

UNIVERSIDAD HISPANOAMERICANA  
CARRERA DE PSICOLOGÍA

*Tesis para optar por el grado académico de  
Licenciatura en Psicología*

**ESTRATEGIAS DE AFRONTAMIENTO  
UTILIZADAS POR MADRES Y PADRES  
ASISTENTES AL HOGAR JESÚS, MARÍA  
Y JOSÉ FRENTE AL CONFINAMIENTO  
POR COVID-19, EN ENERO-FEBRERO  
2022**

JOSEFA YANINA BLANDÓN GARCÍA

Abril, 2022

## TABLA DE CONTENIDOS

ÍNDICE DE FIGURAS .....	6
DEDICATORIA.....	7
AGRADECIMIENTO .....	8
RESUMEN .....	9
ABSTRACT .....	11
1.1 PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN .....	13
1.1.1 ANTECEDENTES DEL PROBLEMA .....	13
Antecedentes internacionales .....	13
Antecedentes nacionales.....	16
1.1.2 DELIMITACIÓN DEL PROBLEMA .....	20
1.1.3 JUSTIFICACIÓN.....	22
1.2 PROBLEMA CENTRAL: PREGUNTA DE LA INVESTIGACIÓN.....	24
1.3 OBJETIVOS DE LA INVESTIGACIÓN .....	24
1.3.1 Objetivo general. ....	24
1.3.2 Objetivo específico .....	24
1.4 LIMITACIONES.....	25
1.4.2 LIMITACIONES DE LA INVESTIGACIÓN .....	25
2.1 Contexto teórico-conceptual.....	26
3.1 ENFOQUE DE INVESTIGACIÓN .....	38
3.2 TIPO DE INVESTIGACIÓN.....	38
3.3 UNIDADES DE ANÁLISIS U OBJETOS DE ESTUDIOS .....	39
3.3.1 ÁREA DE ESTUDIO.....	39

3.3.1 POBLACIÓN .....	39
3.3.2 MUESTRA .....	39
3.3.3 CRITERIOS DE INCLUSIÓN Y EXCLUSIÓN .....	39
3.4 INSTRUMENTOS PARA LA RECOLECCIÓN DE LA INFORMACIÓN ....	40
3.4.1 VALIDEZ DE LOS INSTRUMENTOS .....	41
3.4.2 CONFIABILIDAD DE LOS INSTRUMENTOS .....	42
3.5 DISEÑO DE LA INVESTIGACIÓN.....	43
3.6 OPERACIONALIZACIÓN DE LAS VARIABLES .....	44
3.8 PROCEDIMIENTOS DE RECOLECCIÓN DE DATOS .....	46
3.9 ORGANIZACIÓN DE LOS DATOS .....	46
3.10 ANÁLISIS DE DATOS .....	47
4.1 Variables sociodemográficas.....	48
4.1.1 Género .....	48
4.1.2 Rango de edad .....	49
4.1.3 Nivel de escolaridad .....	51
4.1.4 Cantidad de hijos .....	53
4.1.5 Situación laboral actual .....	55
4.1.6 Provincia de residencia.....	56
4.2Estrategias de afrontamiento empleadas por las madres y padres.....	57
4.3 Análisis correlacional de Inventario COPE-28 .....	57
4.4 Análisis Inventario Bienestar Psicológico.....	64
4.5 Correlación entre EA y BP.....	67
4.6 Comparación de EA utilizadas por padres y madres .....	67
5.1 INTERPRETACIÓN RESULTADOS .....	70

6.1 CONCLUSIONES.....	76
RECOMENDACIONES .....	79
Anexo 1 .....	89
Inventario de estrategias de afrontamiento COPE-28 .....	89
Escala de Bienestar Psicológico .....	91

## ÍNDICE DE TABLAS

<b>Tabla 1</b> .....	40
<b>Tabla 2</b> .....	44
<b>Tabla 3</b> .....	45
<b>Tabla 4</b> .....	59
<b>Tabla 5</b> .....	62
<b>Tabla 6</b> .....	64
<b>Tabla 7</b> .....	66
<b>Tabla 8</b> .....	67
<b>Tabla 9</b> .....	67
<b>Tabla 10</b> .....	68
<b>Tabla 11</b> .....	68
<b>Tabla 12</b> .....	68
<b>Tabla 13</b> .....	69

## ÍNDICE DE FIGURAS

<b>Gráfico 1</b> .....	48
<b>Gráfico 2</b> .....	49
<b>Gráfico 3</b> .....	49
<b>Gráfico 4</b> .....	50
<b>Gráfico 5</b> .....	51
<b>Gráfico 6</b> .....	53
<b>Gráfico 7</b> .....	53
<b>Gráfico 8</b> .....	54
<b>Gráfico 9</b> .....	56

## **DEDICATORIA**

Esta investigación está dedicada a todas las madres y padres del Hogar Jesús María y José, quienes tuvieron que hacer un esfuerzo sobrenatural para poder hacerle frente a la crisis sanitaria, a pesar de las pérdidas de empleo, estabilidad emocional y estrés. A todo el personal que labora en la institución quienes realizan un acompañamiento increíble desde las diversas áreas llámese personal, espiritual, profesional, educativa y recreativa en los padres y/o madres y principalmente en las personas menores de edad.

A mi familia quienes me han apoyado desde el día uno que inicié con mi carrera profesional, a mi hija Mariana que es lo más hermoso que tengo en mi vida y mi amiga y ahora colega Priscilla por siempre estar cuando lo necesito.

## AGRADECIMIENTO

A Dios por darme salud y fortaleza, a mi madre por todo el esfuerzo y sacrificio que ha hecho por mí desde niña por enseñarme con el ejemplo que no hay obstáculos que no podamos vencer, que todo lo que me proponga lo puedo lograr con disciplina, a mi hermana mayor por todo el apoyo que me brinda con mi hija para que yo pudiera ir a la universidad, a mi hermana (Mariela) por esa pregunta tan sencilla, ¿cómo le va en la u?, la cual no me permitió rendirme, a mi hija Mariana por ser el motor que me impulsa a ser mejor cada día, quien contagia mi vida de amor, risas, alegrías en momentos difíciles por su paciencia es todo este proceso.

También agradezco infinitamente a mi tutora de tesis Paula por su profesionalismo, apoyo y guía por tal razón pude culminar este proceso. Mil gracias por sus enseñanzas.

Finalmente agradezco al personal del Hogar Jesús María y José por todo el apoyo en la etapa de recolección de datos, especialmente María José por creer en mí desde que inicié mi carrera profesional.

## RESUMEN

La presente investigación es de corte cuantitativo de tipo descriptiva, la cual tuvo como objetivo analizar las Estrategias de Afrontamiento (EA) utilizadas por las madres y padres asistentes al hogar Jesús, María y José (HJMJ) frente al confinamiento por la pandemia de COVID-19 en enero- febrero 2022 y su relación con el Bienestar Psicológico.

La muestra fue de tipo no probabilística, ya que los participantes fueron elegidos de acorde la investigación. Específicamente, se encuestó a 70 madres y padres pertenecientes al HJMJ (grupo interno) y 34 madres y padres de menores de edad que no asistían al hogar (grupo externo). Para la recolección se hizo a través del uso de dos instrumentos: el primero, Inventario de Estrategias de Afrontamiento COPE abreviado 28 (COPE-28) compuesto por 14 dimensiones el cual tiene como finalidad la medición de EA utilizadas ante situaciones de estrés. El segundo instrumento, Escala de Bienestar Psicológico (EBP) tiene como finalidad la evaluación de múltiples aspectos del BP entre ellos: autoaceptación, relaciones positivas, autonomía, dominio del entorno, crecimiento personal y propósito de vida.

Se evidenció como parte de los resultados, que las estrategias de afrontamiento más utilizadas por madres y padres de cara al confinamiento por pandemia COVID-19 en ambos grupos de estudio fue: afrontamiento activo, panificación, religión, reinterpretación positiva las mismas son identificadas como estrategias de afrontamiento funcionales ya que permiten contrastar de manera asertiva las situaciones percibidas como estrés.

Seguidamente, negación y desconexión conductual (dos estrategias de afrontamiento catalogadas como perjudiciales) correlacionaron positivamente de manera muy fuerte en el grupo de padres y madres dentro de la institución. En cuanto al Bienestar

Psicológico (BP) se encontró una correlación alta de dimensiones relacionadas con un bienestar psicológico saludable (autoaceptación y dominio del entorno). Por último, se evaluó la relación de estrategias de afrontamiento y el bienestar psicológico según los obtenidos, ambas variables no se correlacionan es decir la presencia de una no afecta a la otra.

**Palabras claves:** Estrategias de afrontamiento- Bienestar Psicológico- Estrés

## ABSTRACT

The present research is quantitative and descriptive, which aimed to analyze the Coping Strategies (CS) used by the mothers and fathers attending the institution Jesús, María y José (HJMJ) home in the face of confinement due to the COVID-19 pandemic. January 19- February 2022 and its relationship with Psychological Well-being.

The sample was of a non-probabilistic type, since the participants were chosen according to the research. Specifically, 70 mothers and fathers belonging to the HJMJ (internal group) and 34 mothers and fathers of minors who did not attend the home (external group) were surveyed. For the collection, it was done using two instruments: the first, Abbreviated COPE Coping Strategies Inventory 28 (COPE-28) composed of 14 dimensions which has as its purpose the measurement of AE used in stressful situations. The second instrument, the Psychological Well-Being Scale (EBP) aims to evaluate multiple aspects of BP, including: self-acceptance, positive relationships, autonomy, mastery of the environment, personal growth, and life purpose.

It was evidenced as part of the results, that the coping strategies most used by mothers and fathers in the face of confinement due to the COVID-19 pandemic in both study groups were active coping, baking, religion, positive reinterpretation, they are identified as strategies of functional coping as they allow assertively contrasting situations perceived as stress.

Next, denial and behavioral disconnection (two coping strategies classified as harmful) correlated positively in a very strong way in the group of fathers and mothers within the institution. Regarding Psychological Well-being (BP), a high correlation of dimensions related to healthy psychological well-being (self-acceptance and mastery of the

environment) was found. Finally, the relationship between coping strategies and psychological well-being was evaluated according to those obtained, both variables are not correlated, that is, it means the one doesn't affect the other.

**Keywords:** Coping strategies- Psychological well-being- Stress

# **CAPÍTULO 1: PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN**

## **1.1 PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN**

### **1.1.1 ANTECEDENTES DEL PROBLEMA**

#### **Antecedentes internacionales**

En relación con el ámbito internacional, EA se han investigado desde diferentes perspectivas. A continuación, se detalla una reseña de diversos estudios que han aportado a la temática, en cuanto a investigaciones de recientes se destaca el trabajo realizado por Martin et al., (2021) quienes se proponen investigar el impacto emocional durante el confinamiento por COVID-19 en menores de hospitales de día y en sus padres/ cuidadores. Esta intervención incluyó menores que acudían al Hospital de día de psiquiatría del Hospital Clínico Universitario de Valladolid, España.

Esta variable fue medida con varios cuestionarios tanto para los padres como los menores. En lo que respecta a la valoración de los padres, su percepción se recolectó con el Cuestionario de 90 Síntomas (SCL-90-R, la versión española revisada).

Dentro de los aportes encontrados, se observa un mayor impacto emocional en las madres debido a que presentar mayores niveles de somatización, sensibilidad interpersonal, ansiedad, ansiedad fóbica y depresión lo que pone de manifiesto que las madres o encargadas participantes del estudio carecen de recursos para hacerle frente a situaciones estresantes.

Por otro lado, Mella et al., (2020) en el estudio realizado concerniente a EA en 118 responsables legales de estudiantes durante el confinamiento por la COVID -19 de estudiantes de escuelas municipales de Chile, usaron un diseño descriptivo transversal. El

instrumento utilizado fue COPE-28 el cual fue difundido a través de medios digitales para evitar el contacto físico en el transcurso de la pandemia.

Dentro de los principales resultados, se destaca que las EA más usadas por los encargados fueron el apoyo emocional y el desahogo, la primera, hace referencia al esfuerzo de los encargados por conseguir apoyo emocional y la segunda, indica el aumento de conciencia sobre el propio malestar, lo cual va acompañado de una tendencia a descargar los sentimientos.

Lucero et al., (2020) investigaron sobre EA familiar y Salud Mental en el marco del aislamiento social preventivo por COVID-19 en Argentina, dicho trabajo tuvo como objetivo identificar los recursos de afrontamiento familiar utilizados por las personas frente al aislamiento social obligatorio por la pandemia. En cuanto a la metodología utilizada por los investigadores fue cuantitativa de tipo exploratoria, con 343 participantes de los cuales 21% fue de género masculino y 71% de género femenino, los instrumentos utilizados en la muestra para la recolección de datos fueron, Cuestionario de Afrontamiento Familiar de McCubbin, Thompson y McCubbin, (1996) el cual tiene como objetivo medir las EA en la familia ante situaciones de estrés.

Dentro de los principales resultados de la investigación de Lucero et al., (2020) se encuentran que las EA más utilizadas fueron, la reestructuración (se refiere al uso de los propios recursos y capacidades para enfrentar el evento estresor), apoyo social entre ellos el apoyo familiar y amigos cercanos y apoyo espiritual. Por último, se menciona que las personas de género femenino utilizaron más estilo de afrontamiento activo para enfrentar la situación de crisis que las personas de género masculino.

Otra investigación indagó la funcionalidad familiar y EA en pacientes con cáncer de mama realizada por Acosta et al., (2017) el cual tuvo como objetivo determinar la relación

entre la funcionalidad familiar y las EA en las pacientes con cáncer de mama. En el estudio participaron 63 mujeres con diagnóstico de cáncer de mama entre 2 a 24 meses de evolución, durante el año 2014-2015, del Hospital General de Zona 46 del Instituto Mexicano del Seguro Social, Delegación Tabasco la tipología del estudio fue descriptivo, transversal de correlación.

En dicha investigación se aplicaron dos cuestionarios, Inventario de Estrategias de Afrontamiento (CSI) versión en español modificado y un cuestionario de Percepción de Función Familiar (FFSIL), con el fin de medir el nivel de EA y la funcionalidad familiar. Como resultados finales de la investigación de Acosta et al., (2017) se menciona que el 68% de las mujeres participantes presentaron afrontamiento activo, en cuanto a las EA las utilizadas fue la resolución de problemas 43% seguido del apoyo social 21% y la menos utilizada fue la evitación den problema.

Por último, Fernández et al., (2016) realizaron un estudio llamado Evaluación de los estilos de afrontamiento utilizados en cuidadores familiares de enfermos crónicos complejo, la muestra de dicho estudio está compuesta por 65 cuidadores familiares de enfermos crónicos con cierto grado de complejidad, del Distrito Sanitario Almería, España el instrumento utilizado en la muestra fue el cuestionario de COPE-28.

En las conclusiones de dicha investigación se encuentran que, las EA más utilizadas fueron sobre carga emocional, negación y autoculpa, las cuales entran en la categoría de estilos de afrontamiento tipo pasivo, este tipo de afrontamiento es considerado como perjudicial para la salud ya que contribuye a la aparición de trastornos psicológicos como la depresión, ansiedad y estrés crónico. En cuanto al estilo de afrontamiento activo los autores mencionan que las EA más utilizadas fueron el sentido de humor, el afrontamiento directo, y apoyo instrumental.

Las investigaciones consultadas internacionalmente se centran en situaciones difíciles de la vida, crisis sociales como personales como lo es enfermedades crónicas entre ellas el cáncer e impacto emocional durante el confinamiento por pandemia. Dichas investigaciones determinan que las EA más efectivas para afrontar las situaciones estresantes y o crisis fueron, apoyo social entre ellas el apoyo familiar y amigos cercanos, apoyo espiritual como búsqueda de apoyo emocional y resolución de problemas.

En cuanto a las EA menos efectivas se mencionan carga emocional, autculpa y negación. Es importante mencionar que no se encontraron intervenciones que aborden explícitamente la crisis sanitaria por COVID-19 y lo que respecta a las madres y/o padres, lo que evidencia la necesidad de realizar abordajes psicológicos con estas poblaciones a quienes la pandemia ha afectado silenciosamente.

### **Antecedentes nacionales**

A continuación, se presenta una reseña de los diversos estudios que se han realizado a nivel nacional sobre EA y los aportes de estos en la temática expuesta. La Universidad Estatal a Distancia (UNED, 2020) realizó una investigación sobre Salud mental y relaciones con el entorno en tiempos de COVID-19 (2020), en conjunto con la Universidad Nacional (UNA), Ministerio de Salud (MS), la Caja Costarricense de Seguro Social (CCSS) y personas expertas de España.

El estudio fue realizado con una muestra de 6.789 personas quienes participaron mediante un cuestionario en línea, diseñado por los investigadores durante el periodo del 9 al 29 de octubre del 2020 el cual tuvo como finalidad medir el impacto de la emergencia sanitaria por COVID -19, para el desarrollo acciones que promuevan el mejoramiento de las condiciones en las que se vive esta crisis, dicho estudio fue de tipo cuantitativo.

Dentro de los resultados más relevantes, se enfatiza la disfuncionalidad de EA reflejada en baja adaptabilidad al confinamiento por pandemia, reacciones emocionales hostiles destacada el miedo, aumento de trastornos como depresión y ansiedad generalizada, y niveles altos de estrés. Al igual que investigaciones anteriores el estudio encontró que las mujeres obtienen puntuaciones más bajas en el empleo de EA para finalizar el estudio demostró que el 31% de la población presenta afectación crítica de la salud mental de debido a la situación de pandemia.

