

# UNIVERSIDAD PERUANA LOS ANDES

Facultad de Ciencias de la Salud

Escuela Profesional de Psicología



## TESIS

Título : BIENESTAR PSICOLÓGICO Y ESTRÉS PERCIBIDO EN LOS TRABAJADORES DE LA EMPRESA FUNDENTE COPELAS Y CRISOLES S.A.C. – LIMA, 2019

Para optar : El título profesional de Psicóloga

Autor : Br. HERNÁNDEZ LÓPEZ, Jandery Mirelly

Asesor : Lic. MENDOZA CASTILLO, Jorge Manuel

Línea de investigación institucional : Salud y gestión de la salud

Fecha de inicio y culminación : Enero – Noviembre del 2019

Lima – Perú

2019

## **Dedicatoria**

Va dedicado a mi familia y de manera especial a mi madre; quienes me brindaron su apoyo y su confianza para hacer posible la culminación de este trabajo.

### **Agradecimiento**

A Dios, ya que siempre me acompaña y levanta de mi continuo tropiezo.

A mi amigo César Gonzáles Quiñones, quien fue mi guía y soporte en este largo proceso.

## CONTENIDO

Dedicatoria .....	ii
Agradecimiento .....	iii
Contenido .....	iv
Contenido de tablas.....	vi
Contenido de figuras .....	vii
Resumen.....	viii
Abstract .....	ix
Introducción.....	10
<b>CAPÍTULO I PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA.....</b>	<b>12</b>
1.1. Descripción de la realidad problemática.....	12
1.2. Delimitación del problema.....	15
1.3. Formulación del problema.....	15
1.3.1. Problema general .....	15
1.3.2. Problemas específicos.....	15
1.4. Justificación .....	16
1.4.1. Social .....	16
1.4.2. Teórica .....	17
1.4.3. Metodológica.....	17
1.5. Objetivos.....	18
1.5.1. Objetivo general .....	18
1.5.2. Objetivos específicos .....	18
<b>CAPÍTULO II MARCO TEÓRICO .....</b>	<b>20</b>
2.1. Antecedentes .....	20
2.2. Bases Teóricas o Científicas .....	24
2.3. Marco Conceptual (de las variables y dimensiones) .....	38
<b>CAPÍTULO III HIPÓTESIS .....</b>	<b>40</b>
3.1. Hipótesis General .....	40
3.2. Hipótesis Específicas.....	40
3.3. Variables (definición conceptual y operacional).....	41
<b>CAPÍTULO IV METODOLOGÍA.....</b>	<b>43</b>
4.1 Método de Investigación.....	43
4.2. Tipo de Investigación .....	43
4.3. Nivel de Investigación.....	44

4.4. Diseño de la Investigación.....	44
4.5. Población y muestra .....	45
4.6. Técnicas e Instrumentos de recolección de datos.....	47
4.7. Técnicas de procesamiento y análisis de datos .....	50
4.8. Aspectos éticos de la Investigación.....	51
<b>CAPÍTULO V RESULTADOS.....</b>	<b>53</b>
5.1 Descripción de resultados .....	53
5.2 Contratación de hipótesis .....	55
<b>ANÁLISIS Y DISCUSIÓN DE RESULTADOS .....</b>	<b>61</b>
<b>CONCLUSIONES .....</b>	<b>65</b>
<b>RECOMENDACIONES .....</b>	<b>67</b>
<b>REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS.....</b>	<b>69</b>
<b>ANEXOS.....</b>	<b>74</b>
Anexo 1. Matriz de consistencia.....	75
Anexo 2. Matriz de Operacionalización de las variables .....	76
Anexo 3. Matriz de Operacionalización del instrumento .....	77
Anexo 4. Instrumento de investigación y constancia de su aplicación .....	78
Anexo 5. La data de procesamiento de datos.....	81
Anexo 6. Consentimiento informado y constancia de su aplicación.....	83
Anexo 7. Fotos de la aplicación del instrumento .....	84
Anexo 8. Declaración de confidencialidad.....	84

## CONTENIDO DE TABLAS

Tabla 1. Análisis descriptivo de los niveles de Bienestar psicológico en los trabajadores de la empresa Fundente Copelas y Crisoles S.A.C. - Lima, 2019.....	53
Tabla 2. Análisis descriptivo del grado de Estrés percibido en los trabajadores de la empresa Fundente Copelas y Crisoles S.A.C. - Lima, 2019. ....	54
Tabla 3. Análisis de bondad de ajuste a la distribución normal de las puntuaciones obtenidas, en general y por dimensiones, de las variables centrales.....	55
Tabla 4. Relación entre Bienestar psicológico y Estrés percibido en los trabajadores de la empresa Fundente Copelas y Crisoles S.A.C. - Lima, 2019.....	56
Tabla 5. Relación entre la dimensión Control/Aceptación y el grado de Estrés percibido en los trabajadores de la empresa Fundente Copelas y Crisoles S.A.C. - Lima, 2019 .....	57
Tabla 6. Relación entre la dimensión Vínculos Psicosociales y el grado de Estrés percibido en los trabajadores de la empresa Fundente Copelas y Crisoles S.A.C. - Lima, 2019. ....	57
Tabla 7. Relación entre la dimensión Autonomía y el grado de estrés percibido en los trabajadores de la empresa Fundente Copelas y Crisoles S.A.C. - Lima, 2019.....	58
Tabla 8. Relación entre la dimensión Proyectos y el grado de estrés percibido en los trabajadores de la empresa Fundente Copelas y Crisoles S.A.C. - Lima, 2019. ....	58
Tabla 9. Análisis del bienestar psicológico según el sexo y el área a la que pertenecen los trabajadores de la empresa Fundente Copelas y Crisoles S.A.C. - Lima, 2019.....	59
Tabla 10. Análisis del estrés percibido según el sexo y el área a la que pertenecen los trabajadores de la empresa Fundente Copelas y Crisoles S.A.C. - Lima, 2019 .....	60

## **CONTENIDO DE FIGURAS**

Figura 1. Representación gráfica de los niveles de bienestar psicológico.....	54
Figura 2. Representación gráfica del grado de estrés percibido. ....	55

## RESUMEN

La investigación fue desarrollada con el fin de determinar la relación entre Bienestar psicológico y Estrés percibido en los trabajadores de la empresa Fundente Copelas y Crisoles S.A.C. – Lima, 2019. El estudio siguió los lineamientos del método científico, con enfoque cuantitativo, siendo además de tipo aplicada, de alcance correlacional con diseño no experimental de corte transaccional. Se contó con la participación de 61 trabajadores a quienes se les evaluó con la Escala de Bienestar Psicológico para Adultos y Escala de Estrés Percibido; se procesó toda la información a través del uso de programas ofimáticos, se demostró que existe relación entre el Bienestar Psicológico y el Estrés Percibido, se recomendó a los directores de la empresa dar charlas a sus trabajadores a los fines de canalizar el estrés. Se halló que El bienestar psicológico y el estrés percibido se correlacionan de manera muy significativa ( $p \leq 0,001$ ; se rechaza  $H_0$ : No existe correlación significativa; se acepta  $H_1$ : Existe correlación significativa); la correlación entre estas variables es inversa con nivel de asociación fuerte; es decir, cuantos mayores índices de bienestar psicológico presentan los trabajadores, menores serán los índices de estrés percibido. Por lo tanto, se concluyó que los trabajadores que manifiestan mayores evidencias de bienestar psicológico, por lo general, tienden a mostrar menores índices de estrés percibido.

**Palabras Claves:** Bienestar psicológico, estrés percibido, dimensiones, estrés, salud.



## ABSTRACT

The research was developed in order to determine the relationship between psychological well-being and stress perceived in the employees of the company Fundente Copelas y Crisoles S.A.C. - Lima, 2019. The study followed the guidelines of the quantitative method, being also of applied type, of correlational scope with non-experimental design of transactional cut. The participation of 61 workers was evaluated and evaluated with the Psychological Wellbeing Scale for Adults and the Perceived Stress Scale; All the information was processed through the use of office automation programs, it was shown that there is a relationship between Psychological Wellbeing and Perceived Stress, it was recommended that the directors of the company give talks to their workers in order to channel the stress. It was found that psychological well-being and perceived stress correlate very significantly ( $p \leq, 001$ ;  $H_0$  is rejected: There is no significant correlation;  $H_1$  is accepted: There is significant correlation); the correlation between these variables is inverse with a strong association level; that is, the higher the levels of psychological well-being of workers, the lower the rates of perceived stress. Therefore, it was concluded that workers who manifest greater evidence of psychological well-being generally tend to show lower rates of perceived stress.

**Keywords:** Psychological wellbeing, perceived stress, dimensions, stress, health.

## INTRODUCCIÓN

El ritmo de vida de las personas que forman parte de la funcionalidad de la sociedad de hoy, es acelerada y absorbente; el trabajo como tal, ocupa la tercera parte de la vida de una persona y es indispensable para que subsista como individuo y como familia; no obstante, la realidad agitada y demandante de nuestro entorno laboral tiende a ser un escenario donde el bienestar físico y emocional de los trabajadores son vulnerables a alterarse; esto puede deberse a diversos factores, entre los más resaltantes, la carga laboral, los riesgos que se vive en el trabajo o aspectos personales, representando esto situaciones estresantes. Esta problemática es de interés para los profesionales de la salud mental, precisamente porque investigar el estrés que perciben las personas y qué tanto se relaciona con las posibles alteraciones en el bienestar psicológico, brindará información valiosa para que, mediante un planeamiento estratégico de salud, poder implementar acciones de promoción, prevención, asistencia y/o rehabilitación y de ese modo contribuir a la sostenibilidad de la salud mental de las personas.

El presente estudio está orientado a determinar la relación entre el bienestar psicológico y el estrés percibido en los trabajadores de la empresa Fundente Copelas y Crisoles; esta empresa se encarga de la elaboración de materiales para laboratorio metalúrgico; sus procesos están pasados en la manipulación de maquinarias que requieren de personas altamente cuidadoras y responsables de manejarlas; la investigación se desarrolló bajo el enfoque cuantitativo siguiendo el método científico con nivel correlacional.

La presentación del presente informe final de investigación desarrollada bajo la modalidad de tesis, está presentada de la siguiente manera:

El capítulo I, se plantea el problema de investigación, la justificación y objetivos.

El capítulo II, describe el marco teórico; donde detallamos los antecedentes, la información teórica relevante sobre cada variable de estudio, sustentado en sus respectivas teorías y bibliografías.

El capítulo III, comprende la metodología, donde planteamos las hipótesis y las variables de investigación.

El capítulo IV, presenta la metodología, considerando dentro de ella el método, tipo, nivel y diseño de investigación, también está la población y muestra de la investigación, como las técnicas e instrumentos de recolección de datos, el procesamiento y análisis de datos y los aspectos éticos de la investigación.

