencia
- **Autores:** Wagnild, G. Young, H. (1993)
- **Adaptación Peruana:** Novella (2002)
- **Objetivo:** fijar el nivel de resiliencia para la realización de un análisis psicométrico de los niveles de resiliencia en los adolescentes y adultos considerando la resiliencia como un rasgo de personalidad que permite la acomodación de la persona.
- **Numero de ítems:** Formado por 25 reactivos
- **Dimensiones:** Consta de cinco dimensiones: ecuanimidad, perseverancia, confianza en sí mismo, sentirse bien solo y satisfacción personal.
- **Tiempo de aplicación:** De 25 a 30 minutos



- **Administración y evaluación:** instrumento que se puede responder con instrumento de papel y lápiz o manera virtual, consta de 25 ítems, que se puntúan en cada escala Likert: Donde 1 da ha entender el máximo desacuerdo y 7 el máximo de acuerdo. Todos aquellos que son calificados más cercanos a 175 puntos serán puntajes indicadores de un nivel de resiliencia superior.

El tiempo asignado para resolver toda la escala por los agentes PNP será de 25 a 30 minutos aproximadamente, si se presenta alguna duda o cuestionamiento se pueden hacer aclaraciones, pero teniendo mucho cuidado para no influir de ninguna manera la dirección de las respuestas.

Escala de resiliencia (ER):

Validez: Conforme los criterios de káiser, se encontraron cinco factores.

La validez de contenido se desarrolló mediante juicio de expertos. La validez concurrente se determinó en razón a la relación con otras variables psicológicas: satisfacción de vida, $r = 0.59$, $r = 0.54$, salud, moral depresión, percepción al estrés, $r = -0.67$, con $r = -0.36$, $r = 0.50$ y autoestima, $r = 0.57$. En cuanto a la validez de constructo, se utilizó el análisis factorial para determinar el modelo de intervención, además se confirmó la estructura interna del cuestionario, con el método de componentes primordiales y rotación *oblimin*, que nos reveló 5 factores que no están correlacionados entre sí.

Confiabilidad: La prueba piloto sirvió para calcular la confiabilidad, mediante el coeficiente alfa de Cronbach, con un 0.89, mostrando alto nivel de fiabilidad (Novella, 2002). Además, los indicadores de confiabilidad fueron calculados en otras poblaciones Wagnild & Young encontraron un coeficiente de 0,85 al evaluar cuidadores de enfermos con alzhéimer; Otambien se encuentran indicadores de .86 y 0.85 en grupos muestrales de estudiantes mujeres graduadas y un coeficiente de 0.76 en una población de residentes de alojamientos públicos. También se



identificó mediante el método test-re test la confiabilidad que fue calculada dentro de un estudio de diseño longitudinal, en una muestra de mujeres embarazadas en pre y post parto, con correlaciones de 0.67 a 0.84, que se consideran moderadas.

La adaptación nueva de la escala de resiliencia se ejecutó en 2004, dándose una nueva adaptación en la UNMSM, dentro de la Facultad de Psicología, utilizándose para esto una muestra de 400 estudiantes, varones y mujeres en rango de edad de 13 hasta 18 años, posteriormente se calculó la confiabilidad mediante el alfa de Cronbach, con un coeficiente de 0.83

Técnicas de Procesamiento de datos:

Se utilizó el paquete estadístico statistical package for the social sciences SPSS. Para realización del análisis de los resultados, primero se codificó dichos resultados en relación al manual y como segundo paso se realizó el procesamiento de información para obtener de la base de datos.



CAPITULO IV

RESULTADOS DE LA INVESTIGACIÓN

Los resultados de la investigación se muestran en el presente apartado, ordenándose a fin de generar una mejor comprensión partiendo de los objetivos específicos para finalizar con el objetivo general.

Resultado respecto a los objetivos específicos

En la primera parte del análisis de resultados se identifica y describe la explicación de las variables siguientes partiendo de las estrategias de afrontamiento al estrés considerando la predominancia de estas y resiliencia considerando su nivel, posteriormente se analiza la presentación de ambas variables de estudio considerando los grupos poblacionales: modalidad laboral, sexo y edad.

La tabla 5 muestra la distribución de frecuencias y porcentajes respecto a las tres primeras estrategias de afrontamiento presentadas por los evaluados, con la finalidad de responder al objetivo de identificar y describir las estrategias de afrontamiento al estrés predominantes en agentes PNP de la unidad de tránsito y seguridad vial, durante la cuarentena por la pandemia Covid-19. Para la estrategia más desarrollada se identifica la planificación de actividades, con 64.3% de evaluados, seguida de la estrategia reinterpretación positiva, con 9.8% de evaluados, continuando las siguientes estrategias en nivel descendente; para la segunda estrategia presente en los evaluados se identifica la reinterpretación positiva, con



26.6% de evaluados, seguida de la estrategia aceptación 17.5%, finalmente la tercera estrategia más desarrollada muestra la reinterpretación positiva, con 23.1% de evaluados y acudir a la religión, con 16.1%.

Tabla 5. Principales estrategias de afrontamiento al estrés

Estrategia	1ra estrategia		2da estrategia		3ra estrategia	
	<i>F</i>	%	<i>f</i>	%	<i>f</i>	%
Afrontamiento activo	5	3.5	11	7.7	11	7.7
Planificación de actividades	92	64.3	15	10.5	4	2.8
Supresión de actividades	4	2.8	7	4.9	13	9.1
Postergación de Afrontamiento	2	1.4	7	4.9	7	4.9
Búsqueda de Apoyo social	2	1.4	8	5.6	14	9.8
Búsqueda de Soporte emocional	3	2.1	10	7.0	12	8.4
Reinterpretación positiva	14	9.8	38	26.6	33	23.1
Aceptación	13	9.1	25	17.5	19	13.3
Negación	2	1.4	8	5.6	7	4.9
Acudir a la religión	6	4.2	14	9.8	23	16.1
Total	143	100.0	143	100.0	143	100.0

Dada las distintas posibilidades en presentación de resultados que permite el análisis para la variable estrategias de afrontamiento se realiza el análisis de la estrategia predominante. La tabla 6 muestra como estrategias predominantes a la planificación de actividades con 64.3%



de evaluados, seguida de las estrategias reinterpretación positiva, con 9,8%, aceptación, con 9.1% y otras estrategias que agrupa al 16.8% de evaluados. Es importante presentar esta distribución dada la necesidad de utilizar estadísticos de asociación posteriormente.

Tabla 6. Estrategias de afrontamiento al estrés predominantes

Estrategia	<i>f</i>	%
Planificación de actividades	92	64.3
Reinterpretación positiva	14	9.8
Aceptación	13	9.1
Otras estrategias	24	16.8
Total	143	100.0

El segundo objetivo de investigación que busca identificar y describir el nivel de resiliencia en agentes PNP de la unidad de tránsito y seguridad vial, durante la cuarentena por la pandemia Covid-19, mostrando la tabla 7 un mayor grupo de agentes de la PNP, que participaron del estudio, que tienen un el nivel alto de capacidad de resiliencia, con 51.7% de evaluados, seguido del nivel moderada capacidad de resiliencia, con 30.8%, para finalmente ubicarse el nivel escasa capacidad de resiliencia, con 17.5% de evaluados.

Tabla 7. Nivel de resiliencia

Nivel	<i>f</i>	%
Mayor capacidad de resiliencia	74	51.7
Moderada capacidad de resiliencia	44	30.8



Escasa capacidad de resiliencia	25	17.5
Total	143	100.0

La tabla 8 muestra la distribución de frecuencias y porcentajes que permiten atender al tercer objetivo de investigación que busca identificar y describir las estrategias de afrontamiento al estrés predominantes en agentes operativo PNP de la unidad de tránsito y seguridad vial, durante la cuarentena por la pandemia Covid-19, según modalidad laboral, identificándose dentro del personal operativo el grueso de la muestra analizada, con mayor orientación a la estrategia planificación de actividades, agrupando a 64.0% de evaluados, seguida de la estrategia reinterpretación positiva, con 10.1%; por su lado el grupo de administrativos ubica mayor cantidad de evaluados en la estrategia planificación de actividades, con 75.0% de evaluados y la estrategia acudir a la religión, con 25.0%.