En otro estudio realizado por Leandro (2013), quien aborda EA cognitivo-conductual emocionales que utilizan los padres y/o madres de niños y niñas con quemaduras de segundo o tercer grado en el Hospital Nacional de niños Dr. Carlos Sáenz Herrera, el cual se llevó a cabo con una muestra de 40 personas.

A dichos participantes se les aplicaron una entrevista semiestructurada e inventario de COPE-24. El enfoque del trabajo fue específicamente el proceso de afrontamiento de los progenitores en el momento preciso donde se llevan a cabo las transformaciones emocionales ya que luego del evento adverso cambian los roles familiares por ende los integrantes de la familia y la familia como sistema hacen usos de sus recursos de afrontamiento para sobrellevar la amenaza.

Dentro de los principales hallazgos de la investigación se encuentran que las EA más utilizadas por los progenitores fueron la espiritualidad seguido del apoyo emocional externo, reinterpretación positiva , distractores como dormir o pasar tiempo en familia por último el estudio realizado encontró que las madres son más susceptibles de tener dificultades de EA debido al tiempo que pasan en el hospital para estar la cuidado de du hijo o hija esta dinámica las asila de sus redes de apoyo contrario a los padres que laboran ya que el trabajo representa un refugio una desconexión de su realidad.

Por otro lado, Espinoza et al., (2011) realizaron un investigación con metodología tipo exploratoria con 26 participantes de la Fundación Omar Dengo, de los cuales 16 corresponden a familias en donde uno de sus miembros fue intervenido quirúrgicamente con cáncer gástrico y 10 profesionales de las áreas de Psicología, Medicina, Nutrición, Enfermería y Trabajo Social, dos por cada disciplina profesional, todos trabajando directamente con esta población. Además, se realizaron entrevistas semiestructuradas grupales e individuales con el fin de completar la información requerida.

Para dicha investigación Espinoza et al., (2011) diseñaron cuestionarios basados en documentos desarrollados por Barguil (2003) y Olivares y Méndez (1998). Dentro de las variables que los cuestionarios pretendían medir se encuentran comunicación familiar, relaciones sociales, síntomas de depresión, pensamientos, conductas y sentimientos ante la noticia e intervención quirúrgica.

Dicho estudio tuvo como finalidad la elaboración de un manual de autoayuda para manejar la situación de estrés a causa del diagnóstico o cirugía por cáncer gástrico en la familia. Dentro de los principales hallazgos se mencionan la identificación de conductas y emociones disfuncionales ante el diagnóstico de cáncer entre ellas, interpretación de la situación ejemplo relación de cáncer con muerte, distorsiones de pensamiento, sobre protección del familiar diagnosticado, dificultada para programar espacios de distracción tanto familiares como personales y dificultad del control de emociones.

Finalmente, Espinoza et al., (2011) clasifican las EA como una herramienta fundamental para contrarrestar las conductas y emociones disfuncional. Entre ellas enumeran apoyo social, conocimiento de la enfermedad y todo lo que ella implica, comunicación asertiva en el núcleo familiar, distribución efectiva del tiempo, la religión

que es utilizada como un canal proveedor de sentimientos de esperanza apoyo y fe, y finalmente control del miedo.

Sánchez (2009) realizó una investigación llamada Complejo ira- hostilidad y mecanismos de afrontamiento en la vivencia de un evento cardiovascular, dentro de los objetivos de la investigación fue identificar cambios en cuanto a la ira, la hostilidad, la agresividad y su afrontamiento en personas que han sufrido un evento cardiovascular, el estudio se llevó a cabo con un grupo de 19 pacientes del proyecto Rehabilitación Cardíaca de la UNA.

En cuanto a la metodología de la investigación se ejecutó bajo un corte cuantitativo, los instrumentos de medición utilizados en la muestra fueron tres cuestionarios, el Cuestionario de Agresividad de Buss y Durkee, Cuestionario Internacional de Actividad Física y el Cuestionario de COPE. Dentro de las conclusiones Sánchez (2009) menciona que, la religión, la planificación al afrontamiento, la reinterpretación positiva y el apoyo social fueron las alternativas de EA de más utilizados para reducir la tensión ante las situaciones estresantes. Además, se menciona a el consumo de sustancias y alcohol como EA menos utilizada.

Por otro lado, Barrantes y Ureña (2015), realizaron un estudio de bienestar psicológico (BP) y bienestar subjetivo en estudiantes universitarios costarricenses, se considera este trabajo como relevante para la presente investigación ya que como segunda variable se estudiará la correlación del BP y las EA. En cuanto a la muestra, se trató de 402 participantes, el tipo de estudio fue cuantitativo, en cuanto al instrumento aplicado en la muestra se trató de la EBP, adaptación española realizada por Diaz et al., (2006).

Dentro de los principales hallazgos de la investigación se puntualizan niveles alto de bienestar lo que relaciona con el reconocimiento y aprovechamiento de oportunidades

del entono, visión positiva a los diversos aspectos del ciclo vital. En cuanto a las áreas del BP menos fuertes se mencionan relaciones positivas, dominio del entorno y autonomía lo que se relaciona con la baja capacidad de tolerar las presiones externas, regulación de conductas y realizar autoevaluaciones.

Las investigaciones presentadas en este apartado consisten en una exploración bibliográfica de las EA utilizadas por las personas en diferentes contextos y se relaciona con el BP. Solo unos de los estudios presentados se refieren directamente a EA utilizadas por las personas ante el confinamiento por pandemia COVID-19, lo que evidencia la falta de investigaciones relacionados con el tema.

Dentro de las EA más frecuente se mencionaron visión positiva del futuro, apoyo externo como apoyo social y afectivo, usos distractores, comunicación asertiva dentro del sistema familiar y por último la espiritualidad. Asimismo, el estudio bibliográfico realizado evidencia que las EA se han enfocado más a el área de padres y o madres con diagnóstico de cáncer.

### **1.1.2 DELIMITACIÓN DEL PROBLEMA**

La investigación se llevó a cabo con 70 madres y padres de familia pertenecientes al Centro de Atención Integral Hogar de Niños Jesús, María y José de aquí en adelante mencionada como HJMJ cuyo objetivo es la atención integral para menores de edad en riesgo social.; asimismo se contrastó dichos resultados con madres y padres no pertenecientes a la institución.

Dicha intervención se llevó a cabo durante el periodo de octubre 2021 y abril 2022.

Las delimitaciones demográficas de las personas que conforman la muestra de la investigación son ser madres o padre de familia, no se hizo distinción de edad, etnia, escolaridad y nivel socioeconómico.

### 1.1.3 JUSTIFICACIÓN

La enfermedad por el virus del COVID-19, declarado por la Organización Mundial de Salud (OMS, 2020) como potencialmente peligroso pues presentó afectaciones en niveles fisiológico, físico, mental y social. Un elemento concluyente que tuvo un peso determinante en los factores antes descritos fue las medidas sanitarias impuestas por el MS (2020). Con la intención de evitar la propagación del virus, se obligó a la población al confinamiento físico y social, cierres de lugares turísticos y sitios de ocio. Esta privación de interacción social trajo consigo una serie de repercusiones en el desarrollo social y afectivo de las personas, especialmente los más pequeños y las madres quienes necesitan de otros para forjar su socialización secundaria.

Así lo respalda datos publicados por profesionales de la Universidad de Costa Rica (UCR, 2021) quienes llevaron a cabo un diagnóstico llamado: La otra pandemia: Costa Rica supera el crecimiento mundial de casos de depresión y ansiedad el año 2021. En este estudio participaron 2.163 personas; dentro de los principales resultados se reveló que un 70.3% de la muestra reportó tristeza, ansiedad o enojo, el 65.7% cansancio y fatiga, el 65.6% dolor, el 62.4% trastornos del sueño y el 62,2% miedo a enfermarse por COVID-19.

Por otro lado, un 58% de las personas reportaron problemas de concentración, 55.6% miedo al futuro, 51.6% mucha inquietud y 45.9% se sentían solas. Dichas patologías se encuentran estrechamente ligadas con los estilos de EA utilizadas para hacerle frente al estrés vivido.

El término confinamiento hace referencia a la pérdida de rutinas diarias, la reducción o eliminación de la interacción social, incapacidad de participar en actividades gratificantes (hacer ejercicios, salir con amigos, ir al cine etc.) (Broche et al., 2021).

Además, los autores señalan que debido al confinamiento las personas pueden experimentar ansiedad, sentimientos de abandono o soledad y alteraciones en el ciclo del sueño, apatía e irritabilidad.

La situación de pandemia es muy reciente es por ello por lo que, se puede hipotetizar que aún no se ha indagado en el tema de EA en madres y padres en este contexto, es por lo anterior que finalidad de la investigación fue estudiar las EA utilizadas por madres y padres asistentes al HJMJ frente al confinamiento por COVID-19, y la relación que estos factores puedan tener en el BP.

Esta investigación cobró relevancia puesto que el desfase en las rutinas y privación de contacto social pudo traer consecuencias en el bienestar psicológico, es debido a lo anterior se realiza esta investigación con el fin de ofrecer un diagnóstico a la institución, que permite un abordaje eficiente en la población.

## **1.2 PROBLEMA CENTRAL: PREGUNTA DE LA INVESTIGACIÓN**

¿Cuáles fueron las EA utilizadas por las madres y padres asistentes (HJMJ) frente al confinamiento por pandemia de COVID-19 para hacer frente a la crisis social y emocional y su relación en el BP?

## **1.3 OBJETIVOS DE LA INVESTIGACIÓN**

### **1.3.1 Objetivo general.**

Analizar las EA utilizadas por las madres y padres asistentes al hogar Jesús, María y José frente al confinamiento por pandemia de COVID-19 en enero-febrero y su relación con el BP.

### **1.3.2 Objetivo específico**

- Identificar principales EA empleadas por las madres y padres de niños asistentes del hogar HJMJ frente al confinamiento por pandemia de COVID-19.
- Examinar las correlaciones presentes en las dimensiones internas del instrumento de EA y BP.
- Relacionar las EA y el BP en las madres y padres de niños asistentes del hogar Jesús, María y José frente al confinamiento por pandemia de COVID-19.

## **1.4 LIMITACIONES**

### **1.4.2 LIMITACIONES DE LA INVESTIGACIÓN**

La coyuntura del país resultó ser una de las limitantes más importantes para la presente investigación ya que la institución donde se realizó la investigación tuvo que reprogramar las fechas de recolección de datos debido a un brote de COVID-19 en la institución, las encuestas se administraron en grupos pequeños para evitar aglomeraciones. Además, algunos participantes no contaban con dispositivo electrónico para la realización de la encuesta, y el grupo de padres fue el más retador de convocar ya que en su mayoría trabajaban.

## **CAPÍTULO II: MARCO TEÓRICO**

### **2.1 Contexto teórico-conceptual**

#### **1. Afrontamiento**

##### **1.1 Conceptualización**

Lazarus y Folkman (1986) definen EF como aquellos esfuerzos cognitivos y conductuales constantemente cambiantes que se desarrollan para hacerle frente a las demandas específicas externas y /o internas. Estas demandas pueden ser evaluadas como excedentes o desbordantes de los recursos del individuo, además el afrontamiento a las situaciones difíciles se ve influenciado por procesos de reevaluaciones cognitivas.

Paris y Omar (2013) explican que el afrontamiento consta de dos etapas: una primera fase, el individuo analiza el evento detonante como relevante o no para su bienestar; la segunda fase donde la persona evalúa las posibles respuestas para afrontar la situación hostil.

##### **1.2 Tipología**

Lazarus y Folkman (1986) mencionan dos estilos de afrontamientos, centrados en el problema se refiere a los métodos que se llevan a cabo para manejar el problema o alterar lo que está causando malestar y los centrados en la emoción se refiere a las destrezas dirigidas a regular la respuesta emocional ante el problema.

Navarro et al., (2016) mencionan una tipología de afrontamiento según el método utilizado puede ser el método activo y método pasivo. En cuanto al método pasivo se caracteriza por una negación o evitación del problema contrario al método activo que está dirigido a dar soluciones a la situación estresante o problemas. Por su parte, Vera et al.,

(2020) mencionan que la afectación psicológica y EA pasivo en escenarios epidemiológicos están estrechamente enlazados.

Así pues, las EA según Echeburúa y Amor (2019) pueden ser adaptativas o/y desadaptativas, estas pueden ser a nivel conductual, emocional, cognitiva o regulación emocional cognitiva. Dentro de las EA negativa se encuentran conductas autodestructivas fijación en sucesos traumáticos y sentimientos negativos, rumiación de la situación, pensamientos catastróficos.

Escobar et al., (2018) mencionan que las EA son mecanismos de respuestas ante situaciones de estrés, algunas estrategias son comunicación asertiva, elaboración y ejecución de un plan para afrontar la situación estresante, actitud y pensamientos positivo, religión y ventilación de la situación.

Por otro lado, Figueroa et al., (2005) identifican también dos estilos de EA a situaciones perturbadoras o desbordantes; en primer lugar, mencionan las EA de tipo pasiva evitativa y segundo lugar el estilo de afrontamiento activo, en cuanto al estilo de afrontamiento pasivo los autores mencionan que el mismo se caracteriza por una evasión de la situación estresante donde el sujeto escapa de la situación mediante el consumo de alcohol o uso de sustancias psicoactivas asumiendo así un rol inactivo ante la situación estresante.

En cuanto al estilo activo, Figueroa et al., (2005) mencionan que este estilo de afrontamiento dirigido a la resolución del problema contrario al estilo pasivo evitativo el sujeto asume un rol activo ante la situación estresante las acciones son dirigidas a la resolución del problema este estilo de afrontamiento permite la disminución de signos emocionales negativos como la ansiedad y/o depresión. Se detalla que existe una estrecha

relación entre el empleo EA, la interpretación subjetiva de la situación y los recursos internos como el BP

En la misma línea de EA, Lazarus y Folkman (1986) manifiestan siete EA que las personas ponen en marcha cuando perciben una situación como desbordante o amenazante.

Entre las que se encuentran:

- Confrontación: intentos de resolver directamente la situación mediante acciones directas.
- Planificación de soluciones: pensar y desarrollar estrategias para resolver el problema.
- Reevaluación positiva: percibir los posibles aspectos positivos que tenga la situación.
- Evitación: uso del pensamiento irreal o improductivo.
- Autocontrol emocional: esfuerzos por controlar las reacciones emocionales.
- Distanciamiento: intentos de adaptación al problema sin pensar en éste.
- Reevaluación de los propios recursos: reconocer el papel que uno mismo ha tenido respecto al problema.
- Desplazamiento: aludir la situación responsabilizando a los demás de las propias emociones y acciones.

En la misma línea, Moran et al., (2016) mencionan catorce de EA desde el modelo de Caver (cuestionario breve en español), misma que se utilizaron para la presente investigación.

- Afrontamiento activo: gestiones enfocadas en incrementar o reducir al estresor.
- Panificación: pensar la manera en cómo afrontar la situación adversa.

- Apoyo social instrumental: solicitar ayuda o consejos a personas competentes.
- Apoyo emocional: consiste conseguir apoyo y simpatía de las personas que le rodean.
- Desahogo emocional: conciencia del malestar emocional, tendencia a expresar o descargar el malestar emocional.
- Desconexión conductual: reducir los esfuerzos para tratar a la situación adversa.
- Reinterpretación positiva: buscar el lado positivo y favorable del problema.
- Negación: negar la realidad del estresor.
- Aceptación: aceptar que el hecho estresante es real.
- Religión: tendencia a volver hacia la religión en momentos de estrés.
- Uso de sustancia: significa hacer uso de estas para sentirse bien o soportar el estresor.
- Humor: reírse de las situaciones estresantes
- Autoinculpación: criticarse y culpabilizarse
- Auto distracción: concentrar las energías en otros proyectos, para no desgastarse con el evento estresor.

## **2 Bienestar psicológico**

### **2.1 Concepto**

El BP es una experiencia que se va construyendo a través del desarrollo psicológico de cada individuo, algunas variables son, la capacidad que poseen las personas de relacionarse de manera positiva con su entorno, la habilidad de enfrentar de manera activa las exigencias del mismo (Sandoval et al., 2017).

Aunado a esto, Romero et al., (2007) se refieren al concepto de BP de manera multidimensional, ya que el mismo se permea desde diferentes dimensiones entre ellas el área social e individual, en cuanto al área individual se hace referencia a la personalidad que se construye desde diferentes factores como género, edad, ubicación geográfica, situación económica, momento histórico, otros. Además, los autores mencionan que las EA y el BP están estrechamente entrelazadas ya que dependiendo de las EA utilizadas ante las situaciones que son percibidas como estresantes el individuo puede experimentar sentimientos de impotencia y por el contrario control de la situación.

## 2.2 Tipología

Díaz et al., (2006) proponen una serie de dimensiones para medir el BP entre ellas

- Autoaceptación

En cuanto a la dimensión de autoaceptación García y Concepción(2019), mencionan que esta dimensión se refiere a la necesidad de reconocimiento y la aceptación de las propias habilidades y debilidades ya que la identificación de estas permiten la mejora de cualidades y desarrollo de habilidades para enfrentar las situaciones difíciles de la vida. Además, el autor menciona que la autoaceptación debe darse tanto de las situaciones vividas en el pasado como en el tiempo presente.