El capítulo V, considera los resultados, planteando la descripción de resultados y la contrastación de hipótesis. Finalmente se muestra las discusiones de los mismos, conclusiones y recomendaciones.

## **CAPÍTULO I**

### **PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA**

#### **1.1. Descripción de la realidad problemática**

En la sociedad actual, en la cual las comunicaciones están revolucionando la forma en que se vive, todo es tan cambiante y el ritmo de vida se hace cada vez más complicado, se está presentando una situación en todos los niveles de la sociedad, ya que el mundo agitado está llevando a que cada vez las personas sufran problemas de salud; es por eso que, se realizó un sondeo preliminar utilizando una entrevista de tipo estructurada, con la finalidad de identificar principales problemas del comportamiento organizacional que se han venido dando en los últimos años; sobre esta base se logró identificar el problema y las variables centrales del presente estudio.

Asimismo, la Organización Mundial de la Salud (OMS) (2004; p.3), integra en la determinación de salud el concepto de bienestar mental. Es así, que la salud queda definida como un estado completo de bienestar físico, mental, social y no solo se trata de no sentir dolor alguno o presentar alguna enfermedad. Precisamente, se determinan tres ideas principales para el progreso de la misma y están basadas de la siguiente manera: la salud

mental es más que la ausencia de enfermedad y está íntimamente relacionada con la salud física y la conducta.

En ese sentido, la OMS define el Bienestar Psicológico como un estado de bienestar en donde la persona se da cuenta de sus propias competencias para combatir las situaciones no gratas de la vida, desarrollándose de manera productiva y fructíferamente, convirtiéndose en una persona idónea para contribuir a su comunidad. Sin embargo, gran parte de la sociedad no brinda a la salud mental y los trastornos mentales el mismo grado de importancia que a la salud física; por el contrario, es objeto de abandono e indiferencia.

En el Perú, se ha establecido la Estrategia Sanitaria Nacional de Salud Mental y Cultura de Paz, que técnicamente señalan que la salud mental es el resultado de la asociación de factores protectores, condicionantes, determinantes, precipitantes y de sostenimiento, de naturaleza integral que expresa el bienestar subjetivo de la persona, el ejercicio de las capacidades mentales y la calidad de las relaciones con el medio ambiente. Sin embargo, el desequilibrio de estos factores manifiesta un desajuste mental. La salud mental está muy asociada a la salud integral, desarrollando un núcleo equilibrado de toda la vida, para luego cumplir una función importante en las relaciones interpersonales, en el ámbito familiar y la integración social. Siendo también, un factor fundamental para la inclusión social y participación en la comunidad.

Por otra parte, en una investigación realizada por Cozzo y Reich (2016; p. 2), cita a cinco autores cuyos aportes son relevantes para el sustento de esta investigación; entre ellos está Leka, Griffiths y Cox, quienes, en el año 2004, mencionan que, el Estrés en la labor profesional, puede impactar en la capacidad de satisfacción laboral y en el compromiso con el mismo, desencadenar un aumento en el ausentismo, rotación del personal, accidentes laborales y quejas de usuarios del servicio.

Asimismo, La Fundación Europea para la Mejora de las Condiciones de Vida y de Trabajo (European Foundation for the Improvement of Living and Working Conditions, 2005), mencionan diversos problemas que se asocian al Estrés en el ámbito laboral: enfermedades cardiovasculares, dificultades musculares en cuello, hombros y brazos; así como tardanzas, disminución de la productividad, etc.

Mientras tanto, Straub, en el año 2012, menciona que el Estrés, partiendo de la base de que los estímulos de nuestro medio no necesariamente son estresantes, sino que, está relacionado a la percepción de cada persona. Es así que, no todas las situaciones generarían la misma reacción en todos los individuos, puesto que, no se le daría la misma importancia a lo que sucede.

Por su parte, Cohen, Kamarck y Mermelstein en el año 1983, afirman que, el Estrés percibido puede ser visto como una variable de resultado que mide el nivel de Estrés experimentado en función de eventos estresores objetivos, procesos de afrontamiento, factores de personalidad, etc.

Finalmente, Remor en el año 2006, manifiesta que, el nivel de Estrés Percibido correspondería al grado en el que una persona considera que su vida es impredecible, incontrolable o agotadora. Teniendo en cuenta las consecuencias negativas que tiene un nivel de Estrés demasiado intenso o duradero en la salud de las personas, es pertinente evaluar además del Estrés percibido.

De lo antes expuesto, se puede deducir que el bienestar psicológico es un elemento esencial de la salud, y el estrés perjudica notablemente la misma; por ello, surge la necesidad de investigar la relación que existe entre estas dos variables, evaluando cada una de las dimensiones que componen ambos conceptos.

## **1.2. Delimitación del problema**

La investigación se realizó en los ambientes de la empresa Fundente Copelas y Crisoles S.A.C., que se encuentra en la ciudad de Lima, distrito de Puente Piedra, ubicado en la Av. San Miguel Mz. C-2 Lt. 1-E – Zapallal.

El trabajo de investigación se inició en enero del 2019 y se culminó en noviembre del 2019, el cual comprende desde la elaboración y presentación del Plan de Tesis, hasta la sustentación del Informe Final, de acuerdo al cronograma establecido para la realización de dicha investigación y aplicando las normas establecidas por la Asociación Americana de Psicología (APA).

Para la fundamentación teórica de la variable Bienestar Psicológico, se tomó en cuenta la Teoría de María Martina Casullo (2002), la cual incluye las siguientes dimensiones de estudio: Control/Aceptación, Vínculos Psicosociales, Autonomía y Proyectos. Para la variable Estrés percibido, se tomó en cuenta la Teoría de Cohen, Kamarck y Mermelstein (1983), quienes incluyen las dimensiones de estudio: Expresión de estrés y Control de estrés.

## **1.3. Formulación del problema**

### **1.3.1 Problema general**

¿Cuál es la relación que existe entre Bienestar psicológico y Estrés percibido en los trabajadores de la empresa Fundente Copelas y Crisoles S.A.C. - Lima, 2019?.

### **1.3.2 Problemas específicos**

- ¿Cuáles son los niveles de Bienestar psicológico en los trabajadores de la empresa Fundente Copelas y Crisoles S.A.C. - Lima, 2019?.
- ¿Cuál es el grado de Estrés percibido en los trabajadores de la empresa Fundente Copelas y Crisoles S.A.C. - Lima, 2019?.

- ¿Cuál es la relación que existe entre la dimensión Control/Aceptación y el grado de estrés percibido en los trabajadores de la empresa Fundente Copelas y Crisoles S.A.C. - Lima, 2019?.
- ¿Cuál es la relación que existe entre la dimensión Vínculos Psicosociales y el grado de estrés percibido en los trabajadores de la empresa Fundente Copelas y Crisoles S.A.C. - Lima, 2019?.
- ¿Cuál es la relación que existe entre la dimensión Autonomía y el grado de estrés percibido en los trabajadores de la empresa Fundente Copelas y Crisoles S.A.C. - Lima, 2019?.
- ¿Cuál es la relación que existe entre la dimensión Proyectos y el grado de estrés percibido en los trabajadores de la empresa Fundente Copelas y Crisoles S.A.C. - Lima, 2019?.
- ¿Cómo se presenta el bienestar psicológico según el sexo y el área a la que pertenecen los trabajadores de la empresa Fundente Copelas y Crisoles S.A.C. - Lima, 2019?.
- ¿Cómo se presenta el estrés percibido según el sexo y el área a la que pertenecen los trabajadores de la empresa Fundente Copelas y Crisoles S.A.C. - Lima, 2019?.

## **1.4. Justificación**

### **1.4.1. Social**

En cuanto al aspecto social, se pretendió responder a la necesidad que enfrentan los trabajadores respecto al bienestar psicológico y estrés percibido. En efecto, este estudio permitió obtener los datos necesarios para posteriormente lograr importantes avances de mejora en el estado emocional de los trabajadores.



También benefició a los directivos de la organización Fundente Copelas y Crisoles S.A.C, lo cual les permitió identificar la problemática y, en base a ello, proponer estrategias que al aplicarse contribuirían a resolverlo.

#### **1.4.2. Teórica**

Para el presente estudio, se reconoció la importancia en los trabajos realizados por otros investigadores sobre bienestar psicológico y estrés percibido, permitiéndose comparar y comprender con objetividad las dimensiones de cada una de las variables de estudio en los trabajadores como la muestra que es objeto del presente estudio.

Así mismo, se buscó valorar los aportes de esta investigación, teniendo como apoyo las bases teóricas y la metodología utilizada para este estudio, con el propósito de identificar la relación entre Bienestar psicológico y Estrés percibido en los trabajadores de la empresa Fundente Copelas y Crisoles S.A.C - Lima, 2019.

Esta investigación fue importante, ya que los trabajadores lograron identificar la problemática y tomaron conciencia de que afecta el rendimiento laboral, además se comprobó su validez como un aporte al mejoramiento en la empresa.

#### **1.4.3. Metodológica**

Con esta investigación, se buscó tomar conciencia práctica respecto a la importancia de la relación de éstas dos variables a partir de los resultados, en consecuencia, fue necesario el estudio y análisis de las variables involucradas, puesto que de ello, incentivó para la mejoría del entorno laboral que sin duda benefició a los trabajadores de la empresa Fundente Copelas y Crisoles S.A.C., y, a su vez, con los resultados obtenidos ayudarán a establecer a estudios posteriores; por ello, la justificación metodológica está dada por la utilización de dos instrumentos válidos y confiables, uno

para evaluar el Bienestar psicológico y el otro orientado a evaluar el Estrés percibido de los trabajadores de dicha organización.

## **1.5. Objetivos**

### **1.5.1 Objetivo general**

Determinar la relación que existe entre Bienestar psicológico y Estrés percibido en los trabajadores de la empresa Fundente Copelas y Crisoles S.A.C. - Lima, 2019.

### **1.5.2 Objetivos específicos**

- Identificar los niveles de Bienestar psicológico en los trabajadores de la empresa Fundente Copelas y Crisoles S.A.C. - Lima, 2019.
- Identificar el grado de Estrés percibido en los trabajadores de la empresa Fundente Copelas y Crisoles S.A.C. - Lima, 2019.
- Determinar la relación que existe entre la dimensión Control/Aceptación y el grado de estrés percibido en los trabajadores de la empresa Fundente Copelas y Crisoles S.A.C. - Lima, 2019.
- Determinar la relación que existe entre la dimensión Vínculos Psicosociales y el grado de estrés percibido en los trabajadores de la empresa Fundente Copelas y Crisoles S.A.C. - Lima, 2019.
- Determinar la relación que existe entre la dimensión Autonomía y el grado de estrés percibido en los trabajadores de la empresa Fundente Copelas y Crisoles S.A.C. - Lima, 2019.