Tabla 8. Estrategias de afrontamiento al estrés predominantes, según modalidad laboral.

	Operativos	Administrativos
--	------------	-----------------



Estrategia	<i>f</i>	%	<i>F</i>	%
Afrontamiento activo	5	3.6	0	0.0
Planificación de actividades	89	64.0	3	75.0
Supresión de actividades	4	2.9	0	0.0
Postergación de Afrontamiento	2	1.4	0	0.0
Búsqueda de Apoyo social	2	1.4	0	0.0
Búsqueda de Soporte emocional	3	2.2	0	0.0
Reinterpretación positiva	14	10.1	0	0.0
Aceptación	13	9.4	0	0.0
Negación	2	1.4	0	0.0
Acudir a la religión	5	3.6	1	25.0
Total	139	100,0	4	100.0

El cuarto objetivo de investigación que busca identificar y describir es el nivel de resiliencia, en agentes PNP de la unidad de tránsito y seguridad vial, durante la cuarentena por la pandemia covid-19, según modalidad laboral, mostrando la tabla 10, en la columna correspondiente a personal operativo, un mayor grupo de agentes de la PNP que participaron del estudio en el nivel mayor capacidad de residencia, con 53.2% de evaluados, seguidos del nivel moderada capacidad de residencia, con 30.2%, para finalmente ubicarse el nivel escasa capacidad de resiliencia, con 16.5% de evaluados. Mientras el personal netamente administrativo muestra una agrupación paralela entre los niveles moderada capacidad de residencia y escasa capacidad de resiliencia, con 50.0% de evaluados en ambos casos, no ubicándose ningún evaluado en el nivel, mayor capacidad de resiliencia.



Tabla 9. Nivel de resiliencia, según modalidad laboral.

Nivel	Operativos		Administrativos	
	<i>f</i>	%	<i>F</i>	%
Mayor capacidad de resiliencia	74	53.2	0	0.0
Moderada capacidad de resiliencia	42	30.2	2	50.0
Escasa capacidad de resiliencia	23	16.5	2	50.0
Total	139	100.0	4	100.0

La tabla 10 muestra la distribución de frecuencias y porcentajes que permiten atender al quinto objetivo de investigación que busca identificar y describir las estrategias de afrontamiento al estrés predominantes en agentes PNP de la Unidad de tránsito y seguridad vial, durante la cuarentena por la pandemia Covid-19, según sexo, identificándose dentro del grupo masculino una mayor orientación a la estrategia planificación de actividades, agrupando a 65.6% de evaluados, seguida de la estrategia reinterpretación positiva, con 10.9% de esvarados, mientras el grupo de mujeres ubica mayor cantidad de evaluadas en la estrategia planificación de actividades, con 63.3% de evaluados y las estrategias reinterpretación positiva y aceptación, con 8.9% de evaluados en ambos casos.

Tabla 10. Estrategias de afrontamiento al estrés predominantes, según sexo

Estrategia	Masculino		Femenino	
	<i>f</i>	%	<i>f</i>	%



Afrontamiento activo	2	3,1	3	3.8
Planificación de actividades	42	65,6	50	63.3
Supresión de actividades	2	3,1	2	2.5
Postergación de Afrontamiento	2	3,1	0	0.0
Búsqueda de Apoyo social	0	0.0	2	2.5
Búsqueda de Soporte emocional	1	1.6	2	2.5
Reinterpretación positiva	7	10.9	7	8.9
Aceptación	6	9.4	7	8.9
Negación	1	1.6	1	1.3
Acudir a la religión	1	1.6	5	6.3
Total	64	100,0	79	100.0

El sexto objetivo de investigación que busca identificar y describir los niveles de resiliencia en agentes PNP de la Unidad de tránsito y seguridad vial, durante la cuarentena por la pandemia Covid-19, según sexo, para tal fin la tabla 12, muestra más de agentes de la PNP del grupo masculino en el nivel mayor capacidad de resiliencia, con 59.4% de evaluados, seguidos del nivel moderada capacidad de resiliencia, con 25.0%, para finalmente ubicarse el nivel escasa capacidad de resiliencia, con 15.6% de evaluados. Por su lado, el grupo de mujeres muestra más agentes en el nivel mayor capacidad de resiliencia, con 45.6% de evaluados, seguidos del nivel moderada capacidad de resiliencia, con 35.4%, para finalmente ubicarse el nivel escasa capacidad de resiliencia, con 19.0% de evaluados.

Tabla 11. Nivel de resiliencia, según sexo

	Masculino	Femenino
--	-----------	----------



Nivel	<i>f</i>	%	<i>f</i>	%
Mayor capacidad de resiliencia	38	59.4	36	45.6
Moderada capacidad de resiliencia	16	25.0	28	35.4
Escasa capacidad de resiliencia	10	15.6	15	19.0
Total	64	100.0	79	100.0

La tabla 12 muestra la distribución de frecuencias y porcentajes que permiten atender al séptimo objetivo de investigación que busca identificar y describir las estrategias de afrontamiento al estrés predominantes en agentes PNP de la Unidad de tránsito y seguridad vial, durante la cuarentena por la Pandemia Covid-19, según edad, identificándose dentro del grupo menos de 25 años una mayor orientación a la estrategia planificación de actividades, agrupando a 60.0% de evaluados, seguida de las estrategias reinterpretación positiva y aceptación, ambas con 12.5% de evaluados; por su parte el grupo de 25 a 30 años presenta un mayor grupo de agentes en el nivel planificación de actividades, con 73.2%, seguida de la estrategia aceptación, con 8,5%; por último el grupo de 30 a más años presenta un mayor grupo de agentes en el nivel planificación de actividades, con 50.0% de evaluados, seguida de las estrategias reinterpretación positiva y acudir a la religión, con 12.5% de evaluados en ambos casos.

Tabla 12. Estrategias de afrontamiento al estrés predominantes, según edad

	Menos de 25 años	De 25 a 30 años	Más de 30 años
--	------------------	-----------------	----------------



Estrategia						
	<i>f</i>	%	<i>f</i>	%	<i>f</i>	%
Afrontamiento activo	2	5.0	2	2.8	1	3.1
Planificación de actividades	24	60.0	52	73.2	16	50.0
Supresión de actividades	2	5.0	0	0.0	2	6,3
Postergación de Afrontamiento	1	2.5	1	1.4	0	0.0
Búsqueda de Apoyo social	0	0.0	1	1.4	1	3.1
Búsqueda de Soporte emocional	0	0.0	2	2.8	1	3.1
Reinterpretación positiva	5	12.5	5	7.0	4	12.5
Aceptación	5	12.5	6	8.5	2	6.3
Negación	0	0.0	1	1.4	1	3.1
Acudir a la religión	1	2.5	1	1.4	4	12.5
Total	40	100.0	71	100.0	32	100.0

El último objetivo específico de investigación que busca identificar y describir los niveles de resiliencia, en agentes PNP de la Unidad de tránsito y seguridad vial, durante la cuarentena por la pandemia Covid-19, según edad, mostrando la tabla 13, una mayor cantidad de agentes de la PNP del grupo de menos de 25 años en el nivel mayor capacidad de resiliencia, con 60.0% de evaluados, seguidos del nivel moderada capacidad de resiliencia, con 22.5%, para finalmente ubicarse el nivel escasa capacidad de resiliencia, con 17.5% de evaluados; mientras el grupo de 25 a 30 años muestra más cantidad de agentes en el nivel mayor capacidad de resiliencia, con 47.9% de evaluados, seguidos del nivel moderada capacidad de resiliencia, con 35.2%, para finalmente ubicarse el nivel escasa capacidad de resiliencia, con 16.9% de evaluados; por último, el grupo de más de 30 años muestra más agentes en el nivel mayor capacidad de resiliencia, con 50.0% de evaluados, seguidos del nivel moderada capacidad de



resiliencia, con 31.3%, para finalmente ubicarse el nivel escasa capacidad de resiliencia, con 18.8% de evaluados.