- Relaciones positivas

Esta categoría tiene que ver con habilidades que se poseen entre ellas la empatía, cooperación y compromiso con el bienestar de los demás y mencionan que las relaciones positivas se caracterizan por el apoyo emocional ante situaciones estrés (Lacunza y Contine, 2016).

- Autonomía

En esta dimensión del BP, De Juanas et al., (2022) menciona que la autonomía tiene que ver con aspectos tales como la capacidad de creación de experiencias positivas en el entorno en que se desenvuelve el individuo, establecimiento y cumplimiento de metas, el autor menciona que con estas acciones se robustece el bienestar psicológico de los individuos.

- Dominio del entorno

Rodríguez et al., (2015) relacionan esta categoría con la capacidad que tienen las personas de desenvolverse en el entorno en que interactúan además de sacar provecho o hacer uso de las oportunidades que este le genera, además las personas con dominio del entorno experimentan sensación de control del entorno lo que se convierte en un factor protector ante las situaciones de estrés.

- Propósito en la vida

Esta dimensión se relaciona con aspectos como la búsqueda del sentido de vida y propósito personal. Encontrar o tener ese propósito o sentido de vida fortalece el BP ya que la atención no se centrará en la situación sino en el aprendizaje de esta para la vida (Rodríguez et al., 2015).

- Crecimiento personal

Rodríguez et al., (2015) mencionan esta categoría como un sentido de crecimiento y desarrollo continuo, el crecimiento personal genera sentimientos de satisfacción personal y el desarrollo máximo de habilidades.

### **3 Estrés**

#### **3.1 Conceptualización**

Según Gallardo (2016), el estrés se considera como un mecanismo para hacerle frente a las demandas del entorno, lo que permite el proceso de adaptación. Un determinado grado

de estrés estimula al organismo permitiendo un mayor rendimiento en el desempeño de la cotidianidad logrando así un mayor alcance de los objetivos.

Asimismo, Gallardo (2016) expone que cuando ciertas circunstancias llamada estresores como las presiones económicas, sociales y/o psicológicas superan los recursos que posee las personas, el individuo lo percibe automáticamente como una amenaza, esto detona sensaciones de incomodidad. Si esta sensación se mantiene en el tiempo, se puede llegar a un estado de agotamiento con posibles alteraciones cognitivas y orgánicas.

En la misma línea, Martínez (2017) indica que las personas realizan evaluaciones constantes de las situaciones vividas en el ambiente, cuando la persona hace introspección de los recursos que poseen para enfrentar la situación amenazante y encuentra que son insuficientes se habla que la situación vivida es percibida como amenazante o estresante.

Posterior a la evaluación de la situación como estresante Martínez (2017) menciona, que se da una evaluación primaria de la situación, donde se clasifica la situación como irrelevante o estresante si la situación es valorada como estresante se realiza una segunda evaluación, donde se analizan los recursos disponibles para hacerle frente a la situación estresante (EA), también se evalúan posibles soluciones y los resultados de estas (expectativas y resultados). Por último, se hace una reevaluación de la situación inicial donde la percepción de amenaza puede ser igual o inexistente.

Según González y Tovar (2020) algunos signos que permiten reconocer el estrés son: sentimientos de cansancio o agotamiento mental lo que se asocia con problemas de concentración, falta de motivación problemas para dormir o conciliar el sueño, irritación enojo o adoptar una visión negativa frente a la situación estresante.

### **3.2 Tipología**

Según Martínez (2017) el estrés es necesario en la vida de los seres humanos pues es lo que permite la movilización, de una a otra situación si esta es percibida como incomoda o amenaza, además permite la mejora constante de las actividades que se realizan, como la toma de decisiones, pero cuando este estrés comienza a generar problemas para dormir, dolores musculares, cambios en la conducta ya no se habla de un estrés adaptativo.

El estrés adaptativo se define como la capacidad de dar respuesta a las exigencias diarias del entorno en que se desenvuelven las personas. Montagud (2020) menciona que el estrés es una respuesta básica de supervivencia estas respuestas pueden ser de lucha o huida, en cuanto al estrés disfuncional el autor menciona que se caracteriza por problemas de adaptación a las exigencias del entorno, esta afectación se ve reflejada en conductas como pérdida de interés en aspectos que antes disfrutaba, sentimientos de tristeza, ansiedad y afección en los mecanismos de EA.

*American Psychological Association* (APA, 2019) menciona que el estrés puede manifestarse de dos formas: crónica o aguda. En cuanto, al estrés crónico, se describe como la percepción amenazante que es puede ser intensificado por situaciones socio contextuales que no dependen de un ser humano para su anulación, como la pobreza, por ejemplo. El estrés crónico es una condición que debe tratarse ya que la prolongación de este puede afectar la salud física y emocional de quien lo padece.

En cuanto al estrés agudo, APA (2019) menciona que son las respuestas que las personas utilizan en determinadas situaciones estresantes contrario al estrés crónico el factor estresante en el estrés agudo es a corto plazo, por ejemplo, problemas con los hijos. Dentro de las características principales de este tipo de estrés se citan, una situación estresante genera angustia, pero pasa rápido y generalmente responde bien a las EA.

Asimismo, Escobar et al., (2018) mencionan algunas situaciones calificadas como estresores más comunes, propias de los cambios contextuales que han podido ser intensificadas por la situación sanitaria prevalecientes y que han dado paso y que pueden ser consideradas como factores estresores.

- Cambios en el estilo de vida, ejemplo la nueva normalidad causada por la pandemia.
- Dificultades financieras: la mayor de la población sufrió despidos laborales a raíz de la pandemia por ende su estabilidad financiera.
- Cambios en los hábitos de dormir: tener hábitos de sueño saludables es parte fundamental de la salud tanto física como emocional, el cuidado de la higiene del sueño permite responder mejor a las exigencias diarias, ayuda controlar el estrés por último mantiene el equilibrio emocional.

### **3.3 Relación entre componentes cognitivo y fisiológico en el estrés**

En cuanto a las bases biológicas del estrés Romero et al., (2020) exponen que el eje hipotalámico-pituitario-adrenocortical (HPA) es estimulado por los estresores al que están expuestas las personas, tales como cambios en el estilo de vida, problemas financieros entre otros, estas situaciones provocan el aumento de cortisol, lo que provoca que el individuo ponga en marcha métodos de afrontamiento para el estrés generado.

Igualmente Romero et al., (2020) enfatiza que la elevación de glucocorticoides específicamente el cortisol genera repercusiones en actividades básicas como dormir, cambios o alteraciones en la conducta como excesiva ingesta de alimentos, bajo control de impulsos lo que repercute en la forma de actuar y pensar.

Según lo mencionado por los autores, el estrés crónico afecta la higiene del sueño, al no dormir las horas necesarias se da una afectación a nivel conductual y emocional. Es

importante contextualizar esta respuesta en madres cuidadoras de menores de edad, quienes pueden tener alteraciones producto del estrés. Si a este factor se le suma las exigencias diarias del cuidado de sus hijos, y labores del hogar, esto se traduce a excesivas cargas emocionales como irritabilidad, y bajo control de impulsos que produce un efecto en cadena en la educación y crianza de sus hijos.

Cuando las personas se enfrentan a situaciones que son percibidas como amenazantes, ocurre un rompimiento de la homeostasis, esto se refiere a la pérdida del equilibrio tanto interno como externo. Galves et al., (2015) mencionan que un rompimiento en el equilibrio provoca que se active el sistema neuroendocrino con las siguientes acciones. En primer lugar, el Sistema Nervioso Central, activa al organismo y prepara el cuerpo para la acción, al mismo tiempo se da la liberación de sustancias como catecolaminas, adrenalina y noradrenalina.

Posterior a este proceso, Galves et al., (2015) menciona que se activa el eje Hipotalámico-Hipofisiario- Suprarrenal (HHSRR); lo que activa al hipotálamo, este libera una serie de hormonas entre ellas el factor liberador de corticotropina (CRF), quien tiene como finalidad la estimulación del lóbulo anterior de la hipófisis lo que permite la liberación de la hormona corticotropina (ACTH). La ACTH, viaja a través del torrente sanguíneo, llega a las glándulas suprarrenales y activa la corteza, liberando principalmente glucocorticoides como el cortisol y andrógenos y mineralocorticoides como aldosterona.

En respuesta a las hormonas del estrés liberadas en todo el proceso mencionado, el organismo se pone en guardia y se prepara para la lucha o para la huida. Este fenómeno ha podido estar mayormente presente en este periodo por el cual los padres, madres y menores de edad han estado expuestos.

Según lo mencionado por Spangenberg y Morelli (2015) cuando las personas se exponen a situaciones estresantes, o circunstancias adversas de manera prolongada ocurren modificaciones en la neuro plasticidad del cerebro, específicamente en las siguientes estructuras hipocampo, amígdala y la corteza prefrontal, estos cambios pueden causar alteraciones en la conductas de las personas.

Las posibles afectaciones producto del estrés no solo se pueden percibir a nivel de neurotransmisores y hormonas, sino que en un nivel macro se puede evidenciar otras manifestaciones del estrés tales como: afecciones cognoscitivas (afectación en la memoria, bloqueo de pensamientos),afecciones motoras( tics faciales y tensión muscular), afecciones emocionales(depresión, enojo frustración) y por ultimo afectaciones conductuales como pérdida del apetito, hambre convulsiva y uso de sustancias.(Diaz et al., 2014)

En la misma línea de lo mencionado anteriormente Galves et al., (2015) mencionan que cuando se enfrenta una situación de estrés a nivel corporal el individuo puede experimentar una serie de síntomas entre ellos, dolor de cabeza, tics nerviosos, dificultad para conciliar el sueño, taquicardia dolor otros, la aparición de dichos síntomas se debe a la producción de diferentes hormonas que viajan en el torrente sanguíneo afectando la mayor parte de órganos, esta liberación de hormonas se da con el fin de neutralizar al estímulo estresor.

### **2.3 Influencia del estrés en los estilos de afrontamiento y bienestar psicológico**

Recalde (2015) expone que el afrontamiento es una respuesta adaptativa al estrés ocasionado por diferentes demandas del entorno. Además, menciona que cuando se percibe una posibilidad de control del evento estresante genera un grado de seguridad logrando así minimizar del desborde de emociones negativa.

Cuando se habla de EF se hace referencia a las diversas formas en que las personas enfrentan las exigencias del entorno, ya sea apelando al área espiritual, buscando apoyo moral, por medio de expresión de emociones entre otras, todas estas acciones impactan el BP, por ejemplo, el confinamiento por la pandemia de COVID-19 ha generado cambios significativos en la población en general, estos cambios han detonado los niveles de estrés, y por ende las distintas EA. Por lo tanto, si estas estrategias han ayudado a minimizar los efectos negativos sufridos por la coyuntura país, esto incide de manera positiva en el BP ya que el individuo experimenta una sensación de control del entorno.

## **CAPÍTULO III: MARCO METODOLÓGICO**

### **3.1 ENFOQUE DE INVESTIGACIÓN**

### **3.2 TIPO DE INVESTIGACIÓN**

La elaboración de esta investigación se basa en el enfoque cuantitativo, Cardoso (2020) indica que en este tipo de investigación se privilegian las observaciones empíricas cuantificables además las mediciones se llevan a cabo con la utilización instrumentos de probadas fidelidad y análisis estadísticos rigurosas buscando la causa que explique los diferentes fenómenos. Al mismo tiempo, se trata de un diseño no experimental ya que no se realiza manipulaciones en las variables, se estudiaran los fenómenos tal y como están en su contexto natural así lo puntualiza Paitan (2014). Igualmente, se caracteriza por ser observacional ya que la investigación está dirigida a la observación y registro sin intervenir en la misma así lo menciona Manterola et al., (2019).

Además, se enmarca en la tipología exploratoria y se conceptualiza de este modo porque se pretende identificar una problemática. Diaz y Calzadilla (2016) explican que las investigaciones de tipo exploratoria se caracterizan principalmente por presentar un tema de estudio nuevo o insuficientemente conocido. Por último, se clasificó como descriptiva porque se pretender evidenciar las características del fenómeno de estudio (Paitan, 2014).

Se utilizó una plataforma virtual que permitió la recolección de datos (Formularios de Google). Una vez los instrumentos estuvieron en línea, se reunió a los beneficiarios de HJMJ y se les explicó el propósito del estudio. También, se les brindó acompañamiento mientras resolvían los cuestionarios y se les explicó el consentimiento informado (CI). En relación con la muestra externa a la institución, solamente se les compartió el enlace para su participación. El instrumento contó con un encabezado que describió el objetivo de la investigación, contactos en caso de dudas o preguntas.

### **3.3 UNIDADES DE ANÁLISIS U OBJETOS DE ESTUDIOS**

#### **3.3.1 ÁREA DE ESTUDIO**

Esta investigación se llevó a cabo en el HJMJ, esta institución en un Centro de Atención Integral Diurno para personas menores edad entre los 3 y 12 años, la misma busca proveer los servicios de atención eficiente, eficaz y efectiva, además. Mediante la intervención de las siguientes áreas, apoyo educativo, apoyo espiritual, alimentación. intervenciones psicológicas individuales y grupales como escuela para padres y fortalecimiento de masculinidad, ubicado en el sector de Metrópolis II en Pavas, provincia de San José, Costa Rica (*School and Collage Listings*, 2020).

#### **3.3.1 POBLACIÓN**

Con base en lo expuesto anteriormente, la muestra responde a madres y padres de los niños que asisten al centro, no se hizo exclusión por rango de edad, escolaridad, ni lugar de residencia. El único requisito fue una persona menor de edad a cargo y que asista al HJMJ.

#### **3.3.2 MUESTRA**

La muestra de la presente investigación fue no probabilística, según Ochoa (2015) en este tipo muestra el investigador elige a los encuestados de acorde a las características de la investigación lo que se conoce como criterios de selección. Específicamente, se encuestó a 70 madres y padres pertenecientes al HJMJ, además 34 madres y padres de menores de edad que no asistían al hogar.

#### **3.3.3 CRITERIOS DE INCLUSIÓN Y EXCLUSIÓN**

**Tabla 1***Criterios de Inclusión y Exclusión*

<b>Criterios de inclusión</b>	<b>Criterios de exclusión</b>
Madres, padres o encargadas legales mayores de edad perteneciente al HJMJ y que habiten con la persona menor de edad.	-Madres, padres o encargados legales menores de edad.  - Madres o padres o encargados que no vivan con la persona menor de edad.  -Familiares que no estén encargados legalmente de la persona menor de edad.

---

Fuente: Elaboración propia, 2022.

### **3.4 INSTRUMENTOS PARA LA RECOLECCIÓN DE LA INFORMACIÓN**

Para la presente investigación se hace uso de dos instrumentos: el primero, Inventario de Estrategias de Afrontamiento COPE abreviado 28 (COPE-28) (Moran et al., 2010), tiene como finalidad la medición de EA utilizadas ante situaciones de estrés. El segundo instrumento, Escala de Bienestar Psicológico (EBP) (Diaz et al., 2009) tiene como finalidad la evaluación de múltiples aspectos del BP entre ellos: autoaceptación, relaciones positivas, autonomía, dominio del entorno, crecimiento personal y propósito de vida.

Algunos criterios que se tomaron en cuenta en la elección de los instrumentos de recolección de datos, COPE-28 y la EBP son los siguientes: en primera instancia, se

pretende que el entrevistado no pierda el interés en participar en la investigación ya que el cuestionario es autoadministrado mediante un dispositivo electrónico ya sea tableta, celular o computadora. Además, el mismo permite una aproximación al fenómeno de estudio es este caso EA, y la correlación de esta con el BP, los instrumentos son de acorde al tipo de investigación cuantitativa, por último, por sus confiabilidad, validez y objetividad.

A continuación, se mencionan algunas características del cuestionario de COPE según Izquierdo (2020). Inicialmente, el inventario contaba con 52 ítems que hacían alusión a las subescalas o EA. No obstante, la versión abreviada de COPE-28, acorde con Sánchez (2010), el cuestionario está compuesto por catorce dimensiones cada una con 2 ítems que tienen como finalidad evaluar los estilos<sup>14</sup> de afrontamiento. Esta versión abreviada omite dos subescalas del COPE completo (supresión de actividades distractoras y refrenar el afrontamiento) ya que no fue confirmada su validez en los trabajos previos.

Según lo mencionado por los autores el cuestionario COPE ha sufrido una serie de cambios en sus subescalas con fin de fortalecer su validez; al mismo tiempo esta modificación del COPE breve agregó una nueva subescala llamada humor por considerar la misma importante dentro de las EA que ponen en marcha las personas en situaciones de estrés.

### **3.4.1 VALIDEZ DE LOS INSTRUMENTOS**

Vargas et al., (2010) mencionan que para el análisis del cuestionario de COPE-28, se calculó el índice de consistencia interna alfa de Cronbach, al igual que para cada una de sus dimensiones. Los resultados obtenidos en cuanto al índice de consistencia interna para el cuestionario global son satisfactorios (0.698), lo que indica una similitud con resultado

obtenido en la versión en inglés, en la cual se han encontrado valores entre 0.60 y 0.90, al igual que para cada uno de los ítems del cuestionario.