- Determinar la relación que existe entre la dimensión Proyectos y el grado de estrés percibido en los trabajadores de la empresa Fundente Copelas y Crisoles S.A.C. - Lima, 2019.
- Describir el bienestar psicológico según el sexo y el área a la que pertenecen los trabajadores de la empresa Fundente Copelas y Crisoles S.A.C. - Lima, 2019.
- Describir el estrés percibido según el sexo y el área a la que pertenecen los trabajadores de la empresa Fundente Copelas y Crisoles S.A.C. - Lima, 2019.

## **CAPÍTULO II**

### **MARCO TEÓRICO**

#### **2.1. Antecedentes**

##### **Antecedentes nacionales**

Cabrera (2017), estudió al Bienestar psicológico y estrategias de afrontamiento al Estrés en usuarios de un puesto de salud del distrito de Nuevo Chimbote. La finalidad de este estudio fue estudiar la existencia de relación entre Bienestar psicológico y estrategias de Afrontamiento al estrés en usuarios del puesto de salud del distrito de Nuevo Chimbote. Obteniendo los resultados, se pudo determinar que existen vínculos estadísticos de gran importancia, con un nivel bajo de estrés; sin embargo, en cuanto al bienestar psicológico, se evidencia un nivel medio del mismo, en sus dimensiones de control/aceptación, autonomía, vínculos psicosociales y proyectos. De tal manera que, las tácticas con mayor uso son, búsqueda de apoyo social por razones instrumentales, seguido de postergación del afrontamiento y las de menor uso son, desentendimiento mental, seguido de enfocar y liberar emociones.

De igual manera, Romero (2016), en su investigación titulada: Bienestar psicológico y empatía cognitiva y afectiva en mujeres víctimas de violencia atendidas en

hospitales públicos de Trujillo; cuyo objetivo era el de precisar el nexo entre las variables mencionadas en el título. Se consiguió como resultado, una relación importante y directa entre Bienestar Psicológico y la Empatía Cognitiva y Afectiva ( $r: 0.47$ ), así como también; se encuentran relacionadas con las dimensiones. De tal modo que, el Estrés Empático se vincula significativa y directamente con las dimensiones de Control/Aceptación ( $r: 0.19$ ), Autonomía ( $r: 0.16$ ), Vínculos psicosociales ( $r: 0.15$ ) y Proyectos ( $r: 0.13$ ). Y, la Alegría Empática se vincula también directa y significativamente con Control/Aceptación ( $r: 0.44$ ), Autonomía ( $r: 0.38$ ), Vínculos psicosociales ( $r: 0.44$ ) y Proyectos ( $r: 0.38$ ).

Por otro lado, en la ciudad de Lima, Villarruel (2016), en su estudio titulado: Niveles de estrés percibido y percepción de la autoeficacia en madres de niños con habilidades especiales; donde el objetivo general fue determinar las relaciones en el grado de estrés percibido con la percepción de la autoeficacia en las madres de niños con habilidades especiales de cuatro grupos: trastorno del desarrollo del tipo autismo, trastorno del desarrollo de tipo Down, parálisis cerebral y grupo de niños con Trastorno de Déficit de Atención e Hiperactividad (TDAH) o con trastorno del comportamiento. Encontraron que hay coeficientes de correlación significativa ( $p < .005$ ) de manera inversa a nivel media débil ( $-0.324$ ). Además, según el tipo de trastorno, no se hallaron correlaciones significativas entre las variables centrales. Por otro lado, se evidencia altos índices de estrés en las madres con trastorno del espectro autista; la edad, nivel educativo y la ocupación actual, no resultaron ser variables significativamente diferenciadoras. Las madres de los niños con trastornos de conducta o TDAH tienden a presentar altos índices de autoeficacia; sin embargo, es preciso mencionar que esta variable no se muestra diferenciadora según la edad, nivel educativo y ocupación actual.

Por último, De La Puente y Pérez (2017), en su investigación su propósito fue examinar cuán efectivo sería el programa de la: Terapia cognitiva basada en Mindfulness

en la reducción de Estrés percibido y depresión en pacientes con cáncer de mama; en grados de estrés percibido y depresión en pacientes con cáncer de mama del Hospital Nacional Carlos Seguí Escobedo e Instituto Regional de Enfermedades Neoplásicas del Sur en la ciudad de Arequipa. Se pudo concluir que, gracias al programa, se redujo el grado de estrés percibido y depresión significativamente.

### **Antecedentes internacionales**

Seguidamente, como fuente internacional, en Costa Rica; se debe citar el trabajo de investigación presentado por Urbina (2015), en su investigación: Estrés percibido, su asociación con características del entorno y calidad de vida; cuyo objetivo principal fue: Analizar cuál es la relación entre estrés percibido, la asociación que tiene con el entorno y calidad de vida. La población estuvo conformada por una muestra de 40 estudiantes universitarios/as, de los cuales 24 son mujeres y 16 hombres. Los resultados fueron que las principales relaciones significativas halladas de acuerdo al análisis correlacional efectuado entre las distintas variables estudiadas indican que existe una relación inversamente proporcional entre el apoyo social y el índice pre test de Estrés percibido, así como un vínculo directamente distribuido entre el Estrés Percibido y la Calidad de Vida, también se encuentra relación entre Calidad de Vida y Ansiedad Rasgo. Dicha asociación al ser estudiadas posteriormente por medio de un análisis de regresión permite dar miras a un esquema de encadenamiento entre constructos y sus efectos vinculados.

Por otra parte, Matus y Barra (2013), hicieron un estudio en Chile titulado: Personalidad resistente, estrés percibido y bienestar psicológico en cuidadores familiares de pacientes con cáncer terminal; con el objetivo de conocer la relación entre las variables centrales del estudio, en el que participaron 100 mujeres cuidadoras con edades oscilantes entre 27 y 68 años. Entre los hallazgos más resaltantes obtuvieron relaciones positivas

entre bienestar psicológico y personalidad resistente, así como también, entre relaciones negativas entre el estrés percibido, el bienestar psicológico y la personalidad resistente, y finalmente, entre factores de compromiso y desafío de la personalidad resistente manifestaron conexiones entre bienestar psicológico y estrés percibido siendo el factor de control.

Asimismo, en España; Guerrero, Gómez, Moreno y Guerrero (2018), en su investigación: Factores de riesgo psicosocial, estrés percibido y salud mental en el profesorado; teniendo como principal objetivo el de explorar los vínculos entre componentes de riesgo psicosocial, estrés percibido y salud mental. Siendo como resultado que la desobediencia, el desinterés del alumnado y la falta de cooperación de los familiares son los ejecutores de estrés. Los evaluados de dicha investigación que manifiestan un alto grado de estrés, son los que evidenciarían tener una salud mental en deterioro. La mejor revelación de salud mental son los grados de estrés percibido, de satisfacción y compromiso.

De igual manera, Cozzo, et al. (2016), la investigación conformada por 56 sanitarios, titulada: Estrés percibido y calidad de vida relacionada con la salud en personal sanitario asistencial, teniendo como lugar al centro de salud privado en el departamento de Paysandú, Uruguay; tiene objetivo principal, descubrir los vínculos entre las causas de riesgo psicosocial, estrés percibido y salud mental. Sin embargo, se obtuvo como resultado, que a mayores niveles de Estrés se obtienen resultados más bajos en la Salud Mental del personal evaluado ( $p=-.771$ ).

## **2.2. Bases Teóricas o Científicas**

Con la finalidad de darle soporte a la presente investigación, se formularán algunos títulos y sub títulos relacionados con el tema presentado, que marquen el camino a seguir para describir correctamente los objetivos de estudio.

### **Bienestar Psicológico**

Con respecto a esta variable objeto de estudio en la presente investigación, García (2005; p. 8), menciona que la satisfacción que el hombre alcance, va a depender de los factores externos e internos, así como; la capacidad de valoración de uno mismo y la jerarquía motivacional. En la subjetividad de la calidad de vida que poseemos, pues, como núcleo central, manifiesta que, la magnitud psicológica declara el grado que corresponde a propósitos que el sujeto se traza y los resultados que llegaría a alcanzar. Sin embargo, la objetividad es necesaria, pero requiere de un completo e indispensable análisis para distinguir como se expresan estos valores sociales en el individuo y cuán importantes resultan para él.

De igual forma, Romero, Brustad y García (2007; pp. 34-35), señalan que, en el siglo XXI, el objetivo de la psicología, fue extender la información sobre mecanismos que ayudarían a prevenir y promover la salud para así reforzar la calidad de vida de la población sana, con el fin de un mejor funcionamiento. Existen estudios que han enlazado de manera positiva el bienestar psicológico y respuestas de enfrentamiento al estrés de un tipo u otro. Por otro lado, algunas recalcan el vínculo entre personalidad y bienestar psicológico, de igual manera, propósitos de vida y complacencia autopercebida.



### ***Definición de bienestar psicológico***

Según Martínez (2014; citado por Martínez 2016; p.25), la definición de Bienestar dependerá mucho de la persona que lo utiliza. Explica también, que el bienestar psicológico podría perjudicarse si no se tiene una salud mental estable refiriéndose a todos los aspectos que esto conlleva, como a: cultura material, higiene personal, cultura sanitaria, actividad cultural, también relaciones sociales y sexualidad.

Así mismo, Ryff (1989); citado por Chang 2016; p.13), menciona que para tener una buena calidad de vida existen factores positivos que favorecen al desarrollo del individuo en todo su entorno a lo largo de su vida; es por ello, que desarrolla un modelo denominado: Modelo de la multidimensionalidad constructural o modelo multidimensional del Bienestar psicológico; o, simplemente dimensiones.

Según Casullo, M. y Castro A. (2000; p. 45), el Bienestar Psicológico, queda definido así, como una magnitud fundamentalmente evolutiva, ya que lo relaciona con el valor que cada individuo les otorga a sus logros, a lo largo de su experiencia de vida.

### ***Dimensiones de Bienestar Psicológico:***

Casullo (2006; citado por Segura 2017; pp. 9-11), basándose en la teoría de Ryff, determinó cuatro dimensiones:

#### ***Dimensión 1: Control/Aceptación***

Esta dimensión da valor a la apreciación del sentirse bien con uno mismo, también al autocontrol y competencias que cada persona desarrolle, mismas que conocen de sus destrezas, habilidades y limitaciones propias. Al respecto, según Zubieta, Fernández y Sosa (2012; citado por Segura 2017), es la dimensión que valora el grado de satisfacción sobre las propias habilidades, capacidades y también las limitaciones que tiene cada

individuo, aceptándose y teniendo una concepción positiva de sí mismo. La misma que les permite a las personas tener un control y equilibrio personal, manteniendo una adecuada adaptación en el entorno. Keyes, et al. (2002; citado por Segura 2017), sostuvieron que la autoaceptación representa un criterio fundamental del bienestar psicológico, la cual describe la capacidad que tienen los individuos que, a pesar de los obstáculos, mantienen una actitud positiva y de esa manera, consiguen la satisfacción personal. De lo anterior, esta dimensión mide el grado de bienestar personal en lo que respecta al conocimiento y aceptación de los recursos personales, mismos que facilitan el desempeño efectivo en el entorno donde se manejan.