Tabla 13. Nivel de resiliencia, según edad.

Nivel	Menos de 25 años		De 25 a 30 años		Más de 30 años	
	<i>F</i>	%	<i>f</i>	%	<i>f</i>	%
Mayor capacidad de resiliencia	24	60.0	34	47.9	16	50.0
Moderada capacidad de resiliencia	9	22.5	25	35.2	10	31.3
Escasa capacidad de resiliencia	7	17.5	12	16.9	6	18.8
Total	40	100.0	71	100.0	32	100.0

Resultados respecto al objetivo general

Se presenta, en la tabla 14, el análisis estadístico a fin de determinar la relación entre las estrategias de afrontamiento al estrés predominantes y el nivel de resiliencia en agentes PNP de la Unidad de tránsito y seguridad vial, durante la cuarentena por la pandemia Covid-19, de la ciudad del Cusco, para el periodo programado en el estudio. Se trabajó con el estadístico Chi cuadrado, al encontrarse en los datos una presentación ordinal y nominal de datos en su presentación final, encontrándose un 19,376 como resultado del estadístico empleado, junto a un *p*-valor de 0,004, inferior al nivel de significación de 0,05, aceptándose de esta manera la hipótesis alterna de investigación. Pudiéndose afirmar la relación entre las estrategias de afrontamiento al estrés predominante y el nivel de resiliencia.

Tabla 14. Relación resiliencia y estrategias de afrontamiento al estrés.



NIVELES DE RESILIENCIA		ESTRATEGIAS DE AFRONTAMIENTO AL ESTRÉS PREDOMINANTES				Total
		Planificación de actividades	Re- interpretación positiva	Aceptación	Otras estrategias	
Escasa capacidad de resiliencia	Recuento	7	5	4	9	25
	% dentro de Est.	7.6	35.7	30.8	37.5	17.5
	Afro					
Moderada capacidad de resiliencia	Recuento	29	4	5	6	44
	% dentro de Est.	31.5	28.6	38.5	25.0	30.8
	Afro					
Mayor capacidad de resiliencia	Recuento	56	5	4	9	74
	% dentro de Est.	60.9	35.7	30.8	37.5	51.7
	Afro					
Total	Recuento	92	14	13	24	143
	% dentro de Est.	100.0	100.0	100.0	100.0	100.
	Afro					0

Chi-cuadrado = 19,376 *p valor* = 0.004

CAPITULO V



DISCUSION

Descripción de los hallazgos más relevantes y significativos

En tiempos de pandemia por covid-19, los agentes de la PNP han tenido una exposición frecuente a situaciones de riesgo que producen altos niveles de estrés, las cuales son frecuentes para el personal perteneciente a la primera línea de lucha contra el covid-19, como se evidencia el caso en intervenciones a fiestas covid, accidentes de tránsito, cumplimiento de las medidas de restricción como el toque de queda, intervención de vehículos y personas que se encuentren fuera de sus domicilios durante el toque de queda o el incumplimiento a la restricción de salida en días de inmovilización total, pese al riesgo de contagio por el virus y la sobrecarga de labor en esta unidad.

Nuestra investigación pone de manifiesto que los agentes PNP han venido empleando de manera frecuente las estrategias de afrontamiento al estrés, como muestran los resultados en relación a los objetivos específicos, lo cual da a conocer que como primera estrategia de afrontamiento al estrés predomina la estrategia planificación de actividades, con 64.3%, la cual considera que el individuo piensa como enfrentarse al estresor y proyecta, para si mismo, sus esfuerzos de afrontamiento activo, lo que refleja que los agentes de la PNP han estado utilizando esta estrategia para afrontar un evento estresante. Esta estrategia de afrontamiento pertenece al estilo enfocado en el problema el cual se dirige a la solución y el cambio de un contexto estresante, con el fin de la mejora y superación de la situación adversa. La segunda estrategia de afrontamiento al estrés utilizada por los agentes es la reinterpretación positiva, con un 9.8 %, la cual está enfocada a la emoción, se basa en moderar las emociones que resultan de una entorno estresante, que permite que los agentes policiales salgan airosos de dicha situación, permitiendo además que los miembros PNP se enfoquen en la reevaluación positiva y esperanzadora, en todas aquellas emociones que provocaron angustia, intranquilidad y agobio. La tercera estrategia es la aceptación, mostrando un 9.1%, lo que nos indica que los



agentes policiales utilizan esta estrategia al reconocer una situación que requiere atención que le causa malestar para luego buscar la estrategia y afrontar eficientemente dicha situación.

El trabajo de los efectivos policiales en la actualidad tiene niveles de estrés elevados, por su labor en hacer cumplir las medidas preventivas planteadas por el gobierno peruano, para hacer frente al covid-19, como se describe en la investigación, sin embargo, los policías que viven y enfrentan los riesgos en el trabajo buscan encontrar recursos dentro de sí mismos, para superar los eventos desfavorables como se demuestra en nuestro estudio, con una mayor capacidad de resiliencia, encontrándose un 51.7%, seguida de la moderada capacidad de resiliencia con un 30.8% y finalizando con un 17.5% que muestra escasa capacidad de resiliencia considerando que es un porcentaje que debemos evaluar para una intervención futura.

Con respecto a las estrategias de afrontamiento al estrés, según modalidad laboral, se halló que la planificación de actividades es la estrategia que más utilizan los grupos administrativos y los operativos, y en el grupo de los operativos la segunda estrategia más empleada es la reinterpretación positiva. De acuerdo a las estrategias de afrontamiento según sexo, no se evidencio diferencia entre los dos grupos ya que desarrollan la planificación de actividades como primera estrategia y la segunda estrategia es la reinterpretación positiva, seguida de la aceptación. En relación a las estrategias de afrontamiento al estrés predominante según edad dentro de los tres rangos, muestran los resultados que la planificación de actividades es la estrategia más desarrollada por los tres grupos (menos de 25 años, de 25 a 30 años y de 30 a más) , la segunda estrategia más desarrollada para los rangos de menos de 25 años es la reinterpretación positiva y la aceptación, para el rango de 25 a 30 años, la segunda estrategia más utilizada es la aceptación y como tercera estrategia es la reinterpretación positiva. En el rango de más de 30 años se observa lo contrario como segunda estrategia se da la reinterpretación positiva seguida de la aceptación



Al analizar la muestra, según modalidad de trabajo, se encontró en el grupo de operativos una alta capacidad de resiliencia, seguida de una moderada capacidad de resiliencia, mientras que los administrativos muestran una capacidad moderada de resiliencia, seguida de una mínima capacidad de resiliencia. De igual manera se muestra el nivel de resiliencia por varones y mujeres que tienen una mayor capacidad de resiliencia seguida de una moderada y escasa capacidad de resiliencia. Por consiguiente en el nivel de resiliencia según edad no existe diferencia entre los rangos de edad ya que los evaluados en su gran mayoría revelan mayor capacidad de resiliencia, seguida de la moderada y la escasa capacidad de resiliencia.

Finalmente, en el objetivo general, los resultados muestran la existencia de una relación significativa entre las estrategias de afrontamiento al estrés y el nivel de resiliencia en agentes PNP de la Unidad de Tránsito y Seguridad Vial en contexto covid-19.