En cuanto al análisis de confiabilidad se realizó por dimensiones, en la dimensión de afrontamiento activo, se obtuvo un índice de consistencia interna de 0.663 y la de afrontamiento pasivo con un índice de consistencia interna de 0.523. Aunque este valor está por debajo de 0.60, se decidió no eliminar ítems de esta dimensión, pues el valor de consistencia interna no varía significativamente. De acuerdo con los datos mencionados los autores determinan el instrumento como válido ya que cada ítem del cuestionario mide el constructo teórico de las dimensiones que debe tener que medir.

En cuanto a la validez del instrumento de la EBP, Díaz, et al., (2006) indican que las escalas presentan una buena consistencia interna ya que cada ítem de cada dimensión mide lo que tiene que medir se llega a esta conclusión se debido a los valores obtenidos de  $\alpha$  de Cronbach comprenden entre 0.83 y 0.68.

### **3.4.2 CONFIABILIDAD DE LOS INSTRUMENTOS**

Sánchez (2009) menciona en cuanto a la confiabilidad del test COPE-28 se realizó una subdivisión del mismo en subescalas evaluadas mediante el  $\alpha$  Cronbach, dicha evolución determinó una evaluación de 0.6 en las subescalas excepto para actividades distractoras y evadirme las cuales obtuvieron una puntuaciones 0.32 y 0.37 respectivamente.

Al igual que el cuestionario de COPE breve, Díaz et al., (2006) mencionan que para determinar la confiabilidad del instrumento EBP, se ejecutó mediante la división de dimensiones, continuación se detalla de el  $\alpha$  Cronbach obtenido en cada dimensión del instrumento: auto aceptación 0.84, relaciones positivas 0.78, autonomía y propósito en la

vida 0.70, dominio del entono 0.82 y por último crecimiento personal 0.71. De acuerdo con los valores obtenidos los investigadores concluyen que este cuestionario es una buena herramienta para el estudio del BP.

### **3.5 DISEÑO DE LA INVESTIGACIÓN**

El diseño de la investigación fue de tipo no experimental ya que no se hizo manipulación de variables, sino se analizó los factores que se presenta al momento de estudiarlas. Además, se describió como transversal ya que los datos fueron recolectados en un único momento y tiempo.

### 3.6 OPERACIONALIZACIÓN DE LAS VARIABLES

**Tabla 2**

*Operacionalización de variables: Estrategias de Afrontamiento*

<b>Objetivo específico</b>	<b>Variabl e</b>	<b>Definición conceptual</b>	<b>Dimensión operacional</b>	<b>Dimensión</b>	<b>Indicadores</b>	<b>Escala de Medición</b>
Identificar principales EA empleadas por las madres de niños asistentes al hogar Jesús, María y José frente al confinamiento por pandemia de COVID-19.	Afrontamie nto	Lazarus y Folkman (1986) mencionan que son aquellos esfuerzos cognitivos y conductuales constantemente cambiantes que se desarrollan para hacerle frente a las demandas específicas externas y /o internas , estas demandas puede ser evaluadas como excedentes o desbordantes de los recursos del individuo	Variable de naturaleza cualitativa, que se mide a través del Inventario COPE-28. Moran et al., (2010)	Afrontamiento activo	Ítem 2, 10	Likert cuyos puntajes van del 1 al 4 1=No, en lo absoluto, 2=Un poco, 3= Bastante 4=Mucho.
				Planificación	Ítem 6 ,26	
				Apoyo emocional	Ítem 9 ,17	
				Apoyo social instrumental	Ítem 1, 28	
				Religión	Ítem 16,20	
				Reinterpretación positiva	Ítem 14 ,18	
				Aceptación	Ítem 3 ,21	
				Negación	Ítem 5 ,13	
				Humor	Ítem 7 ,19	
				Auto distracción	Ítem 4, 22	
Auto inculpación	Ítem 8, 27					
Desconexión conductual	Ítem 11 ,25					
Desahogo emocional	Ítem 12 ,23					
Usos de sustancias	Ítem 15, 24					

Fuente: Elaboración propia, 2022.

**Tabla 3***Operacionalización de variables: Bienestar Psicológico*

<b>Objetivo específico</b>	<b>Variable</b>	<b>Definición conceptual</b>	<b>Dimensión operacional</b>	<b>Dimensión</b>	<b>Indicadores</b>	<b>Escala de Medición</b>
Describir los resultados relacionados con las EA y BP su utilidad en las madres y padres de niños asistentes asisten al hogar Jesús, María y José frente al confinamiento por pandemia de COVID-19.	Bienestar psicológico	Es una experiencia que se va construyendo a través del desarrollo psicológico de cada individuo, algunas variables del BP son, la capacidad que poseen las personas de relacionarse de manera positiva con su entorno, la habilidad de enfrentar de manera activa las exigencias del mismo (Sandoval et al., 2017).	Variable de naturaleza cualitativa que permite ser medida a través de la Escala de Bienestar Psicológico Díaz, et al., (2006).	Autoaceptación Relaciones positivas Autonomía Dominio del entorno Propósito en la vida Crecimiento personal	Ítem 1,7,17,24 Ítem 2,8,12,22,25 Ítem 3,4,9,13,18,23 Ítem 5,10,14,19,29 Ítem 6,11,15,16,20 Ítem 21,26,27	Likert cuyos puntajes van del 1 al 4 1=Totalment e en desacuerdo 2=En desacuerdo 3= Ni de acuerdo ni en desacuerdo 4= De acuerdo 5= Totalmente de acuerdo

Fuente: Elaboración propia, 2022.

### **3.8 PROCEDIMIENTOS DE RECOLECCIÓN DE DATOS**

En el caso de los participantes que frecuentaron el HJMJ, la recolección de información se realizó inicialmente con un encuadre donde se explicó a los encuestados en que consistió la investigación y la importancia de su participación en la misma, posterior a esto se hizo énfasis en los criterios de anonimato y confidencialidad. Además, se abrió el espacio para preguntas y comentarios.

Seguidamente, se envió el enlace donde se ubicaron los cuestionarios especificando que las respuestas dadas sean lo más cercano que a lo vivido durante el confinamiento por COVI-19. Por último, es importante mencionar que la información fue recolectada de manera individual, en línea con una duración aproximada de 30 a 40 minutos.

En el caso de las personas externas a la institución se contactaron vía *WhatsApp* a las personas que cumplían con los criterios inclusión para la investigación posterior a ello se les compartió el enlace donde se encontraban los cuestionarios. Cada cuestionario detalló en su encabezado el CI y el propósito de la investigación.

### **3.9 ORGANIZACIÓN DE LOS DATOS**

Los datos fueron recolectados con el uso de la herramienta de Formularios de Google. Dichos datos se descargaron en un Excel; el mismo se transformó en formato separado por comas (CSV, *comma separated values*) lo que permitió ser importado a JAMOVİ (*The Jamovi Project*, 2021) para proceder con el análisis tanto de estadística descriptiva como inferencial.

### 3.10 ANÁLISIS DE DATOS

Se procedió a analizar EA más utilizadas en ambas muestras seguidamente se analizó la correlación de las dimensiones de los instrumentos EA y BP de forma bivariado.

El análisis de correlación se realizó calculando la  $r$  de Pearson, Schober et al., (2018) exponen que la correlación es una medida de una asociación monótona entre 2 variables. Esto quiere decir que la relación entre 2 dos variables puede darse en dos estilos, la primera relación de variables puede darse de la siguiente manera a medida que aumenta el valor de una variable, también lo hace el valor de la otra variable; o a medida que aumenta el valor de una variable, el valor de la otra variable disminuye.

Además Schober et al., (2018) enfatiza que la correlación entre variables se puede interpretar en 5 formas: A. Cuando *p de value* se obtienen los siguientes resultados 0.00-0.10 lo que indica que no hay correlación, B. cuando se obtiene los siguientes resultados 0.10-0.39 indican una baja correlación, C. cuando los valores oscilan entre 0.40-0.69 indican la existencia de una correlación moderada, D. los valores entre 0.70-0.89 indican la existencia de una correlación fuerte, finalmente cuando los valores obtenidos oscilan entre 0.90-1.00 se habla de una muy fuerte correlación entre las variables.

Para finalizar, se procedió a analizar si existen o no diferencias entre las EA y el BP por sexo, dicho análisis se realizó con la Prueba *t* de *Student* según Gómez et al., (2001), estas pruebas se utilizan para indagar si dos muestras tienen igual medida (en este caso el sexo), procedentes de una misma población.

## CAPITULO IV: PRESENTACIÓN DE RESULTADOS

En este capítulo, se presentan los resultados obtenidos tras aplicar el instrumento de COPE 28, EBP y variables sociodemográfico a la población seleccionada para el estudio.

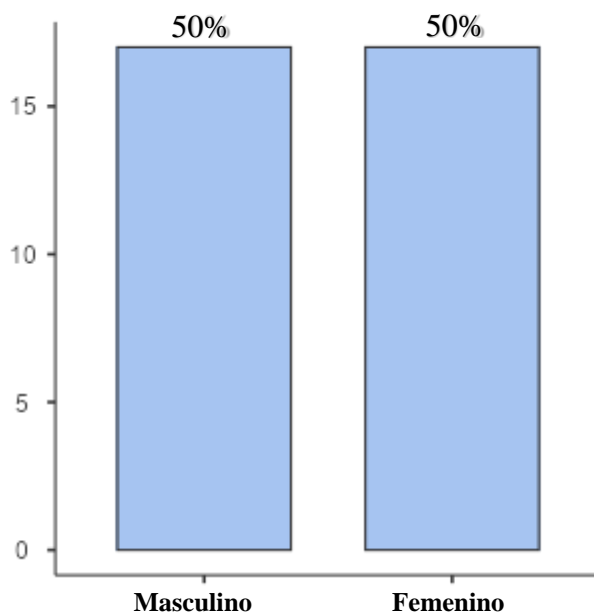
### 4.1 Variables sociodemográficas

La investigación comprende de un total de 100 personas, la muestra fue dividida en dos. El primer grupo responde a personas legalmente responsable por los menores beneficiarios del HJMJ (grupo interno), se compuso por 70 individuos. El segundo grupo, se conformó por 34 madres y padres externos a la institución (grupo interno).

#### 4.1.1 Género

##### Gráfico 1

*Variable género: Grupo externo*

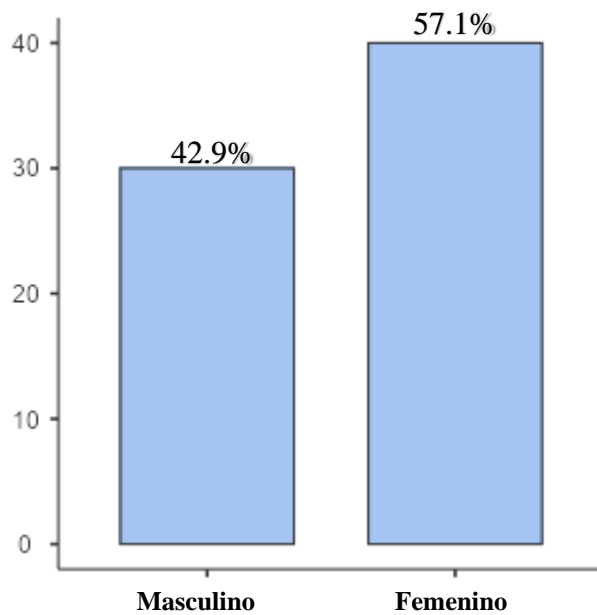


Fuente: Elaboración propia, 2022

En cuanto a la variable género del grupo externo a la institución la muestra quedó dividida de la siguiente manera 17 hombres (lo que representa un 50 % de la muestra) y 17 mujeres (50% de la muestra).

## Gráfico 2

*Variable género: Grupo interno*



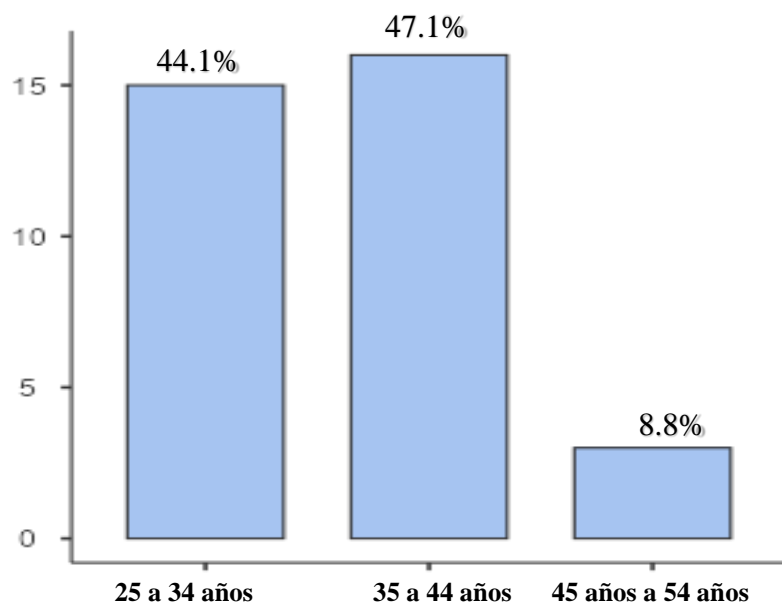
Fuente: Elaboración propia, 2022

En cuanto al grupo interno padres y madres que asisten a la institución quedó dividida de la siguiente manera 30 hombres (lo que representa un 42.9 % de la muestra) y 40 mujeres (57.1% de la muestra).

### 4.1.2 Rango de edad

## Gráfico 3

*Variable rango de edad: Grupo externo*

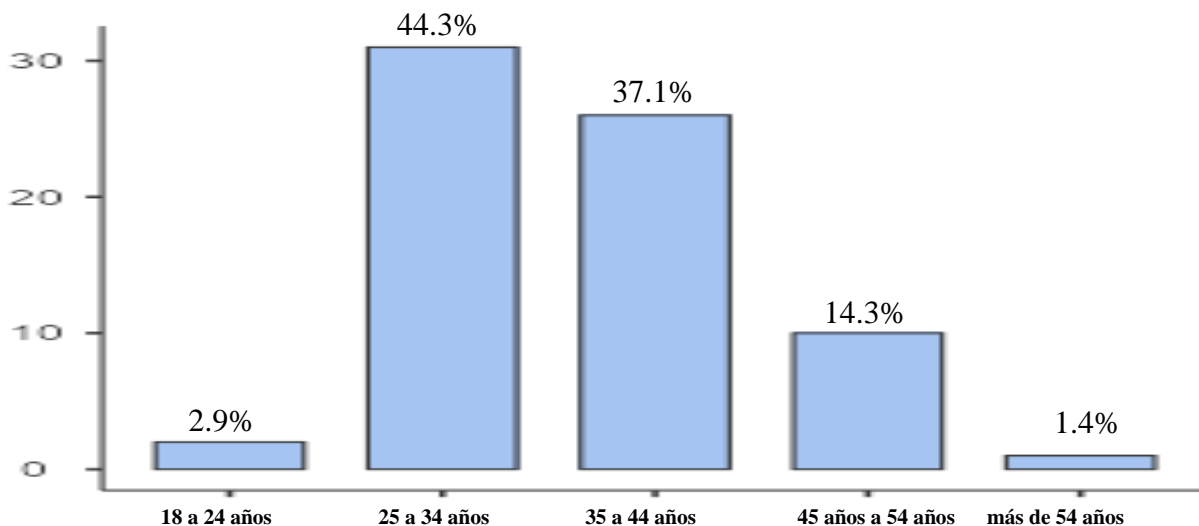


Fuente: Elaboración propia, 2022

En cuanto al grupo externo los resultados obtenidos para la variable rango de edad son los siguientes, el mayor porcentaje de 16 participantes (47.1%) se encuentran entre los 35 años a 44 años.

**Gráfico 4**

*Variable rango de edad: Grupo interno*



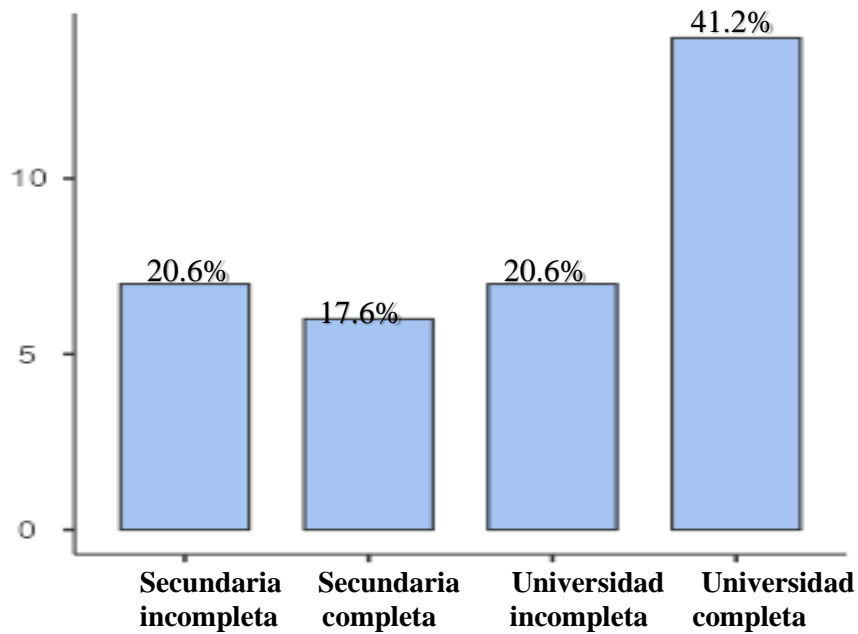
Fuente: Elaboración propia, 2022

De acuerdo con los datos mostrados en el Gráfico 4, el grupo interno se distribuye mayormente entre 25 y 34 años, lo cual responde a 44.3% de participantes. Seguidamente, la muestra que contó con un grupo etéreo bastante frecuente fue las personas entre 35 y 34 años con 37.1% participantes.