#### *Dimensión 2: Vínculos Psicosociales*

Los vínculos psicosociales miden el grado de satisfacción en el que una persona experimenta vínculos con los demás, tomándose en cuenta la calidez, confianza, empatía y reciprocidad afectiva que se tiene con los mismos. Zubieta, et al. (2012; citado por Segura 2017), sostuvo que se refiere al establecimiento de relaciones adecuadas con los demás, caracterizadas por la necesidad de mantener relaciones positivas y estables dentro de los grupos de pertenencia. Keyes, et al. (2002; citado por Segura 2017), consideran que es esta dimensión la que mide al individuo su capacidad de lograr una relación satisfactoria con el medio, lo cual es fundamental para sostener el equilibrio y la salud psicológica. De los autores, se aprecia que la dimensión vínculos psicosociales, se refiere al grado en que una persona mantiene vínculos positivos con los demás, la cual es experimentada como una sensación de bienestar e involucramiento emocional y afectivo con los mismos.

### *Dimensión 3: Autonomía*

Se refiere al grado de independencia que expresan las personas para desenvolverse y tomar buenas decisiones; generándoles confianza en sí mismos y mostrando responsabilidad ante los resultados de sus acciones. La autonomía, provee de estabilidad, autocontrol y equilibrio personal. Al respecto, Zubieta, et al. (2012; citado por Segura 2017), afirman que la dimensión autonomía se refiere a la libertad que tienen los individuos dentro de un grupo social, asociado a la solidez que se tiene ante la presión de los demás y a la autorregulación que el sujeto manifiesta sobre su propio comportamiento. Al mismo tiempo, Keyes, et al. (2002; citado por Segura 2017), sostuvo que la autonomía se caracteriza por la manera en que las personas creen en sí mismos y en sus convicciones (autodeterminación), manteniendo su independencia y autoridad personal. De lo anterior, se aprecia que la dimensión autonomía, dispone de características que favorecen el equilibrio personal. Los individuos con puntuaciones bajas están caracterizados por ser inestables, mostrando dependencia hacia los demás y evidencian altos grados de inseguridad en el desarrollo de sus actividades.

### *Dimensión 4: Proyectos*

Se define Proyectos, como una sensación positiva que cada individuo experimenta frente a sus objetivos, metas y proyectos personales, siendo su dirección y motivación en la vida, buscando el desarrollo personal. En este sentido, Zubieta, et al. (2012; citado por Segura 2017), plantea que dicha dimensión se refiere a la satisfacción que la persona tiene sobre la obtención de metas y objetivos personales, las cuales le proporcionan sentido y propósitos a su vida misma. Al respecto, esta dimensión es entendida por los autores, como la satisfacción que expresan las personas en relación al establecimiento y

cumplimiento de las metas u objetivos de la vida, las mismas que están orientadas a lograr un futuro más gratificante.

### ***Otros planteamientos***

Con respecto a las dimensiones existe otro planteamiento que según Ryff (1989; citado por Chang 2016; pp. 13-14), plantea seis dimensiones las cuales están constituidas de la siguiente manera:

- Autoaceptación, es la autovaloración positiva, pese a los obstáculos.
- Creamos Relaciones Estables con el medio, si aprendemos a fortalecer la confianza y somos capaces de amar.
- Autonomía, es capacidad de autocontrol que logra el individuo para no dejarse influenciar por la sociedad.
- Dominio del Entorno, cada individuo es capaz de controlar el medio, influyendo en el mismo, para así, poder amoldarlo a sus necesidades.
- Propósito en la Vida, se manifiesta con metas concretas y realistas, en base a las experiencias pasadas y futuras.
- Crecimiento Personal, es la proyección estratégica de cada individuo para reforzar su potencial, y a su vez, tener un buen desarrollo.

En la presente investigación de Bienestar psicológico y Estrés Percibido en los trabajadores de la empresa Fundente Copelas y Crisoles S.A.C en Lima, Perú, la que más se adapta a las variables objeto de estudio es la planteada por Casullo (2002), las cuales formaron guía para alcanzar los objetivos plateados en la investigación.

### ***Modelos Teóricos de Bienestar Psicológico***

Con respecto a los modelos teóricos de bienestar psicológico, Castro (2009; citado por Escudero 2017; pp. 329-330), hace una revisión de los modelos teóricos relacionados al bienestar psicológico. El autor mencionado pone énfasis en cuatro modelos detallados en los cuatro párrafos siguientes:

Identifica a las Teorías Universalistas, las cuales, se basan en los alcances de la satisfacción explicada mediante el logro de objetivos o estando conforme con las necesidades básicas del alcance de distintos objetivos logrados según sea el desarrollo determinado en cada etapa de la vida.

Así mismo, pone en manifiesto a los Modelos Teóricos Situaciones, basados en la acumulación de eventos satisfactorios quedaría como consecuencia la complacencia de las personas.

Por otro lado, se hace mención de las Teorías de Adaptación, las cuales explican el desenlace adaptativo o regresivo de las personas que pasan por una o varias situaciones de estrés. Uno de los postulados importantes de esta teoría sugiere que existe una relación automática de los sistemas que están en función a las variabilidades propias de la adaptación actual, el cual, va a influenciar notablemente a que el impacto del evento se allane.

Finalmente, menciona a las Teorías de las Discrepancias, comparando al bienestar entre las condiciones y lo que realice el individuo con sus estándares personales.

## ***Componentes del Bienestar Psicológico***

Morales (2011; citado por Guerra 2015, p.12), fija dos componentes importantes.

### ***Afecto Positivo***

Está representado como la dimensión de emocionalidad satisfactoria, que se manifiesta mediante la motivación, energía, dominio y logros. Si el individuo está motivado, las actividades que realice serán beneficiadas para el bienestar personal. El autor sugiere que tengamos anhelos para valernos de ellos y logremos nuestros propósitos. La importancia de tener claro hacia dónde nos queremos dirigir, evita que caigamos en conflicto a lo largo de nuestro recorrido.

### ***Afecto Negativo***

Simboliza a las emociones no placenteras, manifestándose con sensaciones negativas. Desde su concepción el ser humano, puede carecer de capacidad intelectual, habilidades y destrezas, que no le permite afrontar diversos eventos, parte del resultado de una mala socialización. Puede hasta desarrollar fobias, así como también, obstáculos al encarar la realidad.

### **Estrés**

La OMS (2015), considera como las respuestas fisiológicas que al acumularse, el organismo se prepara para actuar. Teniendo en cuenta también, que éste sería una señal importante para poder sobrevivir; señales que pueden ser razonables, o bien, insuficientes.

Cuando estas señales se exceden, podría producirse una acumulación de angustia que perjudicaría a nuestro organismo, llevándolo a la somatización. Tales como, deterioro

de memoria, irritabilidad, problemas para concentrarse; y, en el caso de las mujeres podría existir alteración hormonal.

De igual manera, Naranjo (2009, p. 171), hace referencia al estrés como un tema alarmante y preocupante para diversos científicos de la conducta humana, ya que, no solo influye en la salud mental, sino también, en la salud física. Mientras tanto, Martínez y Díaz (2007; citado por Naranjo 2009, p.171), señalan que: el problema que subyace radica en los requerimientos de la modernidad, concentrada en la obtención de resultados al margen de sus consecuencias sobre la calidad de vida, y por ende en la salud física y mental de las personas afectadas. Es necesario tener un control sobre el estrés, ya que, tiene efectos secundarios negativos; sin embargo, quien lo pone en práctica, puede disfrutar de una calidad de vida más sana y satisfactoria.

### ***Los estresores***

Según Pérez (2017), los estresores suelen ser eventos inesperados o desagradables de naturaleza personal, profesional, etc., que suceden a lo largo de la vida, y que sentimos inconsciente o conscientemente como una advertencia. En consecuencia, son experiencias negativas, que se convierten en reacciones fisiológicas del organismo en diversas circunstancias percibidas como amenazantes. Es por eso, que decimos, que dependen de las demandas del medio (interno y externo), así como también, de la persona. Podemos decir que es un mecanismo de protección automática, ya que el organismo trata de responder adecuadamente ante dicha situación. Sin embargo, en algún momento podría ser modificado. Al reaccionar nuestro organismo produce cambios neuro-endocrinos a nivel del hipotálamo, glándulas hipófisis y suprarrenales, activando al sistema nervioso autónomo simpático.

Por otro lado, nuestro sistema nervioso no logra distinguir si el estresor es físico y real, o, que sea mental. El experimentar el estrés ante una situación de accidente y/o peligro, es normal, de igual manera reaccionamos pensando en nuestras proyecciones. En conclusión, se trata que el organismo y el ser humano en sí, se adapte a los diversos estresores que presenciaremos a lo largo de nuestra vida, ya que se manifiesta de manera diferente, aunque compartamos muchos de sus síntomas.

### ***Dimensiones del Estrés***

Cohen (1983), basándose en los lineamientos del modelo teórico del autor R. Lazarus (1966), menciona que las dimensiones son grados de estrés y la forma como se maneja; cada uno de ellos puede conllevar a diferentes reacciones, manifestándose de la siguiente manera:

#### ***Dimensión 1: expresión de estrés***

Las personas se tensionan con facilidad, dando señales de nerviosismo, agobiándose ante las dificultades y hasta demostrando un carácter irritable con ellos mismos y con su entorno; perdiendo también, el autocontrol y afectando en diversos entornos, presenciando de esta manera, el estrés. El llamado distrés.

#### ***Dimensión 2: Control de Estrés***

Es la capacidad que tiene cada individuo de saber manejar situaciones estresantes a lo largo de su vida, evitando el descontrol, encarando las adversidades de manera serena y positiva. También se le puede conocer como el eutrés.



### ***Tipos de estrés***

Según Hans Selye (1935; citado por Lopategui 2000), menciona que no siempre es malo la presencia de estrés, sino, todo lo contrario, si hay ausencia puede alimentar un estado depresivo. Es por eso que, se han establecido dos tipos de estrés, que, a continuación, se mencionarán:

#### ***Eutrés (Estrés Positivo)***

En este tipo de estrés la persona y el estresor interaccionan, con el fin de tener una función adecuada, experimentando sensaciones agradables, ya que sabe enfrentarlo y, de esa manera se motiva a ser más creativo, querer cumplir metas y resolver sus problemas.

En conclusión, el eutrés es fundamental para el individuo, beneficiando a la salud, ya que sirve como estímulo que conllevarían al crecimiento personal y profesional. Selye, señala que la completa libertad del estrés es la muerte.