Limitaciones del estudio

El presente estudio tiene entre sus limitaciones prácticas y metodológicas la limitación en la validez externa de los resultados, ya que el estudio se ha desarrollado en el área de unidad de tránsito y seguridad vial de la PNP y solo se puede generalizar para esta área o grupo poblacional.

El difícil acceso para evaluar a los efectivos policiales ya que el contexto y los protocolos de bioseguridad por el covid-19 no permiten las reuniones y aglomeraciones de multitudes, es por ello que las indicaciones y recomendaciones fueron dadas de manera virtual, y de la misma forma fueron evaluadas.



Comparación crítica con la literatura existente

Comparando los resultados descubiertos con la investigación realizada por Cerquera, Matajira, Romero & Peña (2019) quienes realizan una investigación titulada “Estrategias de afrontamiento y resiliencia en adultos mayores víctimas del conflicto armado colombiano”, y la investigación de Leiva (2016), cuyo título es “Autoestima y estilos de afrontamiento al estrés en el personal de salud de la policía nacional del Perú, red norte y red oeste, Lima”, se encontró semejanza en ambas investigaciones con la presente investigación, la estrategias mayormente empleada es la reinterpretación positiva, reflejando que las personas se enfocan en posibles aspectos positivos y así modifican el significado de la situación estresante y poder reevaluar de forma positiva y esperanzadora las emociones que son causantes de angustia, tal como indica Lazarus y Folkman (1984) para que las personas continúen con el propósito de actuar de forma adecuada en circunstancias estresantes en las que se desarrollan y conseguir todo lo positivo de la situación para un buen desarrollo personal o tener una perspectiva más favorable de ella.

Vistin y Yuquilema (2021), cuya investigación tiene por título “Resiliencia y estrategias de afrontamiento al covid-19, en funcionarios del consejo de la judicatura, Riobamba” tiene resultados coincidentes con Galarza y Nieves (2020) en su investigación titulada “estrategias de afrontamiento al estrés y síndrome de burnout en los policías de la UNIPREMB- Surquillo, Lima 2020”, al igual que con la presente investigación, cuyos resultados refieren el uso predominante de estrategias racionales orientadas en el problema por encima de las estrategias orientadas a la emoción. Explicándose así como el producto de factores relacionados en el desarrollo de formación policial, encontrándose dentro de una organización institucional con valores y cultura peculiar, teniendo en cuenta el rol que desarrolla la instrucción en ese ambiente educativo, que requiere el adiestramiento repetitivo de determinadas acciones orientadas a fomentar respuestas predeterminadas para que se dé la resolución de conflictos tipificados (Valera, 2008).



Calancha & Bonnami (2022), en su investigación titulada “Clima laboral y estrategias de afrontamiento al estrés en colaboradores de la sede principal de GORE durante la cuarentena nacional por covid-19”, muestran resultados que concuerdan con esta investigación, señalando que independientemente al género, a la edad y a la modalidad laboral que presenta la población estudiada tienden a utilizar estrategias adecuadas que en muchos casos van a depender de las diferentes situaciones y variadas exigencias del entorno el cual afrontan en su día a día (Frydemberg, 1991).

En cuanto a los resultados hallados en este trabajo de Vistin y Yuquilema (2021), titulado “Resiliencia y estrategias de afrontamiento al covid-19, en funcionarios del consejo de la judicatura, Riobamba”, así como en la investigación de Aucancela & Armas (2021), titulada “Resiliencia e impulsividad en agentes civiles de tránsito del gobierno autónomo descentralizado del cantón Riobamba”, se identifica semejanzas con el presente estudio al encontrarse altos niveles de resiliencia, por lo que se puede decir que cuentan con la capacidad para reaccionar en momentos difíciles y el desarrollo de diferentes habilidades para resolver condiciones problemáticas, así como adaptarse a la situación para salir con éxito de las experiencias traumáticas (Matta, 2010). Nuestro resultado muestra que los policías emplean un alto nivel de resiliencia en relación a la pandemia por covid-19, donde se aprecia que los efectivos están sometidos a situaciones adversas y desconocidas como es la pandemia que se enfrentó, que surgió de manera abrupta y tiene un efecto rebrote de resiliencia, aumentado este de manera considerable compensando el impacto y por ende se favorece la capacidad de afrontamiento a situaciones críticas. Finalmente se establece que los efectivos policiales de la UTSEVI ante las situaciones presentes tienen un nivel adecuado de resiliencia, lo cual les ha permitido adaptarse a una nueva realidad.

En la investigación realizada por Inofuente (2022), titulada “Niveles de resiliencia durante la covid-19 en el personal de una institución de investigación criminal peruana”, los



resultados reflejan niveles altos de resiliencia para el sexo masculino como femenino, estos resultados coinciden con el resultado reportado de Gutiérrez (2020), cuya investigación titulada “ Resiliencia y estrés laboral en policías de la unidad de protección de carreteras de Ica, del departamento de Ica, en el contexto de emergencia sanitaria, 2020” presentan altos niveles de resiliencia, así como en la investigación presente muestra que tanto los varones como mujeres puntúan altos niveles de resiliencia. Podemos analizar que los niveles de resiliencia no están asociados al género sino más bien como refiere Groberg (2006), el cual identifica el rol que tiene el proceso humano desarrollando la capacidad para ser una persona resiliente, además considera las estrategias de promoción en acorde a las etapas de desarrollo de Erickson, el cual conceptualiza la resiliencia dentro del ciclo vital de la vida, en el cual se promueve nuevos factores de resiliencia sobre el origen de aquellos factores que ya se desarrollaron en etapas anteriores. La resiliencia es un constante modo de funcionamiento flexible y adaptable (Natán, et al. 2005), además de ser una capacidad la cual se da a través de los procesos dinámicos en todo el ciclo de la vida y que se desarrolla mediante las experiencias y la necesidad para resolver problemas (Plata, 2013).

En esta presente investigación así como en la investigación de Chipana & Rimachi (2021), con título “Afrontamiento al estrés y resiliencia, en bomberos voluntarios en contexto covid-19” se afirma la relación de las estrategias de afrontamiento al estrés predominantes y el nivel de resiliencia, analizando dichos hallazgos desde la psicología positiva, se propone que los rasgos de personalidad, como la propia seguridad en uno y en la propia capacidad de afronte, pensar que una persona puede influir en lo sucedido y creer que puedes aprender tanto de las experiencias positivas como de las experiencias negativas, favorecerán aquellas respuestas resilientes (Finez & Moran, 2014). Los efectivos policiales al ser resilientes son objetivos, lo que les permite organizarse para encontrar las diversas maneras de afrontar un suceso estresante así poder elaborar un plan de acción, la reinterpretación positiva, busca lo positivo así como



lo favorable del problema y pretende la mejora y el crecimiento a partir del contexto, esto ayudara a controlar aquellas dificultades y traumas, para salir fortalecido de ellas. La aceptación es también una estrategia influyente en la resiliencia, significa reconocer y aceptar que tenemos un problema y este es el primer paso para intentar solucionarlo (Moran, 2019).

Implicaciones del estudio

Una de las implicancias más importantes de este estudio es generada por los resultados encontrados dentro del nivel de resiliencia de los agentes, se encontró un importante número de efectivos que tienen escasa capacidad de resiliencia, se propone a la institución policial un reajuste en los temarios de estudio dentro de su formación en la escuela policial, para que ya no se abarque solo bases conceptuales sino también se logre desarrollar habilidades personales en los agentes policiales. Así mismo se sugiere la realización de programas para prevenir e intervenir procesos de estrés, con cuyo fin de proteger y conservar la salud física y la salud mental de los agentes policiales, además se propone la realización de talleres psicoeducativos que permita a cada agente reconocer y fortalecer su capacidad de resiliencia.