### 4.1.3 Nivel de escolaridad

#### Gráfico 5

*Variable nivel de escolaridad: Grupo externo*

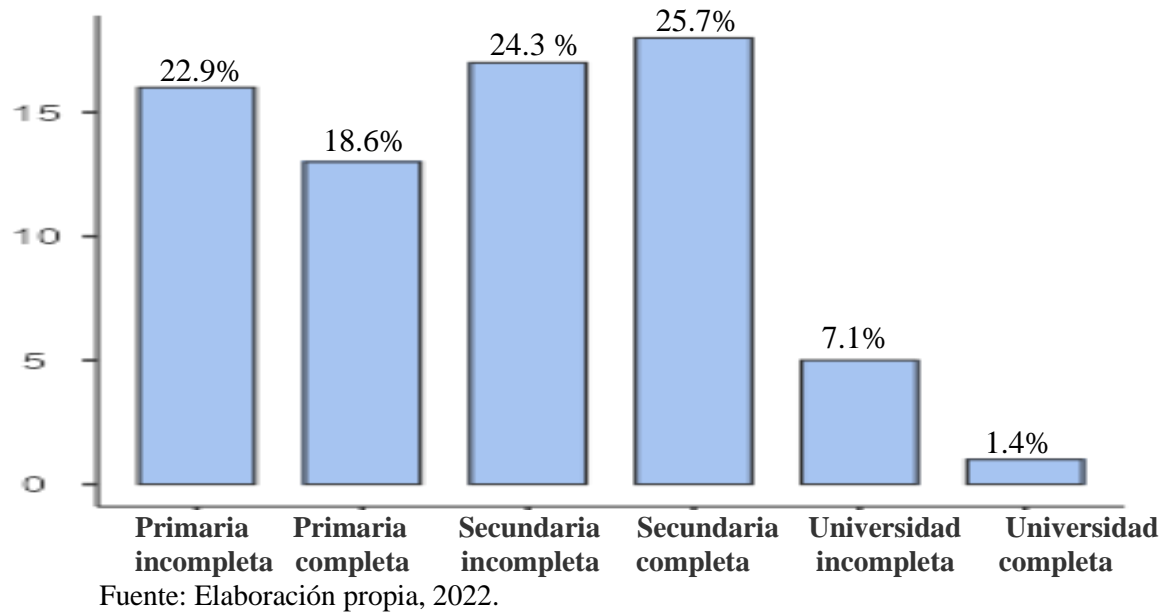


Fuente: Elaboración propia, 2022.

De acuerdo con los datos obtenidos de esta variable para el grupo externo se infiere que la mayor parte de la muestra tiene universidad completa lo cual representa a 14 participantes (41.2%).

## Gráfico 6

Variable nivel de escolaridad: Grupo Interno

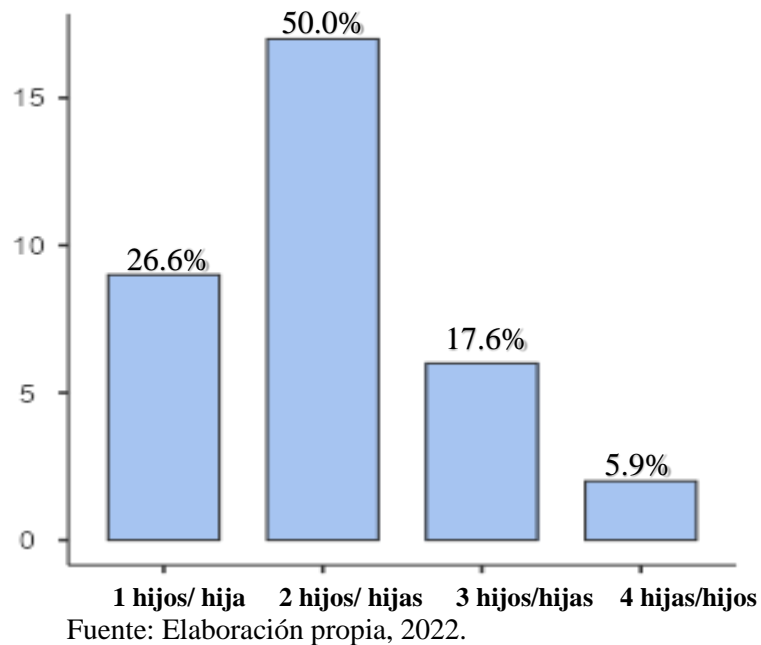


Los datos obtenidos para la variable nivel de escolaridad del grupo interno señalan que 18 participantes (lo que representa un 25.7%) tienen secundaria completa y un participante (1.4%) tiene universidad completa.

### 4.1.4 Cantidad de hijos

## Gráfico 7

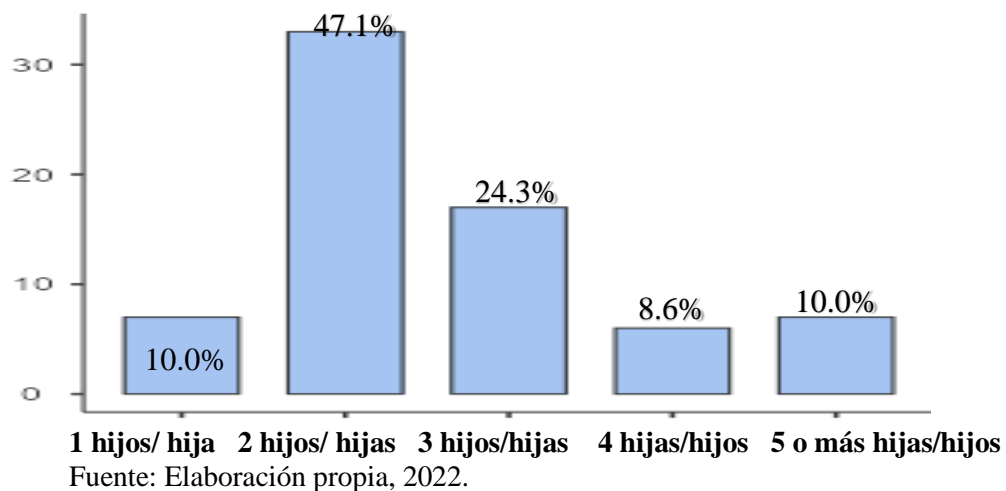
Variable cantidad de hijos: Grupo externo



Para la variable cantidad de hijos del grupo externo 17 participantes (lo que representa un 50.0% de la muestra total) reportan tener 2 hijos/, finalmente, 0 participantes indicaron tener 5 o más hijos/hijas.

### Gráfico 8

*Variable cantidad de hijos: Grupo interno*



Los datos más relevantes obtenidos para la variable cantidad de hijos en el grupo interno se puntualizan a continuación, la mayor parte de la muestra 33 participantes (lo que representa un 47.1% de la muestra total) mencionaron tener 2hijas/os y un 8.67% tienen 4 hijos,

#### **4.1.5 Situación laboral actual**

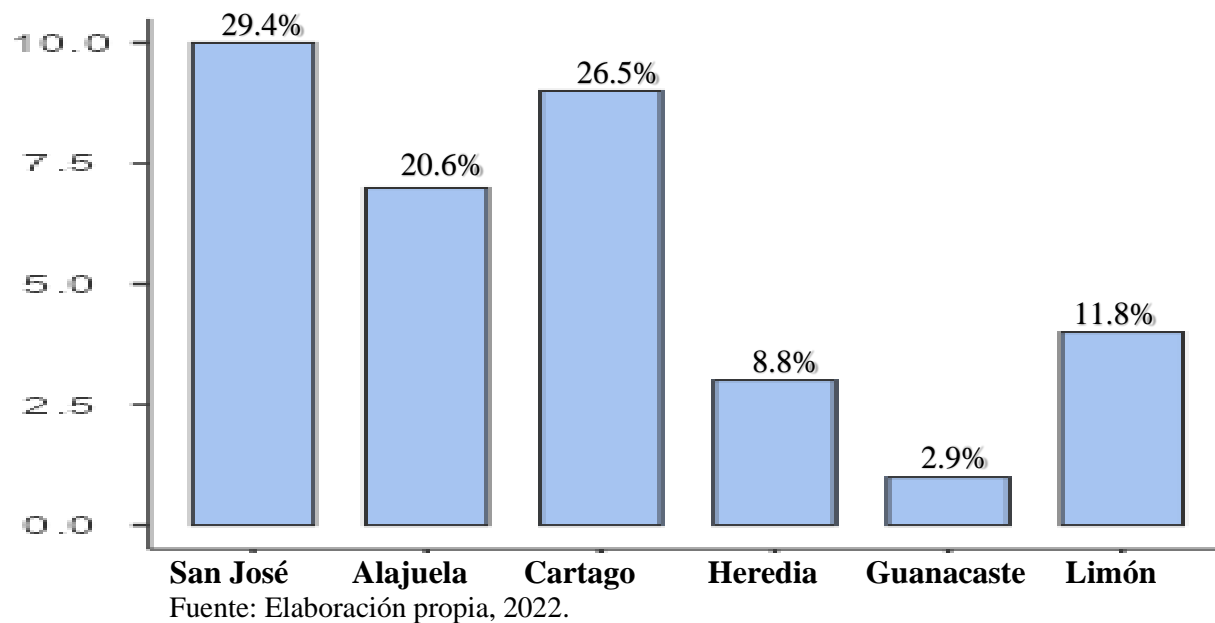
Los resultados obtenidos para la variable situación laboral actual del grupo interno se exponen a continuación 20 participantes (lo que representa un 28.6% de la muestra) se encuentran con empleo de medio tiempo, 27 participantes (38.6%) se encuentran con empleo de tiempo completo, 22 participantes (31.4%) están desempleadas finalmente 1 participante (1.4%) esta pensionada.

A continuación, se muestran los porcentajes de la situación laboral que presenta la población del grupo externo, 3 participantes (8.8%) mencionaron tener empleo de medio tiempo, 21 participantes (61.8%) tiene empleo de tiempo completo, 10 participantes (29.4%) indican estar desempleadas finalmente ninguna persona se encuentra pensionada.

#### 4.1.6 Provincia de residencia

**Gráfico 9**

*Variable provincial de residencia: Grupo externo*



En este apartado se muestran los porcentajes de las personas encuestadas provenientes de las 7 provincias del país: San José, Alajuela, Cartago, Heredia, Guanacaste, Puntarenas y Limón. En cuanto a la provincia de residencia del grupo externo, los resultados indican que, la mayor parte de la población participante residen en la provincia de San José (Gráfico 9). En relación con el distrito de procedencia se concluye que la mayor participación se dio en los distritos de San José (Alajuela) (5.9%), Carrizal (5.9%), y Hatillo (5.9%).

Por otra parte, según los resultados obtenidos del grupo interno se determina que los 70 participantes pertenecen a la provincia de San José lo que representa el 100% de la

muestra. En cuanto al distrito de procedencia, se obtuvo los 70 encuestados pertenecen al distrito de Pavas lo que representa el 100% de la muestra.

## **4.2 Estrategias de afrontamiento empleadas por las madres y padres**

Al someter los datos obtenidos a análisis se obtuvo que las EA más utilizadas por el grupo interno y externo empleadas por las madres y padres de niños frente al confinamiento por pandemia de COVID-19, son afrontamiento activo, planificación, religión, reinterpretación positiva y aceptación. Asimismo, se reportan las EA de menor utilidad en las muestras encuestadas, uso de sustancias, desconexión conductual, negación, apoyo emocional, apoyo social instrumental, humor, distracción, y desahogo emocional.

## **4.3 Análisis correlacional de Inventario COPE-28**

En la Tabla 4 se detallan los datos obtenidos del grupo interno en relación con la correlación obtenida entre las dimensiones del Inventario COPE-28. De este modo, las dimensiones que se correlacionan de manera muy fuerte entre sí según los puntajes obtenidos son:

- Afrontamiento activo y planificación ( $r= 0.549$  y  $p.001$ )
- Planificación y apoyo emocional ( $r= .044$ ,  $p.001$ )
- Planificación y apoyo social instrumental ( $r= 0.394$ ,  $p < .001$ )
- Planificación y religión ( $r= 0.464$ ,  $p < .001$ )
- Planificación y aceptación ( $r= 0.456$  y  $p < .001$ )
- Religión y reinterpretación positiva ( $r = 0.407$  y  $p < .001$ )
- Religión y aceptación ( $r= 0.464$  y  $p < .001$ )
- Negación y desconexión conductual ( $r= 0.516$  y  $p < .001$ )
- Negación y desahogo emocional ( $r= 0.387$ ,  $p < .001$ )

- Distracción y desconexión conductual ( $r= 0.417$  y  $p < .001$ )
- Desconexión conductual y desahogo emocional ( $r= 0.465$  y  $p < .001$ ). Al ser todas las correlaciones positivas, esto se interpreta que, al aumentar la presencia de una dimensión, la otra dimensión correlacionada también aumenta.

**Tabla 4***Correlación entre dimensiones de EA: grupo interno*

<b>Dimensiones COPE 28</b>		I	II	III	IV	V	VI	VII	VIII	IX	X	XI	XII	XIII	XIV
Afrontamiento activo	R de Pearson	—													
	Valor de P	—													
Planificación	R de Pearson	0.549***	—												
	Valor de P	<.001	—												
Apoyo emocional	R de Pearson	0.159	0.444***	—											
	Valor de P	0.188	<.001	—											
Apoyo social instrumental	R de Pearson	0.173	0.394***	0.368**	—										
	Valor de P	0.152	<.001	0.002	—										
Religión	R de Pearson	0.210	0.464***	0.349**	0.382**	—									
	Valor de P	0.081	<.001	0.003	0.001	—									
Reinterpretación Positiva	R de Pearson	0.215	0.370**	0.131	0.105	0.407***	—								
	Valor de P	0.074	0.002	0.281	0.387	<.001	—								
Aceptación	R de Pearson	0.302*	0.456***	0.260*	0.337**	0.464***	0.372**	—							
	Valor de P	0.011	<.001	0.030	0.004	<.001	0.002	—							
Negación	R de Pearson	0.149	0.027	-0.035	0.098	0.001	-0.102	-0.061	—						
	Valor de P	0.218	0.823	0.775	0.417	0.994	0.400	0.617	—						
Humor	R de Pearson	0.041	0.080	0.135	-0.188	-0.039	-0.173	-0.008	0.242*	—					
	Valor de P	0.735	0.508	0.266	0.119	0.749	0.152	0.946	0.044	—					



Por otro lado, en la Tabla 5 se precisan los puntajes obtenidos de la muestra del grupo externo, esta información establece que existe relación entre los siguientes estilos de Afrontamiento, en cuanto al tipo de correlación muy fuerte se identifican las siguientes:

- Planificación y reinterpretación positiva ( $r= 0.541$  y  $p= < .001$ )
- Apoyo emocional y apoyo social instrumental ( $r= 0.659$  y  $p = < .001$ )
- Apoyo social instrumental y negación ( $r=0.624$  y  $p = < .001$ )
- Religión y reinterpretación positiva ( $r=0.717$  y  $p = < .001$ )
- Reinterpretación positiva y auto distracción ( $r=0.724$  y  $p = < .001$ )
- Desahogo emocional y uso de sustancias ( $r =0.578$  y  $p = < .001$ ).

Además, se encuentra solo una correlación moderada siendo la que existente entre afrontamiento activo y humor ( $r= 0.340$  y  $p= 0.049$ ). Al ser todas las correlaciones positivas, esto se interpreta que, al aumentar la presencia de una dimensión, la otra dimensión correlacionada también aumenta.