#### ***Distrés (Estrés Negativo)***

El distrés es conocido como aquel Estrés perjudicante o desagradable, ya que produce una sobrecarga de trabajo que no terminamos por asimilar, desencadenando una inestabilidad fisiológica y psicológica, teniendo como consecuencia un bajo rendimiento, la presencia de enfermedades psicosomáticas, así como también, un rápido envejecimiento; producto de diversos estresores negativos, ya sean, laboral, familiar, pérdidas económicas, seres queridos, salud, etc.

### ***Causas del estrés***

Lopategui (2000), menciona que el detonante principal del estrés, son los estresores, ya que estimulan los procesos de estrés nervioso y hormonal. Los estresores son calificados de la siguiente manera:

#### *Psicosociales (mentales y sociales)*

Termina siendo el efecto de la conexión social y de cómo los sentidos y nuestra mente logre interpretar el comportamiento. En conclusión, los estresores sociales se precisan por la valoración que le damos a las situaciones que experimentamos; sin embargo, hay que tener en cuenta que, así como de cada persona su patrón es diferente, el grado de su estrés también lo será.

Estas pueden ser algunas de nuestras experiencias que nos ocasionan el estrés psicosocial: desengaños, disputas laborales y/o familiares, pérdidas económicas, falta de tiempo, inseguridad en la toma de decisiones importantes, etc.

#### *Bioecológicas (funciones orgánicas y medio ambientes)*

Tienen como origen de las funciones normales y anormales de nuestro organismo, consecuencia de la actividad física y del medio ambiente.

#### *Funciones Orgánicas (Factores biológicos)*

La causa principal es de las diversas enfermedades, deficiencias alimenticias, obesidad, hambre, sed y cualquier tipo de estímulo químico-fisiológico que cause dolor.

#### *Actividad Física/Ejercicio*

El desgaste de energía ocasionado por algún deporte y/o acto físico, así como también; los factores ambientales, que es la adaptación forzada al medio físico, tales como: cambios climáticos, ruidos excesivos, diversas contaminaciones, etc.

#### *Personalidad (manejo de ansiedad/distrés)*

Todo empieza desde como el individuo tiene una percepción de sí mismo y la importancia que le brinda a los eventos ocasionados por el estrés. Ya que, si no logran manejarlo, esto se terminaría somatizando; pero esto dependerá del tipo de personalidad que tenga cada individuo.

Los Cardiólogos Meyer F., Ray H. Rosenman M. (s/f, citados por Segura 2017, p.48), hicieron un estudio sobre el comportamiento y sus patrones, y el vínculo con algunas enfermedades del corazón, donde finalmente pudieron concluir que, tipos de hay dos tipos de personalidad.

#### *Tipo de Personalidad: A*

Los individuos con este tipo de personalidad, son más propensos de sufrir un ataque al corazón, ya que suelen ser muy impacientes, obsesionados y acelerado con el tiempo, y, peor aún, si existiera algún tipo de atraso en diferentes situaciones.

Se caracterizan por ser competitivos, constantemente busca el reconocimiento, siempre apunta al triunfo, así como también, parpadean rápidamente, sus piernas o manos están en constante movimiento, les gusta hacer más de dos cosas al mismo tiempo e incluso tratan de superarse ellos mismos, son más propensos a la ira e irritabilidad, etc.

#### *Tipo de Personalidad: B*

Se caracteriza por ser el lado opuesto al tipo de personalidad A, ya que les gusta ser organizados para realizar las cosas, prefieren hacer las actividades con calma y terminar uno para empezar con el otro. Son más seguros y confiados, generalmente practican deporte, son responsables, no se concentran mucho en la hora, etc.

### ***Reacción frente al estrés***

McEwen y Sapolski (2006, p 29), refieren que, la Alostasis es el desarrollo, a través del cual, el organismo reacciona ante las situaciones estresantes, ya sean agudos o crónicos.

El autor concluye que, las reacciones del organismo al estrés agudo son, la sensación de luchar o huir de situaciones que considere como una amenaza, la aceleración de los latidos cardíacos, presión arterial, deterioro de memoria y sistema inmunológico. Finalmente, después de enfrentar este procedimiento agudo el organismo logra regresar a su estado normal.

Mientras tanto, el proceso recuperación del estrés crónico es más lento y podría ocasionar un daño a la salud, ya sea física o mental.

### ***Síntomas a Consecuencias del Estrés***

Márquez (2013, p. 23), menciona que, las sintomatologías más resaltantes ocasionadas por el estrés son:

- a) Síntomas Físicos; como alteración de sueño, cardiovascular, respiratorio, gastrointestinal, dermatológico, muscular, somático, sexuales e inmunológicos.
- b) Síntomas Psicológicos; carácter irritable, pensamiento negativo, sentirse ansioso, no motivarse y dificultad para concentrarse fácilmente.

- c) Síntomas Conductuales; sentirse desganado, reaccionar impulsivamente, aumentar o disminuir el apetito y consumir sustancias que provoquen tranquilizar o estimular al organismo.

### ***Teorías sobre estrés***

Cuevas y García (2012; citado por Guzmán 2017, p.35), señalan las principales teorías sobre el estrés:

- a) Teoría de la Apreciación Cognitiva: Conocida como transaccional, menciona que el estrés es un proceso cognitivo conductual individual en el ambiente. Según este acercamiento, es el individuo quien evalúa el ambiente como estresante (amenazante) o no estresante (oportunidad) (p.89); por lo tanto, las situaciones no son estresantes, sino que es considerada así de acuerdo a la percepción de cada individuo.
- b) Teoría de Exigencias y Control: Karasek-Theorell (1979; citado por Guzmán 2017), define al estrés como las exigencias de la carga de trabajo, en términos de la presión de tiempo y el conflicto de roles para realizar las tareas. Mientras tanto, el control queda definido como la habilidad del individuo de tener el dominio de sus actividades.
- c) Teoría de Desequilibrio Esfuerzo – Recompensa: Siegrit (1996; citado por Guzmán 2017), indicó que, gran parte del esfuerzo del individuo por controlar las necesidades, por buscar aprobación y estima, podría afectar de manera negativa su salud, llegando a aumentar el riesgo de generar ciertas condiciones cardiovasculares.
- d) La Teoría de Selye: Determina al estrés como una respuesta fisiológica del organismo, frente a estímulos inespecíficos que alteran la homeostasis. Por lo

tanto, el estrés es originado por estresores que producen respuestas no específicas en el organismo.

Esta variable se basa en el modelo planteado por los autores Salovey y Mayer (1990), quienes señalaron que la percepción de la emoción es la capacidad de sentir afecto en el individuo y en los demás, distinguiendo señales no verbales y emociones en diferentes estímulos.

### 2.3. Marco Conceptual (de las variables y dimensiones)

- **Bienestar Psicológico:** Casullo y Castro (2000; citado por Romero 2016, p.22), manifiestan que el bienestar psicológico es la capacidad que tiene la persona de conservar sus dimensiones, a través de la evaluación que cada quién le otorga a las experiencias vividas sean positivas o negativas.
  - Dimensión Control/Aceptación: Es la capacidad que tenemos de aceptarnos a nosotros mismos y a nuestras experiencias, hayan sido positivas o negativas. El control y autocompetencia, crean o modifican contextos que finalmente se ajustan a las necesidades (Casullo, 2002; citado por Romero 2016, p.26).
  - Dimensión Autonomía: Es la independencia para tomar decisiones, manteniendo la asertividad y confiabilidad del juicio mismo (Casullo, 2000; citado por Romero 2016, p.26).
  - Dimensión Vínculos Psicosociales: Es la capacidad para establecer de manera adecuada las relaciones interpersonales, ser cálidos, tener confianza, empatía, respeto y afecto hacia los demás (Casullo, 2002; citado por Romero 2016, p.26).

- Dimensión Proyectos: Es tener la capacidad de tener propósitos, concediendo una razón a la vida, asumiendo valores que otorguen sentido de la misma (Casullo, 2002; citado por Romero 2016, p.26).
  
- **Estrés:** Cohen (1983), inspirado en la teoría del estrés de R. Lazarus (1966), señala que el estrés es el resultado de una transacción entre la persona y el ambiente. Se trata de un juicio cognitivo asociado al temor que produce pensar que los recursos personales serán incapaces de dar respuesta a las demandas generadas por un acontecimiento particular.

Denominando a las dimensiones de la siguiente manera:

- Dimensión Expresión de estrés: Demuestra la pérdida de control frente a situaciones estresantes.
- Dimensión Control de estrés: El individuo siente satisfacción por su capacidad de manejo de estrés.

## **CAPÍTULO III**

### **HIPÓTESIS**

#### **3.1. Hipótesis General**

Existe una relación inversa y significativa entre Bienestar psicológico y Estrés percibido en los trabajadores de la empresa Fundente Copelas y Crisoles S.A.C. - Lima, 2019.

#### **3.2. Hipótesis Específicas**

- 1) Los niveles de Bienestar psicológico en los trabajadores de la empresa Fundente Copelas y Crisoles S.A.C. - Lima, 2019, son bajos.
- 2) El grado de Estrés percibido en los trabajadores de la empresa Fundente Copelas y Crisoles S.A.C. - Lima, 2019, es alto.
- 3) Existe una relación inversa y significativa entre la dimensión Control/aceptación y el grado de estrés percibido en los trabajadores de la empresa Fundente Copelas y Crisoles S.A.C. - Lima, 2019.
- 4) Existe una relación inversa y significativa entre la dimensión Vínculos psicosociales y el grado de estrés percibido en los trabajadores de la empresa Fundente Copelas y Crisoles S.A.C. - Lima, 2019.



- 5) Existe una relación inversa y significativa entre la dimensión Autonomía y el grado de estrés percibido en los trabajadores de la empresa Fundente Copelas y Crisoles S.A.C. - Lima, 2019.
- 6) Existe una relación inversa y significativa entre la dimensión Proyectos y el grado de estrés percibido en los trabajadores de la empresa Fundente Copelas y Crisoles S.A.C. - Lima, 2019.
- 7) Los trabajadores varones y en general los que trabajan en el área administrativa, presentan mayores puntuaciones de bienestar psicológico, comparados con las mujeres y con los que trabajan en el área operativa de la empresa Fundente Copelas y Crisoles S.A.C. - Lima, 2019.
- 8) Las trabajadoras mujeres y en general los que trabajan en el área operativa, presentan mayores puntuaciones de estrés percibido, comparados con los varones y con los que trabajan en el área administrativa de la empresa Fundente Copelas y Crisoles S.A.C. - Lima, 2019.

### **3.3. Variables (definición conceptual y operacional)**

#### **Variable 1: Bienestar psicológico**

##### ***Definición conceptual***

Casullo (2002; citado por Cardozo, Martínez y Colmenares 2012, p.86), refiere que el bienestar psicológico es parte de la salud, viéndose reflejado en todos los ámbitos de la vida humana, pues cuando un individuo tiene un alto nivel de bienestar se muestra más productiva, creativa y sociable, ya que proyecta un futuro positivo y satisfactorio, lo que de una u otra manera motiva para la capacidad de amar, de trabajar, relacionarse socialmente, y controlar el medio debido a que esta proyección infunde felicidad en el individuo.