CONCLUSIONES

Primera: Existe relación estadísticamente significativa entre las estrategias de afrontamiento al estrés y el nivel de resiliencia en los agentes PNP de la unidad de tránsito y seguridad vial Cusco durante la cuarentena por la pandemia covid-19.

Segunda: Las estrategias de afrontamiento al estrés predominantes en los agentes PNP son la planificación de actividades, perteneciente al estilo orientado en el problema; seguida de la estrategia de reinterpretación positiva, correspondiente al estilo orientado en la emoción y como tercera estrategia la aceptación y acudir a la religión, perteneciente al estilo enfocado en el problema.

Tercera: Predomina una alta capacidad de resiliencia en los agentes PNP, lo que da a conocer que presentan características para enfrentar las dificultades de forma adecuada y así tener una adaptación positiva a las diferentes circunstancias que se muestran en contexto de pandemia por el covid-19.

Cuarta: Entre las estrategias de afrontamiento al estrés predominantes, en el grupo administrativo, resalta la estrategia de planificación de actividades así como la reinterpretación positiva, mientras que en el grupo operativo resalta la planificación de actividades y acudir a la religión, que les permite elaborar y proyectar actividades para realizar y afrontar eficazmente situaciones estresantes.

Quinta: Al analizar el nivel de resiliencia entre los agentes administrativos y operativos, se comprobó que los agentes operativos presentan mayor agrupación en el nivel alto. En cuanto a los agentes administrativos se encuentran mayormente con una moderada capacidad de resiliencia.



Sexta: Al analizar las estrategias de afrontamientos al estrés predominantes según sexo, se encontró la estrategia planificación de actividades como la estrategia más utilizada en ambos grupos, varones y mujeres.

Séptima: En referencia al nivel de resiliencia se encontró, indistintamente del sexo, que los evaluados se ubican en un nivel alto.

Octava: Dentro de las estrategias de afrontamiento predominantes en los tres grupos etarios, se encontró como primera estrategia la planificación de actividades, seguida de la reinterpretación positiva y la aceptación.

Novena: Al analizar el nivel de resiliencia según edad, en los tres grupos etarios, se halló que estos grupos presentan un mayor porcentaje de alta resiliencia, seguida de una moderada capacidad de resiliencia.



RECOMENDACIONES

Primera. Implementar asistencia psicológica dentro de la institución policial para los agentes de la Unidad UTSEVI- Cusco, con el objetivo de alcanzar un buen manejo de situaciones estresantes y lleguen a reconocerlas, para así mejorar su rendimiento laboral en la actualidad y ante futuras amenazas inesperada.

Segunda. Se sugiere a la institución policial específicamente la unidad de tránsito y seguridad vial, realizar programas psicoeducativos con diferentes objetivos principalmente el de fortalecer las estrategias de afrontamiento, como el afrontamiento activo y la búsqueda de apoyo emocional.

Tercera. Fomentar dentro de la institución específicamente la unidad UTSEVI realizar el desarrollo de programas para la reducción de estrés con la finalidad de brindar herramientas y fortalecer las estrategias de afrontamiento al estrés que ellos utilizan diariamente.

Cuarta. Se sugiere a los alumnos de últimos semestres de la ETS PNP Mariano Santos-Cusco, quienes realizan investigaciones, seguir con los trabajos de estudio dirigidos a dicha población, tomando en cuenta el grado policial con el propósito de obtener información más precisa sobre las estrategias de afrontamiento al estrés y resiliencia.

Quinta. Promover dentro de la Institución policial UTSEVI, el desarrollo talleres, capacitaciones o actividades psicológicas, orientadas al buen desarrollo de las estrategias de afrontamiento centradas en la emoción y en el problema, así como su capacidad de resiliencia.

Sexta. Es meritorio elogiar al personal policial mediante reconocimientos por su destacada y ardua labor en esta etapa de pandemia que se suscitó, con el propósito del fortalecimiento de la resiliencia en el personal.



REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICA

- Amaris, M., Madariaga, C., Valle, M. & Zambrano. (2013). Estrategias de afrontamiento individual y familiar frente a situaciones de estrés psicológico. Universidad del Norte; puerto Colombia. Red de Revistas Científicas de América Latina, El Caribe, España y Portugal. Redalyc. Barranquilla.
- Arellano, N. (2002). Estrés. Consultado el 14 de noviembre del 2022, de: http://www.quadernsddigital.net/datos-web/emeroteca/nr_507/a-7061/7061.html.
- Aucancela, V. & Armas, J., (2021). *Resiliencia e impulsividad en agentes civiles de tránsito del Gobierno Autónomo Descentralizado del cantón Riobamba*. <http://dspace.unach.edu.ec/handle/51000/8023>
- Arjona, J. & Guerrero, S. (2001). *Un estudio sobre los estilos y las estrategias de afrontamiento y su relación con la variable adaptación*. Recuperado el 14 de noviembre del 2022. <http://www.psicologiacientifica.com/bv/psicologia-182-1-un-estudio-sobre-los-estilos-y-las-estrategias-de-afrontamie.html>.
- Becoña, E. (2006). Resiliencia: definición, características y utilidad del concepto. Recuperado el 15 de abril del 2023. <https://revistas.uned.es/index.php/RPPC/article/view/4024/3878>.
- Calancha, E. & Bonnami, G. (2021). *Clima laboral y estrategias de afrontamiento al estrés en colaboradores de la sede principal del gobierno regional del cusco, durante la cuarentena nacional por COVID-19, Cusco-2021*.
- Casuso, L. (1996). *Adaptación de la prueba COPE sobre estilos de afrontamiento en un grupo de estudiantes universitarios de lima. Tesis para optar el título de licenciatura en psicología con medición en psicología clínica. Pontífice universidad católica del Perú*.
- Cerquera, A., Matajira, J., Romero, L., & Peña, A. J. (2019). *Estrategias de afrontamiento y resiliencia en adultos mayores víctimas del conflicto armado. Tesis Psicológica, 14(2), 66–82*. <https://doi.org/10.37511/tesis.v14n2a4>



Diario Oficial El Peruano. (2020). Elperuano.P. Recuperado el 14 de noviembre de 2022, de <https://diariooficial.elperuano.pe/normas>.

Diario Oficial El Peruano. (11 de marzo del 2020). *Decreto Supremo que declara en Emergencia Sanitaria a nivel nacional por el plazo de noventa días calendario y dicta medidas de prevención y control del COVID-19-DECRETO SUPREMO-N° 008-2020-SA*. Elperuano.Pe. Recuperado el 14 de noviembre 2022. <https://busquedas.elperuano.pe/normaslegales/decreto-supremo-que-declara-en-emergencia-sanitaria-a-nivel-decreto-supremo-n-008-2020-sa-1863981-2/>.

Diario Oficial El Peruano. (15 de marzo del 2020). *Decreto Supremo que declara Estado de Emergencia Nacional por las graves circunstancias que afectan la vida de la Nación a consecuencia del brote del COVID-19-DECRETO SUPREMO-N° 044-2020-PCM*. Elperuano.pe. Recuperado el 14 de noviembre, 2022. <https://busquedas.elperuano.pe/normaslegales/decreto-supremo-que-declara-estado-de-emergencia-nacional-po-decreto-supremo-n-044-2020-pcm-1864948-2/>.

Diario Oficial El Peruano. (17 de marzo del 2020). *Aprueban Protocolo para la implementación de las medidas que garantizan el ejercicio excepcional del derecho a la libertad de tránsito en el marco del Estado de Emergencia Nacional declarado mediante DS N° 044-2020-PCM-RESOLUCION MINISTERIAL-N° 304-2020-IN*. Elperuano.Pe. Recuperado el 14 de noviembre de 2022. <https://busquedas.elperuano.pe/normaslegales/aprueban-protocolo-para-la-implementacion-de-las-medidas-que-resolucion-ministerial-n-304-2020-in-1865055-1/>

Daneri, M. (2012). Psicobiología del estrés. Biología del comportamiento. Universidad de Buenos Aires. Pp. 1 – 25.