**Tabla 5**  
*Correlación entre dimensiones de EA: grupo externo*

Dimensiones COPE-28		I	II	III	IV	V	VI	VII	VIII	IX	X	XI	XII	XIII	XIV
Afrontamiento activo	R de Pearson	—													
	Valor de P	—													
Planificación	R de Pearson	0.325	—												
	Valor de P	0.061	—												
Apoyo emocional	R de Pearson	0.254	0.072	—											
	Valor de P	0.147	0.684	—											
Apoyo social instrumental	R de Pearson	0.285	0.265	0.659***	—										
	Valor de P	0.102	0.130	<.001	—										
Religión	R de Pearson	0.039	0.220	0.328	0.491**	—									
	Valor de P	0.826	0.211	0.058	0.003	—									
Reinterpretación positiva	R de Pearson	0.301	0.541***	0.231	0.474**	0.717***	—								
	Valor de P	0.083	<.001	0.189	0.005	<.001	—								
Aceptación	R de Pearson	0.502**	0.218	0.099	0.168	0.149	0.203	—							
	Valor de P	0.002	0.216	0.576	0.341	0.402	0.249	—							
Negación	R de Pearson	-0.133	0.007	0.319	0.624***	0.088	0.112	-0.337	—						
	Valor de P	0.453	0.967	0.066	<.001	0.620	0.529	0.051	—						

Humor	R de Pearson	0.340*	0.094	0.515**	0.360	0.411*	0.406*	0.322	0.072	—					
	Valor de P	0.049	0.596	0.002	0.036	0.016	0.017	0.063	0.684	—					
Auto distracción	R de Pearson	0.106	0.230	0.167	0.525**	0.487**	0.724***	-	0.275	0.337	—				
	Valor de P	0.550	0.191	0.345	0.001	0.003	<.001	0.849	0.115	0.051	—				
Autoinculpación	R de Pearson	0.165	0.298	0.249	0.186	0.045	0.270	-	0.174	0.289	0.168	0.200	—		
	Valor de P	0.351	0.087	0.155	0.292	0.799	0.123	0.324	0.097	0.343	0.256	—			
Desconexión conductual	R de Pearson	0.080	-	0.290	0.384*	0.082	0.021	-	0.410*	0.089	-0.004	0.275	—		
	Valor de P	0.654	0.973	0.096	0.025	0.644	0.907	0.665	0.016	0.618	0.980	0.115	—		
Desahogo emocional	R de Pearson	0.117	-	0.140	0.200	0.142	0.070	0.024	0.172	0.330	0.256	0.291	0.007	—	
	Valor de P	0.512	0.633	0.428	0.257	0.425	0.694	0.892	0.332	0.057	0.145	0.095	0.970	—	
Uso de sustancias	R de Pearson	0.000	0.171	-	-	-	-	0.031	-0.038	-0.114	0.029	0.312	-0.024	0.578***	—
	Valor de P	1.000	0.334	0.410	0.943	0.508	0.549	0.861	0.832	0.521	0.872	0.072	0.893	<.001	—

Nota: \* p < .05, \*\* p < .01, \*\*\* p < .001 I: Afrontamiento activo, II: Planificación, III: Apoyo emocional, IV: Apoyo social instrumental, V: Religión, VI: Reinterpretación positiva, VII:

Aceptación, VIII: Negación, IX: Humor, X: Distracción, XI: Autoinculpación, XII: Desconexión conductual, XIII: Desahogo emocional, XIV: Uso de sustancias.

Fuente: Elaboración propia, 2022

#### 4.4 Análisis Inventario Bienestar Psicológico

**Tabla 6**

*Correlación entre dimensiones de Bienestar Psicológico: grupo interno*

Dimensiones Inventario Bienestar Psicológico		Crecimiento personal	Autoaceptación	Relaciones positivas	Autonomía	Dominio del entorno	Propósito en la vida
Crecimiento personal	R de Pearson	—					
	Valor de P	—					
Autoaceptación	R de Pearson	0.485***	—				
	Valor de P	<.001	—				
Relaciones positivas	R de Pearson	0.209	0.441***	—			
	Valor de P	0.083	<.001	—			
Autonomía	R de Pearson	0.375**	0.474***	0.324**	—		
	Valor de P	0.001	<.001	0.006	—		
Dominio del entorno	R de Pearson	0.612***	0.619***	0.550***	0.495***	—	
	Valor de P	<.001	<.001	<.001	<.001	—	
Propósito en la vida	R de Pearson	0.431***	0.643***	0.287*	0.372**	0.381**	—
	Valor de P	<.001	<.001	0.016	0.002	0.001	—

Nota: \* p < .05, \*\* p < .01, \*\*\* p < .001

Fuente: Elaboración propia, 2022

De acuerdo con los datos obtenidos en la Tabla 6 se infiere que para el Inventario

BP las dimensiones que se correlación muy fuerte son:

- Crecimiento personal y autoaceptación ( $r= 0.485$  y  $p= < .001$ ),
- Crecimiento personal y dominio del entorno ( $r= 0.612$  y  $p=< .001$ )
- Crecimiento personal y propósito de vida ( $r= 0.431$  y  $p= < .001$ )
- Autoaceptación y relaciones positivas ( $r= 0.441$  y  $p= < .001$ )
- Autoaceptación y autonomía ( $r=0.474$  y  $p= < .001$ )
- Autoaceptación y dominio del entorno ( $r= 0.619$  y  $p=< .001$ )
- Autoaceptación y propósito de vida ( $r= 0.643$  y  $p= < .001$ )
- Relaciones positivas y dominio del entorno ( $r=0.550$  y  $p= < .001$ )
- Autonomía y dominio del entorno ( $r= 0.49$  y  $p=< .001$ ). Al ser todas las correlaciones positivas, esto se interpreta que, al aumentar una dimensión, la otra dimensión correlacionada también aumenta.

**Tabla 7**  
*Correlación entre dimensiones del BP: grupo externo*

<b>Dimensiones</b>		<b>Crecimiento personal</b>	<b>Autoaceptación</b>	<b>Relaciones positivas</b>	<b>Autonomía</b>	<b>Dominio del entorno</b>	<b>Propósito de vida</b>
<b>Inventario</b>	<b>Bienestar Psicológico</b>						
Crecimiento personal	R de Pearson	—					
	Valor de P	—					
Autoaceptación	R de Pearson	0.412*	—				
	Valor de P	0.016	—				
Relaciones positivas	R de Pearson	-0.086	0.266	—			
	Valor de P	0.630	0.128	—			
Autonomía	R de Pearson	0.320	0.699***	0.302	—		
	Valor de P	0.065	< .001	0.083	—		
Dominio del entorno	R de Pearson	0.424*	0.797***	0.344*	0.493**	—	
	Valor de P	0.013	< .001	0.046	0.003	—	
Propósito de vida	R de Pearson	0.012	0.010	0.136	-0.030	-0.067	—
	Valor de P	0.947	0.956	0.444	0.868	0.707	—

Note. \*  $p < .05$ , \*\*  $p < .01$ , \*\*\*  $p < .001$

Fuente: Elaboración propia, 2022

Los datos obtenidos para el grupo externo (Tabla 7) determinan que existe una relación muy fuerte correlación entre las siguientes dimensiones autoaceptación y autonomía ( $r=0.699$  y  $p < .001$ ), autoaceptación y dominio del entorno ( $r= 0.797$  y  $p < .001$ ). Ambas correlaciones son positivas, lo que indica que, al aumentar la presencia de una dimensión, la otra dimensión correlacionada también aumenta.

#### 4.5 Correlación entre EA y BP

Los datos obtenidos ( $r = -0.009$  y  $p = 0.943$ ) para del grupo interno permiten determinar que no existe correlación entre EA y BP (como dimensiones unificadas) como se puede evidenciar en la Tabla 8. De la misma forma, para el grupo externo (Tabla 9) los resultados indican que ( $r = 0.026$  y  $p = 0.882$ ) no existe correlación entre EA y BP.

**Tabla 8**

*Correlación entre inventario EA yBP: grupo interno*

		Total EA	Total BP
Total EA	R de pearson	—	
	Valor de P	—	
Total BP	R de Pearson	-0.009	—
	Valor de P	0.943	—

*Note.* \*  $p < .05$ , \*\*  $p < .01$ , \*\*\*  $p < .001$

Fuente: Elaboración propia, 2022

**Tabla 9**

*Correlación entre inventario EA y BP: grupo externo*

		TOTAL EA	TOTAL BP
TOTAL EA	R de Pearson	—	
	Valor de P	—	
TOTAL BP	R de Pearson	-0.026	—
	Valor de P	0.882	—

*Note.* \*  $p < .05$ , \*\*  $p < .01$ , \*\*\*  $p < .001$

Fuente elaboración propia, 2022

## 4.6 Comparación de EA utilizadas por padres y madres

Para realizar la comparación de EA y BP por sexo se sometieron los datos obtenidos a pruebas T. En la Tabla 10 se indican los valores obtenidos para el grupo interno de la investigación, de acuerdo con los valores no existe diferencias por sexo en relación con EA ( $p= 0.406$ ).

**Tabla 10**

*Prueba T Instrumento Estrategias de Afrontamiento, Grupo interno*

		<b>Estadísticos</b>	<b>Df</b>	<b>P</b>
Total EA	Prueba t de Student	0.837	68.0	0.406

Elaboración propia,2022

Por otro lado, en la Tabla 11, se muestran los valores obtenidos del grupo interno para evaluar el BP por sexo en este caso sí se destaca diferencias por sexo ( $p=0.003$ ). Donde las mujeres obtuvieron valores más altos en cada una de las dimensiones del BP.

**Tabla 11**

*Prueba T Instrumento Bienestar Psicológico, Grupo interno*

		<b>Estadísticos</b>	<b>Df</b>	<b>P</b>
Total BP	Prueba t de Student	3.10	68.0	0.003

Elaboración propia,2022

En cuanto al grupo externo, de acuerdo con los resultados de la Tabla 12, se infiere que no existe diferencias por sexo en cuanto a las EA por genero al igual que el grupo control.

**Tabla 12**

*Prueba T Instrumento Estrategias de Afrontamiento, Grupo Externo*

		<b>Estadísticos</b>	<b>Df</b>	<b>P</b>
Total EA	Prueba t de Student	0.683	32.0	0.499

Elaboración propia,2022

Para finalizar en la Tabla 13, se sintetiza los puntajes obtenidos del BP por sexo el cual no muestra una diferenciación según los puntajes obtenidos ( $p=0.589$ ) para el grupo externo.

**Tabla 13**

*Prueba T Instrumento Bienestar Psicológico, Grupo Externo*

		<b>Estadísticos</b>	<b>Df</b>	<b>P</b>
Total BP	Prueba t de Student	0.546	32.0	0.589

Elaboración propia,2022

## **CAPITULO V: DISCUSIÓN E INTERPRETACIÓN DE RESULTADOS**

### **5.1 INTERPRETACIÓN RESULTADOS**

El objetivo de la presente investigación fue analizar las EA utilizadas por las madres y padres asistentes al HJMJ al confinamiento por pandemia de COVID-19 para averiguar si se podría comprobar una relación entre las EA y el BP. A manera descriptiva, el grupo interno presentó un rango de edad entre los 18 años y más de 54 años, contrario al grupo externo ya que el rango de edad de este oscila entre los 25 años y menos de 54 años.

En cuanto a la provincia de residencia todos los participantes del grupo interno viven en la provincia de San José, en contraste con el grupo externo donde la población participante fue proveniente de las siete provincias del país siendo San José donde se reportó la mayor cantidad de población que participo en la investigación y Guanacaste la provincia de menos participación.

Por otro lado, se analizó la variable situación laboral actual para ambos grupos los resultados se detallan a continuación, en el grupo interno la situación laboral que prevaleció fue empleo de tiempo completo con un 38.6%, seguido de desempleo con un 31.4%; en cuanto al grupo externo los datos obtenidos permiten afirmar que un 61.8% de la población tiene empleo de tiempo completo seguido de desempleo con un 29.4% de la población encuestada.

En cuanto al nivel de escolaridad de ambos grupos los resultados demuestran que los participantes del grupo externo tienen mayor grado de escolaridad donde se reporta que el 41,2% de la población tiene universidad completa; contrario al grupo interno donde solo el 1.4% de la población dijo tener la universidad completa, en este grupo el grado académico más alto reportado fue secundaria completa con un 24.3%.

Además, la participación por sexo en ambos grupos fue muy equilibrada, en el grupo externo el 50% de la población fueron de sexo masculino y 50% de sexo femenino: mientras que en el grupo interno un 42.9% de participantes fueron de sexo masculino y un 57.2% fueron de sexo femenino.

Para identificar las EA más utilizadas en las poblaciones del estudio se administró el Instrumento de estrategias de afrontamiento COPE-28. En ambos grupos no se encontró mayores diferencias entre las EA utilizadas.

A continuación, se detallan las EA que se utilizaron con mayor predominancia, afrontamiento activo con la mayor puntuación, planificación, religión, reinterpretación positiva y por último aceptación. En este sentido, Figueroa et al., (2005) exponen que cuando se asume un rol activo mediante la planificación de los pasos a seguir para afrontar la situación, acciones enfocadas en reducir la tensión ante las situaciones percibidas como desbordantes, existe una la disminución de signos emocionales negativos como la ansiedad y/o depresión.

Los resultados de este estudio muestran las correlaciones reportadas del Inventario estrategias de afrontamiento COPE-28 por las madres y padres del HJMJ (grupo interno), y un grupo de padres y madres externos a la institución (grupo externo). Dentro de las correlaciones reportadas por el grupo interno se identifican algunas dimensiones que Sánchez (2009) reporta como las EA más utilizadas en la población de su investigación. Además, el mismo autor las cataloga como las EA que ayudan a reducir los niveles de tensión ante situaciones estresantes entre ellas, la religión, la planificación al afrontamiento, la reinterpretación positiva, y el apoyo social.

Dentro de la presente investigación algunas de estas dimensiones se encuentran correlacionadas de manera positiva y muy fuerte, entre ellas; esto quiere decir que al aumentar la presencia de una dimensión la otra correlacionada también aumenta.

Entre esas correlaciones se encuentran: religión y reinterpretación positiva, esto indica que entre más religioso se considerada una persona fue más probable que tratara de buscar el lado positivo a la situación. Afrontamiento activo y planificación, esto revela que las personas emplearon acciones directas, con el fin de cambiar la situación percibida como estrés, debido a esto hubo una mayor planificación para afrontar el evento hostil.

En torno a la planificación y apoyo emocional, esto denota que cuando las personas proyectan acciones para enfrentar las situaciones percibidas como desbordantes durante el confinamiento por pandemia, aumento lo búsqueda de apoyo emocional con el afianzar, la seguridad en sí mismos y volver a la calma.

La dimensión planificación también se correlacionó de manera positiva y muy fuerte con el apoyo social instrumental, religión y aceptación lo que explica que cuando las madres y padres pensaron en acciones para afrontar situaciones difíciles, el nivel de aceptación del evento estresor aumenta, como también lo hace la búsqueda el apoyo espiritual y finalmente la búsqueda de personas que les rodea para hablar sobre la situación, y así afianzar la sensación de contar con alguien y sentirse acompañado.

Por último, se encontró una correlación muy fuerte y también positiva entre religión y aceptación lo que permite concluir a mayor uso de la espiritualidad hay mayor aceptación de la situación.

Otras EA utilizadas por el grupo interno son humor, afrontamiento activo Fernández et al., (2016) califica las mismas como EA positivas para hacerle frente a las

situaciones que son percibidas como desbordantes estas misma fueron las EA más utilizadas en su investigación.

Por otro lado, los resultados evidenciaron el uso de EA consideradas por Fernández et al., (2016) como perjudiciales para la salud entre ellas carga emocional, negación, autoinculpación. Algunas de ellas correlacionadas de manera positiva y fuerte, entre ellas negación y desconexión conductual esto indica que la población participante enfrente las situaciones estresantes de manera pasiva, negando la realidad y no activan sus esfuerzos para tratar la situación adversa, lo que contribuyen a la aparición de trastornos psicológicos como depresión ansiedad y estrés crónico.

En cuanto a la estrategia de afrontamiento autoinculpación, la cual Fernández et al., (2016) catalogan como perjudicial, la población de esta investigación no obtuvo una correlación significativa con ninguna de las dimensiones.

En cuanto al grupo externo, se reportan las siguientes estrategias de afrontamiento según Sánchez (2009) son EA funcionales ante las situaciones que se perciben como desbordantes, planificación y reinterpretación positiva, apoyo social, religión, algunas de ellas se encuentran correlacionadas de manera fuerte y positiva entre sí como el caso de, apoyo emocional y apoyo social instrumental, esta correlación es un indicador que a mayor ventilación de emociones mediante el apoyo emocional existe una mayor percepción de apoyo social instrumental, apoyo social instrumental y negación

En cuando a esta correlación se considera que a mayor uso de redes de apoyo hay mayor negación de la realidad del evento que genera desborde emocional. En cuanto a religión y reinterpretación positiva se encuentra que a mayor espiritualidad hay una mayor búsqueda del lado positivo de las situación, y por último se detalla una correlación positiva entre reinterpretación positiva y auto distracción lo que es un indicador que a mayor

percepción positiva de la situación, las personas lograron enfocar sus energías en nuevos proyectos lo que contribuyó a una menor afectación psicológica de la situación.

Por otro lado, se identifican algunas EA que Fernández et al., (2016) califica como EA positivas como sentido del humor y afrontamiento activo ambas con una correlación moderada. Esta correlación permite concluir a que cuando las personas del grupo externo enfrentaron la situación hostil con humor por ejemplo reírse de la situación hubo un aumento de afrontamiento activo.

Barrantes y Ureña (2015) realizaron una investigación de BP dentro de los principales hallazgos de la investigación puntualiza que los niveles altos de BP se correlacionan con el reconocimiento y aprovechamiento de las oportunidades del entorno (dominio del entorno), visión positiva de los diversos aspectos de la vida (propósito de vida).

De acuerdo a los datos obtenidos para el grupo interno y lo que expone Barrantes y Ureña (2015), se concluye que los participantes del grupo interno presentan puntajes altos en algunas dimensiones correlacionadas con niveles altos de BP entre ellas, crecimiento personal - dominio del entorno, crecimiento personal - propósito de vida, autoaceptación- dominio del entorno, autoaceptación - propósito de vida, Relaciones positivas- dominio del entorno, y autonomía- dominio del entorno.

Las dimensiones que presentan correlaciones relacionadas con niveles altos de BP para el grupo externo, Díaz et al., (2006) se detallan continuación autoaceptación y dominio del entorno. Al conocer las distintas EA que utilizan los padres y las madres de ambos grupos se procedió a indagar si las mismas tienen incidencia en el BP de las poblaciones de estudio el análisis correlacional para el grupo interno arrojó un valor ( $r = -0.009$  y  $p =$

0.943) y para el grupo externo para ( $r = 0.026$  y  $p = 0.882$ ) lo que indica una correlación nula, es decir no existe relación entre EA y BP, por lo cual ninguna afecta a la otra.