### ***Definición operacional***

Se operó a partir de la aplicación de la escala de Bienestar Psicológico para Adultos (BIEPS-A) de María Casullo (2012); y será medido, a través de 13 ítems que valoran en una escala de 1 a 3 puntos, que evidenciarán los niveles de bienestar psicológico. Los puntajes generales se obtienen a través de la sumatoria de las respuestas, para evaluar sus 4 dimensiones: Control/aceptación, Vínculos psicosociales, Autonomía y Proyectos.

### **Variable 2: Estrés percibido**

#### ***Definición conceptual***

Cohen (1983), basándose en el modelo de estrés de la vida de Selye (1956), refiere que el estrés percibido, es una respuesta adaptativa en donde el individuo tiende a presentar la necesidad de integrarse a una situación o entorno nuevo. El desarrollo teórico de este término ha ido evolucionando a lo largo del tiempo, pasando de un esquema estímulo-respuesta a un esquema dinámico y persona-entorno. Desde de esta nueva concepción teórica del estrés, se ha visto la necesidad de estudiarlo en la persona a partir de su interacción con su entorno más próximo y ver si en él se dan patrones cuya situación fomenta su aparición en los seres humanos.

#### ***Definición operacional***

Se operó a partir de la aplicación de la Escala de Estrés Percibido (EEP PSS-14) y la medición será, a través de 14 ítems, con 5 alternativas de respuesta, de 0 a 4 puntos, con el propósito de percibir el grado de estrés; así como también, de sus dimensiones: expresión de estrés y control de estrés.

## **CAPÍTULO IV**

### **METODOLOGÍA**

#### **4.1 Método de Investigación**

Para la elaboración del presente trabajo de investigación, se utilizó el método científico, para revelar condiciones presentadas por situaciones específicas, y se aplicó el enfoque cuantitativo, ya que se recurrió al conteo de datos y procesos matemático-estadísticos para dar respuesta al problema de investigación. (Hernández, Fernández y Baptista, 2003).

En este sentido, se cumplieron con los procedimientos planteados por el método en la investigación Bienestar psicológico y Estrés percibido de la empresa Fundente Copelas y Crisoles S.A.C, en la ciudad de Lima, para alcanzar los objetivos.

#### **4.2. Tipo de Investigación**

En la investigación Bienestar psicológico y Estrés percibido de la Empresa Fundente Copelas y Crisoles S.A.C, en la ciudad de Lima, el tipo de investigación aplicado fue la básica o pura, entendida como aquel tipo de investigación orientada a la producción de conocimientos y teorías; donde el propósito del investigador fue detallar situaciones y

eventos, calculando y evaluando diversos aspectos, dimensiones o componentes del fenómeno o fenómenos que se investigó (Hernández et al., 2003).

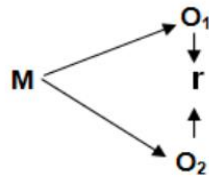
#### **4.3. Nivel de Investigación**

En la investigación realizada Bienestar psicológico y Estrés percibido de la Empresa Fundente Copelas y Crisoles S.A.C en la ciudad de Lima, el nivel de investigación fue correlacional, con el objetivo conocer el grado de asociación y la dirección entre las magnitudes correspondientes a las variables principales (Hernández et al., 2003). De lo anterior, se deduce que, en la presente investigación la investigadora planteó como objetivo general conocer la relación que existe entre el Bienestar psicológico y Estrés percibido de los trabajadores de la empresa antes mencionada.

#### **4.4. Diseño de la Investigación**

El diseño de la investigación, se elige en función de los objetivos establecidos en el estudio, según Arias (2012) la define como el plan global de investigación que integra de un modo coherente y adecuadamente correcto técnicas de recogida de datos a utilizar, análisis previstos y objetivos. Asimismo, afirma que el diseño de la investigación intenta dar de una manera clara y no ambigua respuestas a las preguntas planteadas en la misma (p.31).

En relación con la investigación presentada sobre Bienestar psicológico y Estrés percibido de la Empresa Fundente Copelas y Crisoles S.A.C en la ciudad de Lima, se ha seleccionado la Investigación No experimental – Transeccional Correlacional. Este diseño reúne información en momentos únicos (Hernández et al., 2003).



Donde:

M = Muestra

O<sub>1</sub> = Observación de la V.1.

O<sub>2</sub> = Observación de la V.2.

r = Correlación entre dichas variables.

#### 4.5. Población y muestra

##### Población

En la presente investigación, las unidades de análisis objeto de observación o estudio fueron los trabajadores de la Empresa Fundente Copelas y Crisoles S.A.C. en la ciudad de Lima, que corresponde según fuentes internas a la cantidad aproximada de 73 personas, que comprenden tanto personal administrativo como operario, según información suministrada por la oficina de personal de la empresa.

En este sentido, la población es conceptualizada por Arias (2012), como: desde el punto de vista estadístico, una población o universo puede estar referido a cualquier conjunto de elementos de los cuales pretendemos indagar y conocer sus características, o una de ellas, y para la cual serán válidas las conclusiones obtenidas en la investigación (p.37).

De acuerdo al caso antes mencionado como objeto de estudio, la población se considera de tipo pequeña y finita, en la medida que está constituida por un determinado número de elementos, que con relación a este estudio se limita a 73 trabajadores que prestan sus servicios a la empresa antes mencionada.

## Muestra

Una muestra, según Hernández (et al., 2003), en esencia un sub grupo de la población o un sub conjunto de elementos que pertenecen a ese conjunto definido en sus características al que llamamos población (p.96). Mientras que, para Arias (2012), la muestra es: Una parte de la población o sea un número de individuos u objetos seleccionados científicamente, cada uno de los cuales es un elemento del universo, y es obtenida con el fin de investigar a partir del conocimiento de sus características particulares, las propiedades de una población (p.41).

Por lo tanto, se seleccionó la muestra de forma probabilística y se utilizó el tipo de muestreo aleatorio simple (Arias, 2012), dicha muestra se determinó con la aplicación de la fórmula para poblaciones finitas, descritas por Fisher y Navarro (1994):

$$n = \frac{z^2 (p) (q) (N)}{e^2 (N - 1) + z^2 (p) (q)}$$

Donde,  $z = 1.96$  (nivel de confianza),  $p = 0.5$  (proporción positiva);  $q = 0.5$  (proporción negativa);  $N = 73$  (tamaño de la población);  $e = 0.05$  (precisión o error máximo permitido). Por lo tanto:

$$n = \frac{1.96^2 (0.5) (0.5) (73)}{0.05^2 (73 - 1) + 1.96^2 (0.5) (0.5)} = 61.47 \cong 61$$

En este sentido, se describen todas las constantes a sustituir, de acuerdo al texto de metodología que enuncia la fórmula de Fisher y Navarro (1994). Asimismo, se conoce la población representada por los trabajadores de la empresa Fundente Copelas y Crisoles S.A.C., en la ciudad de Lima, Al respecto, sustituyendo la formula n es igual a 61 personas;

es decir, que la muestra de elementos a estudiar es de 61 trabajadores tanto de personal administrativo como operarios.

### **Criterios de Inclusión**

- Trabajadores de la empresa Fundente Copelas y Crisoles, tanto administrativos como operativos.
- Trabajadores varones y mujeres.
- Trabajadores que libre y voluntariamente deseen participar del estudio.

### **Criterios de Exclusión**

- Trabajador que adolezca de algún trastorno mental grave.
- Trabajadores que presenten problemas de discapacidad física (sordomudo).
- Evaluados que no hayan completado de manera satisfactoria los instrumentos aplicados.

## **4.6. Técnicas e Instrumentos de recolección de datos**

En función de los objetivos definidos en el presente estudio, donde se evaluó la relación que existe entre el Bienestar Psicológico y el Estrés Percibido, se empleó la técnica encuesta, cuya aplicación es la más idónea para recabar información en la investigación planteada para alcanzar los fines propuestos. Dicha técnica es definida por Arias (2012), la define como un conjunto de técnicas, con la finalidad de reunir información de una determinada investigación a la población (p.72).

Por otra parte, también se aplicó dos instrumentos propios de la ciencia de la Psicología diseñados por especialistas en la materia que tienen como objeto evaluar las dos variables de investigación que constituyen el objeto de estudio de la presente investigación; los cuales se describen a continuación:

## **Escala de Bienestar Psicológico para Adultos (BIEPS-A)**

Se empleará la escala de BIEPS-A, teniendo como finalidad el de establecer magnitudes de un fenómeno abstracto como es el Bienestar psicológico. Está conformada por 13 ítems, cuya forma de ser administrada es de manera individual o grupal, y auto administrándola (Casullo, 2002). Las personas evaluadas leerán los ítems y finalmente, desarrollarán el instrumento, no admitiendo respuestas en blanco. Los ítems están creados bajo las sugerencias de Likert con tres anclajes de respuesta: De acuerdo (asignando 3 puntos), Ni de acuerdo - ni en desacuerdo (asignando 2 puntos), En desacuerdo (asignando 1 punto).

**Interpretación de la Escala:** El puntaje inferior a 33 es considerado como un bajo nivel de bienestar psicológico en la gran mayoría de sus áreas vitales. Sin embargo, con una puntuación entre 34 a 36, es considerado como promedio, sintiéndose satisfecho con algunos aspectos de su vida. De modo que, la puntuación entre 37 a 39, indica un nivel alto, mencionando satisfacción total con su vida.

**Propiedades Psicométricas:** Estudios realizados por Casullo, determinó la confiabilidad mediante el método de consistencia interna, calculando los coeficientes de alfa de Cronbach, cuyas valoraciones indicaron que el instrumento fue altamente confiable (Escala total; 0.70; proyectos: 0.59; autonomía: 0.61; vínculos: 0.49 y control/aceptación: 0.46). (Casullo 2002, citado por Páramo, Straniero, García, Torrecilla, Escalante, 2011).

**Evidencias de Validez:** En Perú se ha desarrollado un estudio de propiedades psicométricas propuesto por Domínguez (2014), donde los indicadores de validez fueron demostrados, dado que tras un análisis de validez factorial confirmatorio, se hallaron valores que señalaron un ajuste aceptable de los datos al modelo teórico propuesto por



Casullo (2002); quedando demostrado de este modo que, el instrumento es válido para medir lo que se pretende en una muestra Peruana.

**Confiabilidad:** En nuestro medio, los estudios psicométricos de Domínguez (2014), obtuvieron indicadores alfa que demostraron una alta confiabilidad del instrumento en un contexto Peruano (valor alfa total: 0.966; 0.888 para control/aceptación; 0.836 para autonomía; 0.871 para vínculos y 0.908 para proyectos).