Di-Collaredo, C., Aparicio, D. y Moreno, J. (2007). *Descripción de los estilos de afrontamiento en hombres y mujeres ante la situación de desplazamiento. Psychologia*. Avances de la disciplina, 1(2), 125-156

Farkas, C. (2002). Estrés y afrontamiento en estudiantes universitarios. *Psykhe*, 11, pp. 57-68.

Fínez, M. & Morán, C. (2014). *Resiliencia y auto concepto: Su relación con el cansancio emocional en adolescentes. International Journal of Developmental and Education*



Psychology. INFAD Revista de Psicología, 1(6), 289-296.
<https://doi.org/10.17060/ijodaep.2014.n1.v6.746>.

Frydenberg E. (1997), *Adolescent coping: Theoretical and research perspective*, Londres, Gran Bretaña, Routledge.

Fores, A., & Grane, J., (208). *La Resiliencia. crecer desde la adversidad*, Anna Fores y Jordi Grané. Recuperado el 14 de noviembre de 2022, de <https://es.scribd.com/document/550823098/La-Resiliencia-Crecer-Desde-La-Adversidad-Anna-Fores-y-Jordi-Grane>.

Galarza, K., & Nieves, G. (2021). *Estrategias de afrontamiento al estrés y síndrome de Burnout en policías de la UNIPREMB - Surquillo, Lima*. <https://hdl.handle.net/20.500.12692/62708>

Gutiérrez, C. (2021). *Resiliencia y estrés laboral en policías de la unidad de protección de carreteras de Ica, del departamento de Ica, en el contexto de emergencia sanitaria*. <https://renati.sunedu.gob.pe/handle/sunedu/2856054>.

Hernández, Fernández, C., & Baptista, M. (2014). *Metodología de la investigación*. México: McGraw Hill.

Hewitt, N., Juárez, F., Parada, A., Guerrero, L., Romero, Y., Salgado, A., & Vargas, M. (2016). *Afectaciones Psicológicas, Estrategias de Afrontamiento y Niveles de Resiliencia de Adultos Expuestos al Conflicto Armado en Colombia*. *Revista Colombiana de Psicología*, 25 (1), 125-140. Recuperado el 19 de noviembre del 2022. <https://doi.org/10.15446/rcp.v25n1.49966>.

Inofuente, A. (2022). *Niveles de resiliencia durante la COVID-19 en personal de una institución de investigación criminal peruana*. <https://hdl.handle.net/20.500.12692/94664>

Lazarus, R. S., & Folkman, S. (1987). Transactional theory and research on emotions and coping. *European Journal of Personality*, 1(3, Spec Issue), 141-169. <https://doi.org/10.1002/per.2410010304>.

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



- Lazarus, R. (1993). Coping theory and research: past, present and future. *Psychosomatic Medicine*, 55: 234 – 247.
- Leiva, C. (2017). *Autoestima y estilos de afrontamiento al estrés, en el personal de salud de la Policía Nacional del Perú, Red Norte y Red Oeste, Lima*.
<http://hdl.handle.net/20.500.12840/679>
- Luthar, S., Cicchetti, D., & Becker, B. (2000). Research on resilience: response to commentaries. *Child Development*.
- Macías, M, Madariaga, C., Valle, A. & Zambrano, J. (2013). *Estrategias de afrontamiento individual y familiar frente a situaciones de estrés psicológico*, *Psicología desde el Caribe*, 30(1) ,123-145. Martínez-Montilla.
- Marquina, R. (2021). Estrés y actitudes resilientes en el personal de la Policía Nacional del Perú frente a la pandemia causada por el covid -19. Recuperado el 15 de abril del 2023 de <https://revistaconcienciaepg.edu.pe/ojs/index.php/55551/article/view/153/113>
- Ministerio de salud del Perú. (27 de noviembre del 2020). *Plataforma Nacional de Datos Abierto*. Recuperado el 19 de noviembre del 2022. <http://www.datosabiertos.gob.pe/dataset/fallecidos-por-covid-19-ministerio-de-salud-minsa/resource/4b7636f3-5f0c-4404-8526>.
- Nava, C., Ollua, P., Vega, C. Z., & Soria, R. (diciembre 2010). Inventario de estrategias de afrontamiento: una replicación (universidad nacional autónoma de México). Recuperado de <https://docplayer.es/21129377-Inventario-de-estrategias-de-afrontamiento-una-replicacion-1.html>.
- Novella, A. (2002). Incremento de la resiliencia luego de la aplicación de un programa de psicoterapia breve en madres y adolescentes (para optar el grado de magister en psicología. Universidad nacional Mayor de San Marcos, Lima, Perú).
- Ortega. A., & Salanova. M. (2016). *Evolución de los modelos sobre el afrontamiento del estrés: hacia el coping positivo*. *ÁG O R A D E S A L U T*. Recuperado el 14 de noviembre del 2022, de http://www.want.uji.es/wp-content/uploads/2017/02/2016_Ortega-Maldonado-Salanova.pdf.
- PNP, (N.d.). Gob.Pe. Recuperado el 14 de noviembre 2022. <https://www.policia.gob.pe/home/NormasPolicial>.



- Rimachi, C., & Chipana, E. (2021). *Afrontamiento al estrés y resiliencia en bomberos voluntarios en contexto COVID-19*. <http://hdl.handle.net/20.500.12773/12372>
- Rodríguez, L., Ocampo, I. y Nava, C. (2009). *Relación entre la valoración de una situación y capacidad para enfrentarla*. *SUMMA Psicológicas UST*, 6, 25-41.
- Rodríguez, A., Zúñiga, P., Contreras, K., Gana, S. & Fortunato, J. (2016). *Revisión Teórica de las Estrategias de Afrontamiento (Coping) según el Modelo Transaccional de Estrés y Afrontamiento de Lazarus & Folkman en Pacientes Quirúrgicos Bariátricos, Lumbares y Plásticos*. *Revista El Dolor* 66, 1(3), 14-23 Recuperado de http://www.ached.cl/canal_cientifico/revista_eldolor_detalle2.php?id=244.
- Salotti, P. (2006). *Estudio sobre estrategias de afrontamiento y bienestar psicológico en una muestra de adolescentes de Buenos Aires*. Universidad de Belgrano.
- Sánchez, J. (1994). *Escala de Bienestar Psicológico*. Barcelona: Tea Ediciones.
- Silva, R (2012). *Resiliencia en estudiantes del V ciclo de educación primaria de una institución educativa del Callao*. Tesis para optar el grado de Maestro en Educación Mención en Aprendizaje y Desarrollo Humano. Lima.
- Solís, M., & Hugo, H. (2010). *Grado de desarrollo de la resiliencia y su relación con los factores protectores y de riesgo, en adolescentes de Instituciones Educativas de Lima, Ica, Ayacucho y Huánuco – 2005*. Universidad Nacional Mayor de San Marcos.
- Villalba, C. (2004). *El concepto de resiliencia individual y familiar. Aplicaciones en la intervención social*. Dossier España. Recuperado el 14 de noviembre del 2022. <http://site.ebrary.com/lib/bibliosilsp/Doc?id=10058468&ppg=1>.
- Yábar, G. (2016). *Proceso histórico de la policía nacional del Perú* (1ra ed., Vol. 1).
- Yuquilema, M. & Vistin, C. (2021). *Resiliencia y estrategias de afrontamiento al COVID-19 en funcionarios del Consejo de la Judicatura. Riobamba 2021*. Tesis Psicológica, <http://dspace.unach.edu.ec/handle/51000/7952>.