De acuerdo con los datos obtenidos se puede hipotetizar que una de las razones por la que las EA y el BP no se correlacionan se debe que ambos grupos del estudio están enfrentando la situación de confinamiento de manera disfuncional.

Martin et al., (2021) mencionan que las madres carecen de recursos para hacerle frente a las situaciones estresantes; sin embargo, de acuerdo a los resultados tanto en el grupo interno como en el externo no se reportan diferencias por sexo donde se obtuvieron los siguientes valores ( $p = 0.406$ ) y ( $0.599$ ) respectivamente, para llegar a dicha afirmación se realizaron pruebas T, en cuanto a la valoración de BP por sexo se destacan diferencias por sexo solo en el grupo interno donde se obtuvo el siguiente resultado ( $p = 0.003$ ).

Para finalizar, se sintetiza algunos aspectos importantes de ambos grupos de estudio de acuerdo con los datos obtenidos, primero no se encuentran diferencias entre las EA utilizadas ni BP, la principal estrategia de EA utilizada en ambos grupos fue el afrontamiento activo, el uso de sustancias no fue una EA de afrontamiento utilizada como en otras investigaciones realizadas por ejemplo la investigación de Sánchez (2009).

En cuanto al BP se encontró que los padres del grupo interno presentan niveles bajo de BP en cada una de sus dimensiones en comparación con las madres lo que podría indicar que los padres perciben una baja capacidad de control del entorno, en las situaciones desafiantes de la vida, concentran sus energías en la situación y no en el aprendizaje de esta y por último insatisfacción personal todos estos factores pueden ser detonantes de estrés crónico.

## **CAPITULO VI: CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES**

### **6.1 CONCLUSIONES**

Las conclusiones a las que se llega por medio de la investigación realizada se ramifican a través los objetivos específicos propuestos. De esta forma, al identificar las principales estrategias de afrontamiento empleadas por las madres y padres de los niños asistentes al HJMJ frente al confinamiento por pandemia COVID-19, se concluye que los padres y madres asistentes al HJMJ utilizaron tanto estrategias de afrontamiento funcionales como disfuncionales.

En cuanto a las estrategias funcionales se destacan la religión, la búsqueda de lado positivo o favorable a la situación de pandemia, búsqueda de gestiones enfocadas en incrementar o reducir la tensión producida por el confinamiento por pandemia, pensar la manera en cómo afrontar la situación, y finalmente aceptar la situación como real.

Es importante señalar algunas estrategias catalogadas como funcionales para hacerle frente a las demandas de la vida diaria que los participantes no utilizaron como recursos, el reconocimiento y conciencia de las emociones, así como la capacidad de expresar o descargar el malestar emocional, encontrar nuevos proyectos o actividades para redirigir las energías evitando así un desgaste emocional y físico por la situación de pandemia llamada “nueva normalidad”, capacidad de reconocimiento de redes de apoyo competentes.

Dentro de las EA disfuncionales se destacan dos: la negación antes las situaciones estresantes que han tenido que afrontar a raíz de las situación pandémica actual y raíz de

esta negación los participantes de la investigación redujeron los esfuerzos para tratar la situación adversa lo que permite concluir baja resiliencia.

Además, al examinar las correlaciones presentes en las dimensiones del instrumento de estrategias de afrontamiento y BP, de acuerdo a los valores obtenidos del inventario de estrategias de afrontamiento se concluye que si existe correlaciones muy fuertes entre algunas dimensiones entre ellas Afrontamiento activo y planificación, planificación y apoyo emocional, planificación y apoyo social instrumental, planificación y religión, planificación y aceptación, religión y reinterpretación positiva, religión y aceptación, negación y desconexión conductual, negación y desahogo emocional, distracción y desconexión conductual.

Por último, se encuentra una correlación significativa entre las dimensiones desconexión conductual y desahogo emocional. Las dimensiones se correlacionan de manera positiva lo que permite concluir que existe una relación proporcional entre ambas dimensiones, es decir las 2 dimensiones aumentan al mismo tiempo.

En cuanto a las correlaciones del instrumento de BP los resultados evidencian que los participantes puntúan alto en algunas dimensiones que se consideran aumentan el BP entre ellas crecimiento personal - dominio del entorno, crecimiento personal - propósito de vida, autoaceptación-dominio del entorno, autoaceptación - propósito de vida, Relaciones positivas- dominio del entorno, y autonomía- dominio del entorno.

Además, se buscó analizar si existe relación entre las EA y el BP, se encontró que la correlación fue nula, es decir no existe relación entre las EA y el BP en las madres y padres de los niños asistentes al HJMJ frente al confinamiento por pandemia COVID-19.

Para finalizar la investigación incluyó dos grupos uno interno y otro externo con el fin de conocer si las EA y el BP, son similares o cambian de acuerdo con el apoyo que

brinda la institución en este sentido no se encontraron diferencias significativas. Además, se compararon las correlaciones de los distintos cuestionarios donde tampoco se detallan mayores diferencias.

## RECOMENDACIONES

- Se recomienda que a nivel institucional (HJMJ), se aborde aspectos relacionados a EA que adquieran los padres y madres post pandemia, para determinar cuáles EA permanecen o desaparecen después de la pandemia.
- Implementar talleres psicoeducativos de las distintas estrategias de afrontamiento enfatizando las EA funcionales de las disfuncionales. Así como talleres psicoeducativos sobre el reconocimiento y aceptación de las distintas formas de expresión de las emociones con el fin de abordar tabúes entorno a la expresión de emociones principalmente en la población masculina.
- Es imprescindible abordar a la población en temas relacionados con el estrés, como manejarlo de manera asertiva, como reconocerlo, afectación de este a nivel físico y emocional, así como la implementación de actividades de ocio a fin de reducir el impacto de este.
- Se considera indispensable la intervención grupal a fin de eliminar las estrategias de afrontamiento menos funcionales tomando en cuenta que la familia es el primer grupo de socialización donde se aprenden habilidades para la vida, con el fin que los niños y niñas no repliquen estos patrones.
- Se recomienda realizar un diagnóstico sobre las principales patologías psicológicas desarrolladas a raíz del confinamiento por COVID- 19 tanto en la población adulta como los niños.
- Se sugiere para futuras investigaciones indagar en las EA que utilizan los niños de la institución para enfrentar las situaciones adversas con el fin de brindar un acompañamiento profesional efectivo.

## REFERENCIAS BIBLIOGRAFICAS

- Acosta, E., López, C., Martínez, M. E., y Zapata, R. (2017). Funcionalidad familiar y estrategias de afrontamiento en pacientes con cáncer de mama. *Horizonte sanitario*, 16(2), 139-148. <https://doi.org/10.19136/hs.v16i2.1629>
- Barrantes-Brais, K., y Ureña, P. (2015). Bienestar psicológico y bienestar subjetivo en estudiantes universitarios costarricenses. *Revista Intercontinental de Psicología y Educación*, 17, 101-123.
- Broche-Pérez, Yunier, Fernández-Castillo, Evelyn y Reyes Luzardo, Darlyn Alejandra. Consecuencias psicológicas de la cuarentena y el aislamiento social durante la pandemia de COVID-19. *Revista Cubana de Salud Pública*. v. 46, n. Suppl 1, e2488. Disponible en: <>. ISSN 1561-3127.
- Cardoso, A. P. (2020). A Quantitative investigation: from classic quantitative-qualitative dichotomy to methodological Complementarity. *Millenium - Journal of Education, Technologies, and Health*, 2(5e), 19–21. <https://doi.org/10.29352/mill0205e.c.00338>
- De-Juanas, A., Díaz-Esterri, J., García-Castilla, J. & Goig-Martínez, R. (2022). La influencia de la preparación para las relaciones socioafectivas en el bienestar psicológico y la autonomía de los jóvenes en el sistema de protección. *Pedagogía Social. Revista Interuniversitaria*, 40, 51-68. DOI: 10.7179/PSRI\_2022.40.0
- Díaz Berasategui, Yaily , & López Santana, Yorvis , & Cintra Hernández, Yamiselis , & Limonta Rodriguez, Riselda (2014). Estrés, el “gran depredador”. *Revista Información Científica*, 84(2),375-384. ISSN: <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=551757261019>

- Díaz, Darío, Rodríguez-Carvajal, Raquel, Blanco, Amalio, Moreno-Jiménez, Bernardo, Gallardo, Ismael, Valle, Carmen, & Dierendonck, Dirk van (2006). Adaptación española de las escalas de bienestar psicológico de Ryff. *Psicothema*, 18(3),572-577. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=72718337>
- Díaz-Narváez, V. P., y Calzadilla Núñez, A. (2016). Artículos científicos, tipos de investigación y productividad científica en las Ciencias de la Salud: Scientific Articles, Types of Scientific Research and Productivity in Health Sciences. Artigos científicos, tipos de investigação e produtividade científica nas ciências da saúde., *Revista Ciencias de la Salud* 14(1), 115-121.  
Doi: <http://dx.doi.org/10.12804/revsalud14.01.2016.10>
- Escobar, E., Soria, B., López, G., y Peñafie, D. (2018). Manejo del estrés académico; revisión crítica. *Revista Atlante Cuadernos de Educación y Desarrollo*, <https://www.eumed.net/rev/atlante/2018/08/estres-academico.html>
- Echeburúa, Enrique, y Amor, Pedro J. (2019). Memoria traumática: estrategias de afrontamiento adaptativas e inadaptativas. *Terapia psicológica*, 37(1), 71-80.  
<https://dx.doi.org/10.4067/S0718-48082019000100071>
- Espinoza Ortiz, C., Ramírez Handerson, R., y Valeryn. (2011). Resultados para el desarrollo de un manual de autoayuda: manejo del estrés en familias con un caso de cáncer gástrico. *Revista de Ciencias Sociales*, 131-132, Article 131-132.  
<https://doi.org/10.15517/rcs.v0i131-132.3891>
- Fernández, M. D. R., Mengíbar, E. M., Cano, M. L., y Leyva, A. F. (2016). Evaluación de los estilos de afrontamiento utilizados en cuidadores familiares de enfermos crónicos complejos. *European Journal of Health Research*, 2(3), 83-93.  
<https://doi.org/10.30552/ejhr.v2i3.36>

- Figuroa, M. I., Contini, N., Lacunza, A. B., Levín, M., y Suedan, A. E. (2005). Las estrategias de afrontamiento y su relación con el nivel de bienestar psicológico. Un estudio con adolescentes de nivel socioeconómico bajo de Tucumán (Argentina). *Anales de Psicología / Annals of Psychology*, 21, 66-72.
- Gálvez-S, D., Martínez-L, A., Martínez-L,F. (2015) Estrés, causa y recomendaciones. *StuDocu*. <https://www.studocu.com/pe/document/universidad-catolica-los-angeles-de-chimbote/psicologia-general-causas-y-recomendaciones/18457703>
- Gallardo, I. (2016, octubre 4). ¿Qué sabes sobre el estrés? Toda la información. *CuidatePlus*. <https://cuidateplus.marca.com/enfermedades/psicologicas/estres.html>
- García, F., Concepción, A. (2019). *Autoaceptación y sentido/propósito vital en personas mayores institucionalizadas*. *Revista interuniversitaria* [(2019) 33, 139-151] tercera época. <https://doi.org/10.7179/PSRI>
- García, F. E., Manquián, E., y Rivas, G. (2016). Bienestar psicológico, estrategias de afrontamiento y apoyo social en cuidadores informales. *Psicoperspectivas*. *Individuo y Sociedad*, 15(3), 101-111. <https://doi.org/10.5027/psicoperspectivas-Vol15-Issue3-fulltext-770>
- Gómez-Biedma, S., Vivó, M., & Soria, E. (2001). Pruebas de significación en Bioestadística. *Revista de Diagnóstico Biológico*, 50(4), 207-218. [http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0034-79732001000400008&lng=es&tlng=es](http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0034-79732001000400008&lng=es&tlng=es).
- González-Tovar, M., y Hernández Rodríguez, S. (2020). Covid-19 Y Afrontamiento Flexible En chilenos: Papel Del Estrés Percibido Y La Ansiedad: COVID-19 and flexible coping in Chileans. Role of perceived stress and anxiety. COVID-19 e o enfrentamento flexível em chilenos: o papel do estresse percebido e a ansiedade.,

*Cuadernos de Neuropsicología / Panamerican Journal of Neuropsychology*,14(3),  
10-19. DOI: 10.7714/CNPS/14.3.201

Izquierdo Martinez,M(2020). *Estrategias de afrontamiento una revisión teórica*. [Tesis  
Para obtener el grado de Bachiller en Psicología, Universidad señor de Pitán, Perú]  
Repositorio uss.edu  
[https://repositorio.uss.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12802/6889/Izquierdo%20Ma  
rt%20C3%ADnez%20Miluska%20Alejandra.pdf?sequence=1](https://repositorio.uss.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12802/6889/Izquierdo%20Mart%20C3%ADnez%20Miluska%20Alejandra.pdf?sequence=1)

Lacunza, A. B., y Contini, E. N. (2016). Relaciones interpersonales positivas: Los  
adolescentes como protagonistas. *Psicodebate*, 16(2), 73-94.  
<https://doi.org/10.18682/pd.v16i2.598>

Lazarus, R., y Folkman. (1986). *Estrés y procesos cognitivos*.  
<https://es.scribd.com/doc/265221612/Lazarus-y-Folkman-1986>

Leandro Piedra, G. (2013). *Estrategias de afrontamiento cognitivo-conductual emocionales  
que utilizan los padres y/o madres de niños y niñas con quemaduras de segundo y  
tercer grado en el Hospital Nacional de Niños, Dr. Carlos Sáenz Herrera*, [Tesis  
para optar por el grado de licenciatura en psicología Universidad de Costa Rica].  
Repositorio Institucional de la universidad de Costa Rica sibdi  
<http://repositorio.sibdi.ucr.ac.cr:8080/jspui/handle/123456789/1692>

Lucero, M. C., Baldi López, G., Lucero Morales, E., y Tifner, S. (2020). *Estrategias de  
afrontamiento familiar y Salud Mental en el marco del aislamiento social  
preventivo por COVID 19. XII Congreso Internacional de Investigación y Práctica  
Profesional en Psicología. XXVII Jornadas de Investigación. XVI Encuentro de  
Investigadores en Psicología del MERCOSUR. II Encuentro de Investigación de*

Terapia Ocupacional. II Encuentro de Musicoterapia.

<https://www.aacademica.org/000-007/246>

Manterola, C., Quiroz, G., Salazar, P., y García, N. (2019). *Metodología de los tipos y diseños de estudio más frecuentemente utilizados en investigación clínica. Revista Médica Clínica Las Condes*, 30(1), 36-49.

<https://doi.org/10.1016/j.rmclc.2018.11.005>

Martín, C. D., Arranz, E. M., Rodríguez, B. F., Joral, E. C., y Revuelta, A. D. (2021).

Impacto emocional durante el confinamiento por COVID-19 en menores de hospital de día y en sus padres/cuidadores. *Revista de Psiquiatría Infanto-Juvenil*, 38(1), 11-19. <https://doi.org/10.31766/revpsij.v38n1a3>

Mella-Morambuena, J., López-Angulo, Y., Sáez-Delgado, Y., y Valle, M. D. (2020).

Estrategias de afrontamiento en apoderados durante el confinamiento por la COVID-19. *CienciAmérica*, 9(2), 322-333. <https://doi.org/10.33210/ca.v9i2.324>

Ministerio de Salud (2020). *Medidas sanitarias para evitar el contagio por COVID-19*

<https://www.ministeriodesalud.go.cr/index.php/centro-de-prensa/noticias/741-noticias-2020/1725-situacion-nacional-covid-19>

Montagud, N. (2020, marzo 13). *Los 6 tipos de trastornos adaptativos*. Psicología y Mente.

<https://psicologiaymente.com/clinica/tipos-trastornos-adaptativos>

Navarro, O., Chaves-Castaño, L., Betancur, M. I. N., y Piñeres-Sus, J. D. (2016). *Risk*

perception and coping strategies in population exposed and not exposed to flooding risk. *Revista Interamericana de Psicología/Interamerican Journal of Psychology*, 50(3), 331-346.