### **Escala de Estrés Percibido (EEP PSS-14)**

En su versión de Cohen, Kamarak y Mermelstein (1983), siendo una de las más utilizadas para la evaluación y medición del grado de estrés; en su versión en español fue adaptado por González y Landero en 2007, en México, teniendo una adecuada resistencia interna de 0.83. Consta de 14 ítems para determinar el grado de estrés que el individuo pudo experimentar en el último mes, donde la escala puntúa de 0 a 56. Calificando como ausencia de estrés o normal (0 - 18), nivel bajo de percepción (19 - 28), nivel medio o moderado de percepción (29 - 38) y nivel alto de percepción (39 - 56); y como consecuencia, teniendo el mayor grado de estrés percibido sacando como resultado puntuaciones altas.

El instrumento está creado bajo el formato de Likert con cinco opciones de respuestas: Nunca (puntaje 0), Casi nunca (puntaje 1), De vez en cuando (puntaje 2), A menudo (puntaje 3) y Muy a menudo (puntaje 4); sin embargo, en los ítems 4, 5, 6, 7, 9, 10 y 13 que corresponden a la dimensión: control de estrés, la puntuación se invierte, a diferencia de los ítems 1, 2, 3, 8, 11, 12 y 14 que corresponden a la dimensión: expresión estrés, su puntuación es normal.

El instrumento es confiable y validado para percibir el estrés, ya que, según la revisión de 24 artículos relacionados con las propiedades psicométricas de EEP PSS-14, ha sido aplicado en varios países, diferentes edades, géneros y poblaciones, personas sanas y enfermas; con alfa de Cronbach entre 0.82 a 0.85 y con estructura factorial consistente de 2 factores en todos los casos que explicaron el 45.3, el 48.1 y hasta el 52.7% de la varianza.

**Evidencias de Validez:** Respecto a las propiedades psicométricas relacionadas a la validez del instrumento en nuestro medio, existen dos investigaciones realizadas en el Perú tales como: el de Lostanau & Torrejon (2013) y Antucar (2017), quienes hacen mención de que el instrumento es válido medir lo que pretende medir en una población Peruana.

**Confiabilidad:** Los hallazgos de Atuncar (2017; p.15), halló valoraciones alfa de: 0.88 para la escala general, y 0.87 para expresión de estrés y 0.82 para control de estrés; demostrando de ese modo una alta confiabilidad del instrumento en nuestro medio.

De manera similar, los resultados hallados por Lostanau & Torrejón (2013; p.20), mostró un valor de 0.80 para la escala total y, 0.72 para expresión de estrés y 0.76 para control de estrés percibido.

#### **4.7. Técnicas de procesamiento y análisis de datos**

Luego de la recopilación de la información a través de los instrumentos, los datos fueron ingresados a una hoja de cálculo de Microsoft Excel 2018, esto con el fin de realizar el control de calidad de los datos y, para el procesamiento estadístico, los datos fueron ingresados al software IBM-SPSS versión 25.

Se recurrió a la estadística descriptiva a fin de obtener conocer el comportamiento de las variables estudiadas según el cálculo de las frecuencias, porcentuales (para atender a los objetivos descriptivos), así también como las medidas de tendencias central que se emplearon como insumos para atender a los objetivos de comparación. Asimismo, se recurrió a la estadística inferencial, inicialmente, la aplicación de la prueba de bondad de ajuste a la distribución normal Kolmogorov-Smirnov (KS); esto con el fin de determinar el uso de las pruebas paramétricas o no paramétricas; los resultados de la KS, sugirieron el uso de la prueba no paramétrica de correlación que usa como insumo al coeficiente Rho de Spearman.

En cuanto al procedimiento a Seguir para Probar las Hipótesis se procederá con los siguientes pasos:

1. Formulación de las hipótesis nula y alterna.
2. Determinar el nivel de significancia = 5% = 0,05.
3. Elección de la prueba estadística.
4. Estimación del p-valor.
5. Toma de decisión: Si  $p < 0,05$  entonces rechazamos la hipótesis nula, por lo que aceptamos la hipótesis del investigador (hipótesis alterna).

#### **4.8. Aspectos éticos de la Investigación**

Los aspectos éticos fueron orientados a preservar la información sobre el contenido del informe final, el conocimiento (reserva de su identidad, debido a que será anónimo) y orientación (que se le brindó al momento de la aplicación de los instrumentos). Se aseguró el bienestar físico y psicológico de los participantes, respetándose también, la cultura étnica y sociocultural, la libre participación (a través del consentimiento informado) y la veracidad de la investigación; de acuerdo a lo especificado en los artículos 27 y 28 del Reglamento

general de investigación y en los artículos 4 y 5 del Código de ética para la investigación Científica de la Universidad Peruana Los Andes; de manera que este da su aprobación para la ejecución del proyecto.

## CAPÍTULO V

### RESULTADOS

#### 5.1 Descripción de resultados

Tabla 1.

*Análisis descriptivo de los niveles de Bienestar psicológico en los trabajadores de la empresa Fundente Copelas y Crisoles S.A.C. - Lima, 2019.*

Personalidad	f	%
Bajo	7	11.5
Medio	26	42.6
Alto	28	45.9
Total	61	100.0

En la tabla 1, se presentan los resultados descriptivos sobre los niveles de bienestar psicológico en los trabajadores; cerca de la mitad de ellos presentó un nivel alto (45.9%), mientras que uno de cada diez, un nivel bajo (11.5%). Estos resultados pueden visualizarse de manera gráfica en la figura 1.

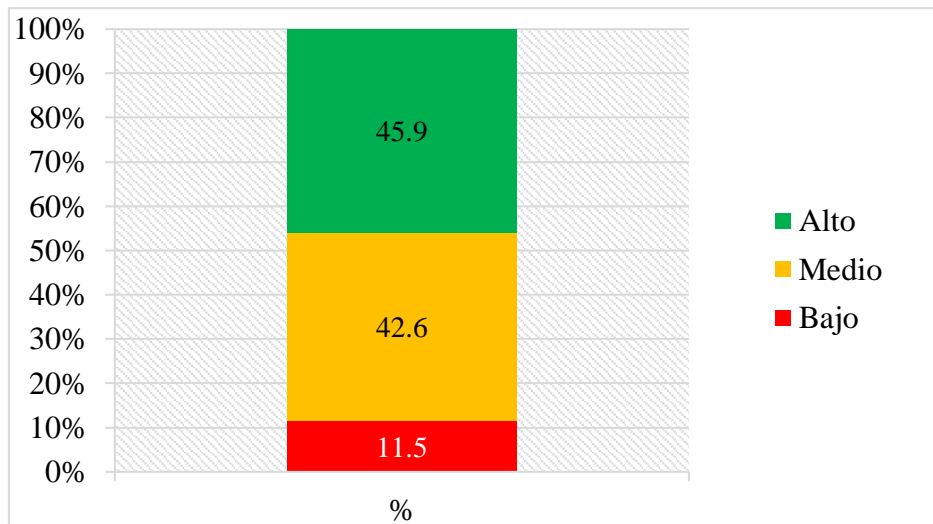


Figura 1

*Representación gráfica de los niveles de bienestar psicológico.*

Tabla 2.

*Análisis descriptivo del grado de Estrés percibido en los trabajadores de la empresa*

*Fundente Copelas y Crisoles S.A.C. - Lima, 2019.*

Personalidad	f	%
Normal	23	37.7
Bajo	24	39.3
Medio	9	14.8
Alto	5	8.2
Total	61	100.0

En la tabla 2, se muestran los resultados descriptivos correspondientes al grado de estrés percibido en los trabajadores; dos de cada cinco trabajadores tienden a mostrar un estrés percibido en categorías normales (37.7%); una proporción similar (39.3%) mostró un nivel bajo. Sólo el 14.8% presentó un nivel medio y uno de cada diez trabajadores (8.2%) presentó un nivel alto. Estos resultados pueden visualizarse en la figura 2.

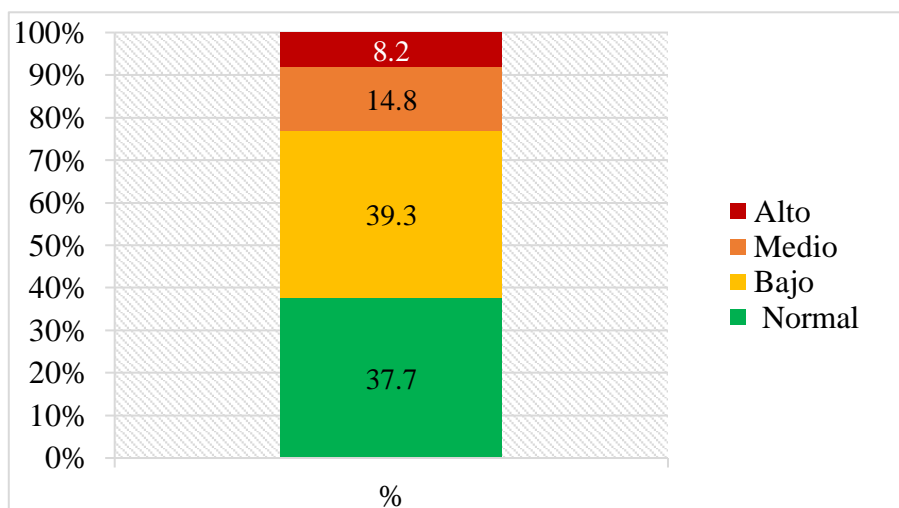


Figura 2

*Representación gráfica del grado de estrés percibido.*

## 5.2 Contrastación de hipótesis

Tabla 3.

*Análisis de bondad de ajuste a la distribución normal de las puntuaciones obtenidas, en general y por dimensiones, de las variables centrales.*

Variables	Dimensiones	Kolmogorov-Smirnov		
		Estadístico	gl	Sig.
Bienestar psicológico	Control/Aceptación	,339	61	,000
	Vínculos psicosociales	,276	61	,000
	Autonomía	,253	61	,000
	Proyectos	,209	61	,000
	GENERAL	,292	61	,000
Estrés percibido	Expresión del estrés	,178	61	,000
	Control del estrés	,148	61	,002
	GENERAL	,180	61	,000

Con la finalidad de determinar si los datos proceden o no de una distribución normal, se recurrió a la prueba de bondad de ajuste Kolmogorov-Smirnov. Las valoraciones de probabilidad ( $p \leq 0.05$ ) indican que los datos no se ajustan a dicha distribución; por lo tanto, para el contraste de hipótesis se emplearon pruebas no paramétricas. Para atender al objetivo general y a partir del tercer hasta el sexto objetivo específico, se calculará el coeficiente de correlación Rho de Spearman; así, para atender a los dos últimos objetivos, se empleará la prueba U de Mann Whitney.

Tabla 4.