Anexos



Consentimiento Informado

14/3/23, 15:46

INVESTIGACION 2020- Estrategias de Afrontamiento al Estrés y Resiliencia en Agentes de la Unidad de Tránsito y Seguridad ...

INVESTIGACION 2020- Estrategias de Afrontamiento al Estrés y Resiliencia en Agentes de la Unidad de Tránsito y Seguridad Vial, durante la Cuarentena por la Pandemia covid-19, cusco 2020.

la presente es una investigación que pretende evaluar las estrategias de afrontamiento y niveles de Resiliencia, en medio de la coyuntura social que estamos viviendo (estado de emergencia/aislamiento social/pandemia mundial). dicho estudio esta a cargo de Lizeth Cabrera Quispe e Ima sumaq Yábar Quispe, quienes a través de la misma, se proponen obtener el título profesional de Psicóloga. los resultados serán publicados para la Universidad Andina del Cusco y las pruebas a aplicar son: la escala de Resiliencia de wagnild y young y COPE, teniendo en cuenta que la identidad los agentes se mantendrá en absoluto anonimato, agradezco su participación. para iniciar por favor marcar la premisa de autorización para continuar.

***Obligatorio**

1. habiendo leído y comprendido las condiciones previas doy mi consentimiento y confirmo mi participación en la presente investigación *

Marca solo un óvalo.

acepto



Matriz de consistencia

MATRIZ DE CONSISTENCIA						
PROBLEMAS	OBJETIVOS	TITULO Y SUBTITULOS	HIPOTESIS Y VARIABLE	TIPO DE DISEÑO DE INVESTIGACION	POBLACION Y MUESTRA	TECNICAS E INSTRUMENTOS
<p>Problema General:</p> <p>¿Existe relación entre las estrategias de afrontamiento al estrés y el nivel de resiliencia en Agentes PNP de la Unidad de Tránsito y Seguridad Vial, durante la Cuarentena por la Pandemia Covid-19, Cusco-2020?</p>	<p>Objetivo General:</p> <p>Identificar la relación entre las estrategias de afrontamiento al estrés y el nivel de resiliencia en Agentes PNP de la Unidad de Tránsito y Seguridad Vial, durante la Cuarentena por Covid-19, Cusco-2020.</p> <p>Objetivos Específicos:</p> <ul style="list-style-type: none"> -Conocer las estrategias de afrontamiento al estrés en Agentes PNP de la Unidad de Tránsito y Seguridad Vial, durante la Cuarentena por la Pandemia Covid-19, Cusco-2020. -Conocer es el nivel de resiliencia en Agentes PNP de la Unidad de Tránsito y Seguridad Vial, durante la Cuarentena por la Pandemia Covid-19, Cusco-2020. -Identificar las estrategias de afrontamiento al estrés en Agentes PNP de la Unidad de Tránsito y Seguridad Vial, durante la Cuarentena por la Pandemia Covid-19, según 	<p>Marco Teórico</p> <p>Antecedentes Bases Teóricas Afrontamiento Modelo transaccional de estrés y afrontamiento de Lazarus & Folkman Teoría de Afrontamiento de Erika Frydemberg.</p> <ul style="list-style-type: none"> -Estrategias de afrontamiento -Resiliencia -Antecedentes y definiciones de Resiliencia. -Modelos teóricos de la Resiliencia. -Modelo del desarrollo psicosocial de Grotberg. -modelo de desafío de Woling y Woling. -Pandemia del Covid-19 -Definiciones -Formas de contagio 	<p>Hipótesis:</p> <p>Ha: Existe relación entre las estrategias de afrontamiento al estrés y el nivel de resiliencia predominantes en Agentes PNP de la unidad de Tránsito y Seguridad Vial, durante la cuarentena por la pandemia Covid-19, Cusco-2020.</p> <p>Ho: No existe relación entre las estrategias de afrontamiento y el nivel de resiliencia predominantes en Agentes PNP de la unidad de Tránsito y Seguridad Vial, durante la cuarentena por la Pandemia Covid-19, Cusco-2020.</p> <p>Variables:</p> <ul style="list-style-type: none"> -Estrategias de Afrontamiento. 	<p>Tipo:</p> <p>El estudio corresponde a una investigación no experimental transversal. La investigación es de tipo correlacional.</p> <p>Diseño:</p> <pre> graph TD M --> O1 M --> O2 O1 <--> r r <--> O2 </pre> <p>Dónde:</p> <ul style="list-style-type: none"> -M= Agentes de la Policía Nacional del Perú -O1=V1, Estrategias de afrontamiento -O2=V2, Resiliencia -R= Relación entre variables 	<p>Población:</p> <p>La población del proyecto de investigación está integrada por agentes de la unidad de tránsito y seguridad vial de la PNP, de ambos sexos, siendo un total de 214, teniendo un numero de 84 agentes masculinos y 130 de agentes femeninas, distribuido en 2 unidades de servicios policiales.</p>	<p>Instrumento:</p> <p>Los instrumentos de recolección de datos son, el inventario de 1.Estrategias de Afrontamiento (COPE), que consta de 52 ítems, los cuales se miden en 13 dimensiones, los cuales son: Afrontamiento activo, planificación de actividades, supresión de actividades, postergación de afrontamiento, búsqueda de apoyo, búsqueda de soporte emocional, reinterpretación positiva, aceptación, negación, religión, enfocar y liberar emociones, desentendimiento conductual y desentendimiento mental. Todo ellos con un formato de respuesta tipo Likert de 4 opciones.</p>



	<p>modalidad laboral, Cusco-2020.</p> <p>-Identificar es el nivel de resiliencia, en Agentes PNP de la Unidad de Tránsito y Seguridad Vial, durante la Cuarentena por la Pandemia Covid-19, según modalidad laboral, Cusco-2020.</p> <p>-Identificar las estrategias de afrontamiento al estrés en Agentes PNP de la Unidad de Tránsito y Seguridad Vial, durante la Cuarentena por la Pandemia Covid-19, según sexo, Cusco-2020.</p> <p>-Identificar el nivel de resiliencia, en Agentes PNP de la Unidad de Tránsito y Seguridad Vial, durante la Cuarentena por la Pandemia Covid-19, según sexo, Cusco-2020.</p> <p>-Identificar las diferencias entre las Estrategias de Afrontamiento al Estrés, en Agentes PNP de la Unidad de Tránsito y Seguridad Vial, durante la cuarentena por la Pandemia Covid-19, según sexo, Cusco-2020.</p> <p>- Identificar los niveles de resiliencia en Agentes PNP de</p>		<p>-Resiliencia</p>			<p>2. Escala de Resiliencia (ER), que consta de 25 ítems, los cuales se miden en 5 dimensiones y son: Confianza en sí mismo, ecuanimidad, perseverancia, satisfacción personal, sentirse bien solo.</p> <p>Todo ellos con un formato de respuesta tipo Likert de 7 puntos donde 1 es máximo desacuerdo; 7 máximo de acuerdo.</p> <p>Para la presente investigación se aplicara la parte cuantitativa.</p>
--	--	--	---------------------	--	--	---



	<p>la Unidad de Tránsito y Seguridad Vial, durante la Cuarentena por la Pandemia Covid-19, según sexo, Cusco-2020.</p> <p>- Conocer las estrategias de afrontamiento al estrés en Agentes PNP de la Unidad de Tránsito y Seguridad Vial, durante la Cuarentena por la Pandemia Covid-19, según edad, Cusco-2020.</p> <p>- Conocer los niveles de Resiliencia, en Agentes PNP de la Unidad de Tránsito y Seguridad Vial, durante la Cuarentena por la Pandemia Covid-19, según edad, Cusco-2020.</p>					
--	---	--	--	--	--	--



1. INSTRUMENTO DE RECOLECCION DE DATOS

ESCALA DE RESILIENCIA DE WAGNILD Y YOUNG (Versión traducida)

Unidad De Servicio

Tiempo De Servicio

Sexo: M / F Edad:..... Fecha De Nacimiento:.....