- Ochoa, C. (2015). *Muestreo probabilístico o no probabilístico*. Ne Quest.  
<https://www.netquest.com/blog/es/blog/es/muestreo-probabilistico-o-no-probabilistico-ii>
- Organización Mundial de la Salud (27 de abril de 2020). *COVID-19: cronología de la actuación de la OMS* <https://www.who.int/es/news/item/27-04-2020-who-timeline--covid-19>
- Paitán, H. Ñ., Mejía, E. M., Ramírez, E. N., y Paucar, A. V. (2014). *Metodología de la investigación cuantitativa—Cualitativa y redacción de la tesis*. Ediciones de la U.
- Paris, L., y Omar, A. (2013). Estrategias de afrontamiento del estrés como potenciadoras de bienestar. *Psicología y Salud*, 19(2), 167-175.  
<https://doi.org/10.25009/pys.v19i2.626>
- Rodríguez, Y, Y., Negrón, C. N, N., Maldonado P. Y, Y., Toledo O. N., N., y Quiñones B. A., A. (2015). Dimensiones de bienestar psicológico y apoyo social percibido con relación al sexo y nivel de estudio en universitarios. *Avances En Psicología Latinoamericana*, 33(1), 31–43. <https://doi.org/10.12804/apl33.01.2015.0>
- Recalde, C.M. (2015), *Estrategias de afrontamiento frente al estrés en madres de niños y niñas de 0 a 2 años que son pacientes del área de Fisioterapia Pediátrica del Servicio de Fisiatría y Rehabilitación del Hospital Carlos Andrade Marín de Quito en el período mayo-septiembre del 2014*, [Informe Final del Trabajo de Titulación de Psicóloga Clínica] Universidad central de Ecuador  
<http://www.dspace.uce.edu.ec/bitstream/25000/7064/1/T-UCE-0007-129c.pdf>
- Romero Carrasco, Alicia E., y Brustad, Robert J., & García Mas, Alexandre (2007). Bienestar psicológico y su uso en la psicología del ejercicio, la actividad física y el

- deporte. *Revista Iberoamericana de Psicología del Ejercicio y el Deporte*, 2(2),31-52.. ISSN: 1886-8576. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=311126258003>
- Romero, E., Young, J., y Salado, R. (2020). Vista de fisiología del estrés y su integración al sistema nerviosos central. *Revista Médico Científica*, 32:61-70.  
<https://www.revistamedicocientifica.org/index.php/rmc/article/view/535/988>
- Sánchez Ureña, B. (2009). *Complejo ira-hostilidad y mecanismo de afrontamiento en la vivencia de evento cardiovascular*. Tesis de posgrado en Salud integral y del movimiento humano con mención en la salud, para optar por el título de Magister scientiae, Universidad Nacional <https://repositorio.una.ac.cr/handle/11056/11322>
- Sandoval Barrientos, S., Dorner París, A., Véliz Burgos, A., Sandoval Barrientos (2017). Bienestar psicológico en estudiantes de carreras de la salud. *Investigación en educación médica*, 6(24), 260-266. <https://doi.org/10.1016/j.riem.2017.01.004>
- Schober, Patrick & Boer, Christa & Schwarte, Lothar. (2018). *Correlation Coefficients: Appropriate Use and Interpretation*. *Anesthesia & Analgesia*. 126. 1. DOI 10.1213/ANE.0000000000002864.
- School y Collage Listings (2020). Hogar Jesús, María y José  
<https://www.schoolandcollegelistings.com/CR/Rinc%C3%B3n-Grande/1216444118382883/Hogar-Jes%C3%BAAs%2C-Mar%C3%ADa-y-Jos%C3%A9>
- Spangenberg Morelli, A. (2015). *Neurobiología del estrés*. [Trabajo final de grado, Universidad de la República (Uruguay)] Repositorio institucional de la universidad de la república <https://www.colibri.udelar.edu.uy/jspui/handle/20.500.12008/7901>
- The jamovi project (2021). jamovi. (Version 2.2) [Computer Software]. Retrieved from <https://www.jamovi.org>.

- Thorn, B. (2019, noviembre). Healthy ways to handle life's stressors. *American Psychological Association*. <https://www.apa.org/topics/stress/tips>
- Universidad de Costa Rica (2020). *La otra epidemia: Costa Rica supera crecimiento mundial de casos por depresión y ansiedad* | Instituto de Investigaciones Psicológicas (IIP) <http://iip.ucr.ac.cr/es/noticias/la-otra-epidemia-costa-rica-supera-crecimiento-mundial-de-casos-por-depresion-y-ansiedad>
- Universidad Estatal a distancia. (2020, diciembre 16). *Aumentan en Costa Rica la depresión y la ansiedad frente a la pandemia*. Universidad Estatal a Distancia. <https://www.uned.ac.cr/acontecer/a-diario/gestion-universitaria/4255-aumentan-en-costa-rica-la-depresion-y-la-ansiedad-frente-a-la-pandemia>
- Vera Ponce, V., Valladares-Garrido, M. J., Ichiro Peralta, C., Astudillo, D., Torres Malca, J., Orihuela-Manrique, E., y Tello Quispe, E. (2020). Factores asociados al afrontamiento psicológico frente a la COVID-19 durante el periodo de cuarentena: Factors associated with psychological coping with COVID-19 during quarantine period. *Revista Cubana de Medicina Militar*, 49(4), 1-17 Disponible en: <http://www.revmedmilitar.sld.cu/index.php/mil/article/view/870/670>
- Vargas-Manzanares, Sandra Paola, Herrera-Olaya, Gina Paola, Rodríguez-García, Laura, Sepúlveda-Carrillo, y Gloria Judith (2010). Confiabilidad del cuestionario Brief COPE Inventory en versión en español para evaluar estrategias de afrontamiento en pacientes con cáncer de seno. *Investigación en Enfermería: Imagen y Desarrollo*, 12(1),7-24ISSN: 0124-2059. Disponible en: <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=145216903002>



## ANEXOS

### Anexo 1

#### **Inventario de estrategias de afrontamiento COPE-28**

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

1-No, en lo absoluto, 2 Un poco, Bastante 4. Mucho.

1. \_\_\_ Intento conseguir que alguien me ayude o aconseje sobre qué hacer.
2. \_\_\_ Concentro mis esfuerzos en hacer algo sobre la situación en la que estoy.
3. \_\_\_ Acepto la realidad de lo que ha sucedido.
4. \_\_\_ Recorro al trabajo o a otras actividades para apartar las cosas de mi mente.
5. \_\_\_ Me digo a mí mismo "esto no es real".
6. \_\_\_ Intento proponer una estrategia sobre qué hacer.
7. \_\_\_ Hago bromas sobre ello.
8. \_\_\_ Me critico a mí mismo.
9. \_\_\_ Consigo apoyo emocional de otros.
10. \_\_\_ Tomo medidas para intentar que la situación mejore.
11. \_\_\_ Renuncio a intentar ocuparme de ello.
12. \_\_\_ Digo cosas para dar rienda suelta a mis sentimientos desagradables.
13. \_\_\_ Me niego a creer que haya sucedido.
14. \_\_\_ Intento verlo con otros ojos, para hacer que parezca más positivo.

15. \_\_\_\_ Utilizo alcohol u otras drogas para hacerme sentir mejor.
16. \_\_\_\_ Intento hallar consuelo en mi religión o creencias espirituales.
17. \_\_\_\_ Consigo el consuelo y la comprensión de alguien.
18. \_\_\_\_ Busco algo bueno en lo que está sucediendo.
19. \_\_\_\_ Me río de la situación.
20. \_\_\_\_ Rezo o medito.
21. \_\_\_\_ Aprendo a vivir con ello.
22. \_\_\_\_ Hago algo para pensar menos en ello, tal como ir al cine o ver la televisión.
23. \_\_\_\_ Expreso mis sentimientos negativos.
24. \_\_\_\_ Utilizo alcohol u otras drogas para ayudarme a superarlo.
25. \_\_\_\_ Renuncio al intento de hacer frente al problema.
26. \_\_\_\_ Pienso detenidamente sobre los pasos a seguir.
27. \_\_\_\_ Me echo la culpa de lo que ha sucedido.
28. \_\_\_\_ Consigo que otras personas me ayuden o aconsejen

**Anexo 2****Escala de Bienestar Psicológico**

*INSTRUCCIONES.* Elija la frase que mejor refleje su propia forma de pensar ante las diferentes situaciones que aparecen a continuación, 1-Totalmente en desacuerdo, 2- En desacuerdo,3- Ni de acuerdo ni en desacuerdo ,4-De acuerdo 5-Totalmente de acuerdo.

1. Cuando repaso la historia de mi vida estoy contento con cómo han resultado las cosas
2. A menudo me siento solo porque tengo pocos amigos íntimos con quienes compartir mis preocupaciones
3. No tengo miedo de expresar mis opiniones, incluso cuando son opuestas a las opiniones de la mayoría de la gente
4. Me preocupa cómo otra gente evalúa las elecciones que he hecho en mi vida
5. Me resulta difícil dirigir mi vida hacia un camino que me satisfaga
6. Disfruto haciendo planes para el futuro y trabajar para hacerlos realidad
7. En general, me siento seguro y positivo conmigo mismo
8. No tengo muchas personas que quieran escucharme cuando necesito hablar
9. Tiendo a preocuparme sobre lo que otra gente piensa de mí
10. He sido capaz de construir un hogar y un modo de vida a mi gusto
11. Soy una persona activa al realizar los proyectos que propuse para mí mismo
12. Siento que mis amistades me aportan muchas cosas
13. Tiendo a estar influenciado por la gente con fuertes convicciones
14. En general, siento que soy responsable de la situación en la que vivo
15. Me siento bien cuando pienso en lo que he hecho en el pasado y lo que espero hacer en el futuro

16. Mis objetivos en la vida han sido más una fuente de satisfacción que de frustración para mí
17. Me gusta la mayor parte de los aspectos de mi personalidad
18. Tengo confianza en mis opiniones incluso si son contrarias al consenso general
19. Las demandas de la vida diaria a menudo me deprimen
20. Tengo clara la dirección y el objetivo de mi vida
21. En general, con el tiempo siento que sigo aprendiendo más sobre mí mismo
22. No he experimentado muchas relaciones cercanas y de confianza
23. Es difícil para mí expresar mis propias opiniones en asuntos polémicos
24. En su mayor parte, me siento orgulloso de quien soy y la vida que llevo
25. Sé que puedo confiar en mis amigos, y ellos saben que pueden confiar en mí
26. Cuando pienso en ello, realmente con los años no he mejorado mucho como persona
27. Tengo la sensación de que con el tiempo me he desarrollado mucho como persona
28. Para mí, la vida ha sido un proceso continuo de estudio, cambio y crecimiento
29. Si me sintiera infeliz con mi situación de vida daría los pasos más eficaces para cambiarla

## Anexo 3

## CARTA DEL TUTOR

San José, 12 de abril del 2022

**Carrera Psicología**  
**Universidad Hispanoamericana**

Estimado señor:

El estudiante Josefa Yanina Blandón García, cédula de identidad número 155812668934 me ha presentado, para efectos de revisión y aprobación, el trabajo de investigación denominado **Estrategias de afrontamiento utilizadas por madres y padres asistentes al Hogar Jesús, María y José frente al confinamiento por Covid-19, en enero-febrero 2022**, el cual ha elaborado para optar por el grado académico de Licenciatura en Psicología.

En mi calidad de tutor, he verificado que se han hecho las correcciones indicadas durante el proceso de tutoría y he evaluado los aspectos relativos a la elaboración del problema, objetivos, justificación; antecedentes, marco teórico, marco metodológico, tabulación, análisis de datos; conclusiones y recomendaciones. De los resultados obtenidos por el postulante, se obtiene la siguiente calificación:

a)	ORIGINAL DEL TEMA	10%	10%
b)	CUMPLIMIENTO DE ENTREGA DE AVANCES	20%	20%
c)	COHERENCIA ENTRE LOS OBJETIVOS, LOS INSTRUMENTOS APLICADOS Y LOS RESULTADOS DE LA INVESTIGACION	30%	30%
d)	RELEVANCIA DE LAS CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES	20%	20%
e)	CALIDAD, DETALLE DEL MARCO TEORICO	20%	20%
	TOTAL		100%

En virtud de la calificación obtenida, se avala el traslado al proceso de lectura.

Atentamente,



**Paula Chinchilla-Fonseca**  
**Cédula: 115820648**  
**Carnet CPPCR: 11682**

19 de enero del 2022

Hogar de Niños Jesús María y José  
Directora, María José Rodríguez Molares

Por este medio, yo Josefa Yanina Blandón García cédula 155812668934 . el objetivo de la presente es hacer de su conocimiento algunos puntos importantes del Trabajo de Graduación (TFG) para optar por el grado de Licenciatura en Psicología, proceso que tomará lugar entre enero y febrero, 2022. La misma es dirigida y supervisada por Paula Chinchilla Fonseca, licenciada en Psicología.

Me permito aclarar que el tema de TFG es Estrategias de afrontamiento utilizadas por madres y padres asistentes al hogar Jesús, María y José frente al confinamiento por Covid-19, en el periodo 2021-2022. Asimismo, su objetivo es analizar las estrategias de afrontamiento utilizadas por las madres y padres asistentes al hogar Jesús, María y José frente al confinamiento por pandemia de COVID-19 en el periodo 2021-2022 y su relación con el bienestar psicológico. Para lograr este propósito se parte de los siguientes objetivos específicos:

1. Identificar principales estrategias de afrontamiento, describirlas y empleadas por las madres y padres de niños asistentes del hogar Jesús, María y José frente al confinamiento por pandemia de COVID-19,
2. Describir los resultados relacionados con las estrategias de afrontamiento y su utilidad en las madres y padres de niños asistentes asisten al hogar Jesús María y José frente al confinamiento por pandemia de COVID-19.

3. Relacionar las estrategias de afrontamiento y el bienestar psicológico en las madres y padres de niños asistentes del hogar Jesús, María y José frente al confinamiento por pandemia de COVID-19.

Por último, es importante mencionar que los participantes que formen parte del estudio lo harán de forma voluntaria, no se contará con remuneración económica; además, se mantendrá anonimato y confidencialidad en el momento de analizar los datos; esto quiere decir que no se sabrá la identidad a lo largo del análisis de los resultados, ni se asociarán respuestas con individuos específicos. De esta forma, se da por entendido que se le ha comunicado el propósito de la investigación y que se cuenta con el visto bueno, desde la administración para proceder con la recolección de información.

Sin más, se despide

Josefa Yanina Blandón García

María José Rodríguez Molares



## DECLARACIÓN JURADA

Yo Josefa Yanina Blandón García, mayor de edad, portador de la cédula de identidad número 155812668934 egresado de la carrera Psicología de la Universidad Hispanoamericana, hago constar por medio de éste acto y debidamente apercibido y entendido de las penas y consecuencias con las que se castiga en el Código Penal el delito de perjurio, ante quienes se constituyen en el Tribunal Examinador de mi trabajo de tesis para optar por el título de Licenciatura en Psicología juro solemnemente que mi trabajo de investigación titulado:

**Estrategias de afrontamiento utilizadas por madres y padres asistentes al Hogar Jesús, María y José frente al confinamiento por COVID-19, en enero-febrero 2020**, es una obra original que ha respetado todo lo preceptuado por las Leyes Penales, así como la Ley de Derecho de Autor y Derecho Conexos número 6683 del 14 de octubre de 1982 y sus reformas, publicada en la Gaceta número 226 del 25 de noviembre de 1982; incluyendo el numeral 70 de dicha ley que advierte; artículo 70. Es permitido citar a un autor, transcribiendo los pasajes pertinentes siempre que éstos no sean tantos y seguidos, que puedan considerarse como una producción simulada y sustancial, que redunde en perjuicio del autor de la obra original. Asimismo, quedo advertido que la Universidad se reserva el derecho de protocolizar este documento ante Notario Público.

En de lo anterior, firmo en la ciudad de San José, a los 12 días del mes de abril del año dos mil veintidós



Firma del estudiante

Cédula: 155812668934

22 de junio del 2022

Señores

Departamento de servicios estudiantiles

Universidad Hispanoamericana

Presente

Por este medio y en mi calidad de lectora de la tesis titulada "ESTRATEGIAS DE AFRONTAMIENTO UTILIZADAS POR MADRES Y PADRES ASISTENTES AL HOGAR JESÚS, MARÍA Y JOSÉ FRENTE AL CONFINAMIENTO POR COVID-19, EN ENERO-FEBRERO 2022", de la estudiante JOSEFA YANINA BLANDÓN GARCÍA, doy mi aprobación para que pase a la defensa de la misma.

Sin más por el momento, se despide:



Inti Alvarez Castro

Ced. 111460718

Código: 9361

**UNIVERSIDAD HISPANOAMERICANA  
CENTRO DE INFORMACION TECNOLOGICO (CENIT)  
CARTA DE AUTORIZACIÓN DE LOS AUTORES PARA LA CONSULTA, LA  
REPRODUCCION PARCIAL O TOTAL Y PUBLICACIÓN ELECTRÓNICA  
DE LOS TRABAJOS FINALES DE GRADUACION**

San José, 09 de septiembre del 2022


Señores:  
Universidad Hispanoamericana  
Centro de Información Tecnológico (CENIT)

Estimados Señores:

El suscrito (a) Josefa Yanina Blandón García con número de identificación 155812668934 autora del trabajo de graduación titulado ESTRATEGIAS DE AFRONTAMIENTO UTILIZADAS POR MADRES Y PADRES ASISTENTES AL HOGAR JESÚS, MARÍA Y JOSÉ FRENTE AL CONFINAMIENTO POR COVID19, EN ENERO-FEBRERO 2022, presentado y aprobado en el año 2022 como requisito para optar por el título de Licenciatura en Psicología ; Si autorizo al Centro de Información Tecnológico (CENIT) para que con fines académicos, muestre a la comunidad universitaria la producción intelectual contenida en este documento.

De conformidad con lo establecido en la Ley sobre Derechos de Autor y Derechos Conexos N° 6683, Asamblea Legislativa de la República de Costa Rica.

Cordialmente,

  
\_\_\_\_\_  
155812668934

Firma y Documento de Identidad

## **ABREVIATURAS**

**EA:** estrategias de afrontamiento

**BP:** bienestar psicológico

**HJMJ:** Hogar Jesús, María y José

**OMS:** Organización Mundial De La Salud.

**MS:** Ministerio de salud

**UNED:** Universidad Estatal a Distancia

**UCR:** Universidad de Costa Rica