Lugar De Nacimiento.....

Instrucciones

Más abajo encontrará una serie de afirmaciones con las que usted puede estar de acuerdo, en desacuerdo o en duda. Lea detenidamente cada afirmación y luego utilice la escala para indicar su grado de aceptación o rechazo a cada una de las frases. Marque su respuesta con X. no hay respuestas buenas ni malas.

o.	ITEMS	Estar en desacuerdo							Estar de acuerdo						
1	Cuando planeo algo lo llevo a cabo.	1	2	3	4	5	6	7	1	2	3	4	5	6	7
2	Por lo general consigo lo que deseo por uno u otro modo.	1	2	3	4	5	6	7	1	2	3	4	5	6	7
3	Me siento capaz de mí mismo(a) más que nadie.	1	2	3	4	5	6	7	1	2	3	4	5	6	7
4	Para mí, es importante mantenerme interesado(a) en las cosas.	1	2	3	4	5	6	7	1	2	3	4	5	6	7
5	En caso que sea necesario, puedo estar solo(a).	1	2	3	4	5	6	7	1	2	3	4	5	6	7
6	Me siento orgulloso(a) de haber conseguido algunas cosas en mi vida.	1	2	3	4	5	6	7	1	2	3	4	5	6	7
7	Tomo las cosas sin mucha importancia.	1	2	3	4	5	6	7	1	2	3	4	5	6	7
8	Soy amigo(a) de mí mismo(a).	1	2	3	4	5	6	7	1	2	3	4	5	6	7
9	Me siento capaz de llevar varias cosas a la vez.	1	2	3	4	5	6	7	1	2	3	4	5	6	7
10	Soy decidido(a).	1	2	3	4	5	6	7	1	2	3	4	5	6	7
11	Rara vez me pregunto de que se trata algo.	1	2	3	4	5	6	7	1	2	3	4	5	6	7
12	Tomo las cosas día por día.	1	2	3	4	5	6	7	1	2	3	4	5	6	7
13	Puedo sobrellevar tiempos difíciles, porque ya he experimentado lo que es la dificultad.	1	2	3	4	5	6	7	1	2	3	4	5	6	7
14	Tengo auto disciplina.	1	2	3	4	5	6	7	1	2	3	4	5	6	7
15	Me mantengo interesado(a) en las cosas.	1	2	3	4	5	6	7	1	2	3	4	5	6	7
16	Por lo general encuentro de qué reírme.	1	2	3	4	5	6	7	1	2	3	4	5	6	7
17	Puedo sobrellevar el mal tiempo por mi autoestima.	1	2	3	4	5	6	7	1	2	3	4	5	6	7
18	Las personas pueden confiar en mí en una emergencia.	1	2	3	4	5	6	7	1	2	3	4	5	6	7
19	Puedo ver una situación desde diferentes puntos de vista.	1	2	3	4	5	6	7	1	2	3	4	5	6	7
20	Algunas veces me obligo a hacer cosas aunque no lo deseo.	1	2	3	4	5	6	7	1	2	3	4	5	6	7
21	Mi vida tiene un sentido.	1	2	3	4	5	6	7	1	2	3	4	5	6	7
22	No me lamento de cosas por las que no puedo hacer nada.	1	2	3	4	5	6	7	1	2	3	4	5	6	7
23	Puedo salir airoso(a) de situaciones difíciles.	1	2	3	4	5	6	7	1	2	3	4	5	6	7
24	Tengo la energía suficiente para llevar a cabo lo que tengo que hacer.	1	2	3	4	5	6	7	1	2	3	4	5	6	7
25	Acepto el que existan personas a las que no les agrado.	1	2	3	4	5	6	7	1	2	3	4	5	6	7



CUESTIONARIO DE MODOS DE AFRONTAMIENTO

Unidad De Servicio

Tiempo De Servicio

Sexo: M / F Edad:..... Fecha De Nacimiento:.....

Lugar De Nacimiento.....

Instrucciones

Nuestro interés es conocer como las personas responden cuando enfrentan a situaciones difíciles o estresantes. Con este propósito en el presente cuestionario se pide indicar que cosas hace o siente con más frecuencia cuando se encuentra en tal situación, responda todas las preguntas teniendo en cuenta las siguientes alternativas:

1. **Casi nunca hago esto**
2. **A veces hago esto**
3. **Usualmente hago esto**
4. **Hago esto con mucha frecuencia**

Afirmaciones	Casi nunca hago esto	A veces hago esto	Usualmente hago esto	Hago esto con mucha frecuencia
Hago actividades adicionales para quitarme de encima el problema.				
Trato de idear una estrategia sobre lo que debo hacer.				
Dejo de lado otras actividades para poder concentrarme en el problema				
Me esfuerzo a mí mismo(a) a esperar el momento para hacer algo.				
Les pregunto a personas que han tenido experiencias similares, que hicieron.				
Hablo de mis sentimientos con alguien				
Busco el lado bueno en lo que está sucediendo.				
Aprendo el lado bueno en lo que está sucediendo.				
Busco la ayuda de Dios.				
Me molesto y doy rienda suelta a mis emociones.				
Me rehúso a creer que eso ha sucedido.				
Dejo de realizar intentos para conseguir lo que quiero.				
Me dedico al trabajo o a otras actividades para no pensar en la situación estresante.				
Concentro mis esfuerzos en hacer algo respecto al problema.				
Hago un plan de acción.				
Me concentro en tratar este problema y, si es necesario, dejo de lado otras cosas.				
No hago nada hasta que la situación lo permita.				
Trato de conseguir el consejo de alguien sobre qué hacer.				
Trato de conseguir apoyo de amigos o parientes.				



Intento ver el problema desde un punto de vista diferente, para hacerlo parecer más positivo.				
Acepto que el hecho ha ocurrido y que no puede ser cambiado.				
Pongo mi confianza en Dios.				
Dejo salir mis sentimientos.				
Me hago la idea de que nada ha ocurrido.				
Dejo de intentar alcanzar mi meta.				
Me voy al cine o veo televisión para pensar menos en eso.				
Hago paso a paso lo que debe hacerse.				
Pienso bastante sobre los pasos que debo seguir.				
No me dejo distraer por otros pensamientos o actividades.				
Me aseguro de no empeorar las cosas por actuar medio rápido.				
Hablo con alguien sobre cómo me siento.				
Aprendo algo de la experiencia.				
Me acostumbro a la idea de que el hecho sucedió.				
Intento encontrar consuelo en mi religión.				
Siento que me altero mucho y expreso demasiado lo que siento.				
Actuó como si no hubiese ocurrido.				
Admito que no puedo lidiar con el problema, y dejo de intentar resolverlo.				
Sueño despierto(a) con cosas distintas al problema.				
Realizo acciones dirigidas a enfrentar el problema.				
Pienso en cómo podría manejar mejor el problema.				
Trato de evitar que otras cosas interfieran con mis esfuerzos para enfrentar la situación.				
Me controlo para no hacer las cosas apresuradamente.				
Hablo con alguien que pueda hacer algo concreto sobre el problema.				
Busco la simpatía y la comprensión de alguien.				
Trato que mi experiencia me haga, o me lleve a madurar.				
Acepto la realidad de lo sucedido.				
Rezo más que de costumbre.				
Me molesto y soy consciente de ello.				
Me digo a mi mismo(a) "esto no es real".				
Reduzco la cantidad de esfuerzo que pongo en solucionar un problema.				
Duermo más de lo usual.				