*Relación entre Bienestar psicológico y Estrés percibido en los trabajadores de la empresa Fundente Copelas y Crisoles S.A.C. - Lima, 2019.*

		Estrés percibido
Bienestar psicológico	Rho	-,830**
	p	,000
	n	61

El bienestar psicológico y el estrés percibido se correlacionan de manera muy significativa ( $p \leq 0,001$ ; se rechaza  $H_0$ : No existe correlación significativa; se acepta  $H_1$ : Existe correlación significativa). La correlación entre estas variables es inversa con nivel de asociación fuerte; es decir, cuantos mayores índices de bienestar psicológico presentan los trabajadores, menores serán los índices de estrés percibido.



Tabla 5.

*Relación entre la dimensión Control/Aceptación y el grado de Estrés percibido en los trabajadores de la empresa Fundente Copelas y Crisoles S.A.C. - Lima, 2019.*

		Control / Aceptación
Estrés percibido	Rho	-,600**
	p	,000
	n	61

La dimensión *Control / Aceptación* de bienestar psicológico y el estrés percibido se correlacionan de manera muy significativa ( $p \leq .001$ ; se rechaza H0: No existe correlación significativa; se acepta H1: Existe correlación significativa). La correlación entre estas variables es inversa con nivel de asociación medio fuerte; es decir, cuanto mayores índices de control / aceptación presentan los trabajadores, menores serán los índices de estrés percibido.

Tabla 6.

*Relación entre la dimensión Vínculos Psicosociales y el grado de Estrés percibido en los trabajadores de la empresa Fundente Copelas y Crisoles S.A.C. - Lima, 2019.*

		Vínculos psicosociales
Estrés percibido	Rho	-,728**
	p	,000
	n	61

La dimensión *Vínculos sociales* de bienestar psicológico y el estrés percibido se correlacionan de manera muy significativa ( $p \leq .001$ ; se rechaza H0: No existe correlación significativa; se acepta H1: Existe correlación significativa). La correlación entre estas

variables es inversa con nivel de asociación medio fuerte; es decir, cuantos mayores índices de Vínculos sociales presentan los trabajadores, menor será en ellos el estrés percibido.

Tabla 7.

*Relación entre la dimensión Autonomía y el grado de estrés percibido en los trabajadores de la empresa Fundente Copelas y Crisoles S.A.C. - Lima, 2019.*

		Autonomía
Estrés percibido	Rho	-,361**
	p	,004
	n	61

La dimensión *Autonomía* de bienestar psicológico y el estrés percibido se correlacionan de manera muy significativa ( $p \leq 0,001$ ; se rechaza  $H_0$ : No existe correlación significativa; se acepta  $H_1$ : Existe correlación significativa). La correlación entre estas variables es inversa con nivel de asociación medio débil; es decir, cuantos mayores índices de Autonomía presenten los trabajadores, menor será en ellos el estrés percibido.

Tabla 8.

*Relación entre la dimensión Proyectos y el grado de estrés percibido en los trabajadores de la empresa Fundente Copelas y Crisoles S.A.C. - Lima, 2019.*

		Proyectos
Estrés percibido	Rho	-,472**
	p	,000
	n	61

La dimensión *Proyectos* de bienestar psicológico y el estrés percibido se correlacionan de manera muy significativa ( $p \leq 0,001$ ; se rechaza  $H_0$ : No existe correlación significativa; se

acepta H1: Existe correlación significativa). La correlación entre estas variables es inversa con nivel de asociación medio fuerte; es decir, cuantos mayores índices de Proyectos presenten los trabajadores, menor será en ellos el estrés percibido.

Tabla 9.

*Análisis del bienestar psicológico según el sexo y el área a la que pertenecen los trabajadores de la empresa Fundente Copelas y Crisoles S.A.C. - Lima, 2019.*

Variable socio laboral	Categorías	N	Mediana	Rango promedio	U de Mann Whitney
Sexo	Varón	25	37	36.30	U=317.5; p=,043
	Mujer	36	34	27.32	
Área	Administrativos	21	37	48.83	U=45.500; p=,000
	Operarios	40	34	21.64	

En la tabla 9, se presentan los resultados descriptivos del bienestar psicológico según el sexo y área a la cual pertenece el trabajador. Las valoraciones de probabilidad muestran que las puntuaciones medianas correspondientes al bienestar psicológico difieren de manera significativa según estas variables socio laborales ( $p \leq 0,05$ ; se rechaza H1:  $Me = Me$ ; se acepta H0:  $Me \neq Me$ ). Las mayores puntuaciones de bienestar psicológico, lo presentan los varones respecto de las mujeres, del mismo modo, los que trabajan en el área administrativa respecto de los que trabajan en el área operativa.

Tabla 10.

*Análisis del estrés percibido según el sexo y el área a la que pertenecen los trabajadores de la empresa Fundente Copelas y Crisoles S.A.C. - Lima, 2019.*

Variable socio laboral	Categorías	N	Mediana	Rango promedio	U de Mann Whitney
Sexo	Varón	25	18	23.70	U=267.50; p=,007
	Mujer	36	28	36.07	
Área	Administrativos	21	17	11.71	U=15.000; p=,000
	Operarios	40	28	14.13	

En la tabla 10, se presentan los resultados descriptivos del estrés percibido según el sexo y área a la cual pertenece el trabajador. Las valoraciones de probabilidad muestran que las puntuaciones medianas correspondientes al estrés percibido difieren de manera significativa según estas variables socio laborales ( $p \leq 0,05$ ; se rechaza  $H_1: Me = Me$ ; se acepta  $H_0: Me \neq Me$ ). Las mayores puntuaciones de estrés percibido, lo presentan las mujeres respecto de los varones, del mismo modo, los que trabajan en el área operativa respecto de los que trabajan en el área administrativa.

## ANÁLISIS Y DISCUSIÓN DE RESULTADOS

En cuanto al Objetivo General; se evidenció que existe una relación directa y significativa entre Bienestar psicológico y Estrés percibido en los trabajadores de la empresa Fundente Copelas y Crisoles S.A.C. - Lima, 2019; en virtud que  $r_s$  calculada es mayor que  $r_s$  teórica ( $-0,748 > -0,28$ ) a su vez como  $p$  valor es menor que Alfa ( $p= 0.000 < \alpha = 0.05$ ), por consiguiente, se rechaza la hipótesis nula ( $H_0$ ) y se acepta la hipótesis alterna ( $H_1$ ). En consecuencia, podemos señalar que, dependiendo del bienestar psicológico que presente un individuo podrá en gran medida sufrir de estrés.

De lo anterior, se puede evidenciar que los resultados obtenidos concuerdan con lo planteado en la investigación de Urbina (2015), quien realizó un trabajo titulado: Estrés percibido, su asociación con características del entorno y calidad de vida, quien concluye que el Estrés percibido y la calidad de vida se encuentran estrechamente vinculadas.

Asimismo, coincide con los resultados obtenidos por Matus y Barra (2013), quienes realizaron un trabajo titulado: Personalidad resistente, estrés percibido y bienestar psicológico en cuidadoras familiares de pacientes con cáncer terminal, el cual se plantearon dentro de sus objetivos específicos, determinar la relación existente entre el estrés percibido y bienestar psicológico, obteniendo un resultado de 0.715 el cual es muy similar al obtenido en la presente investigación.

En relación al objetivo específico 1, se puede identificar que los niveles de Bienestar psicológico en los trabajadores de la empresa Fundente Copelas y Crisoles S.A.C en Lima, son altos ya que representan el 46% del total obtenido con la aplicación de los instrumentos.

De lo anterior se puede evidenciar que los resultados obtenidos concuerdan con lo obtenido por Cabrera (2017), el cual evidenció un nivel medio y alto en todas las dimensiones de la variable objeto de estudio.

En cuanto al objetivo específico 2, se identificó que el nivel grado de estrés percibido en los trabajadores de la empresa Fundente Copelas y Crisoles S.A.C, en Lima es alto ya que hay una frecuencia de 39% de estrés bajo, un 15% de estrés medio y 8 % de estrés alto.

En este sentido, se puede inferir que de los resultados obtenidos se asemejan a los obtenidos por Matus y Barra (2013) que obtuvieron una tasa de estrés percibido alta en las cuidadoras familiares de pacientes con cáncer terminal.

Con respecto al objetivo 3, de la investigación se determinó que existe relación directa y significativa entre la dimensión Control/Aceptación y el grado de estrés percibido en los trabajadores de la empresa Fundente Copelas y Crisoles S.A.C. - Lima, 2019. Puesto que  $r_s$  calculada es mayor que  $r_s$  teórica ( $-0,582 > -0,28$ ) a su vez como  $p$  valor es menor que Alfa ( $p= 0.000 < \alpha = 0.05$ ) en consecuencia se rechaza la hipótesis nula ( $H_03$ ) y se acepta la hipótesis alterna ( $H_e3$ ). En consecuencia, podemos señalar que la dimensión de Control/Aceptación incide significativamente sobre el grado de estrés que pueda presentar un individuo.

De lo anterior, se puede evidenciar que los resultados obtenidos concuerdan con el presentado por Romero (2016), en su trabajo de investigación titulado: Bienestar psicológico y empatía cognitiva y afectiva, en el cual obtuvo una  $r$ : 0.44 para la dimensión control y aceptación y su relación con el Estrés Empático.

En contraposición a esta investigación se debe mencionar a Villarruel (2016), que en su estudio titulado: Niveles de estrés percibido y Percepción de la autoeficacia en madres de niños especiales, cuyos resultados no presentaron relación con la dimensión objeto de estudio.

En cuanto al objetivo 4, se determinó que existe relación entre la dimensión Vínculos Psicosociales y el grado de estrés percibido en los trabajadores de la empresa Fundente Copelas y Crisoles S.A.C. - Lima, 2019. Dado que  $r_s$  calculada es mayor que  $r_s$  teórica ( $-0,482 > -0,28$ ) a su vez como  $p$  valor es menor que Alfa ( $p= 0.000 < \alpha = 0.05$ ) en consecuencia se rechaza la hipótesis nula ( $H_{04}$ ) y se acepta la hipótesis alterna ( $H_{e4}$ ). En consecuencia, podemos señalar que la dimensión vínculos psicosociales influyen en el estrés que pueda manifestar un trabajador.

De lo anterior, es propicio citar al trabajo de investigación de Romero (2016), que también estudió la relación de la dimensión Vínculos Psicosociales y la empatía cognitiva y afectiva, en el cual obtuvo una  $r$ : 0.15, que ciertamente está en un parámetro bajo frente al estrés empático, pero sostiene de igual manera la relación.

En cuanto al objetivo 5, se puede afirmar que existe relación entre la dimensión Autonomía y el grado de estrés percibido en los trabajadores de la empresa Fundente Copelas y Crisoles S.A.C. - Lima, 2019. En virtud que  $r_s$  calculada es mayor que  $r_s$  teórica ( $-0,315 > -0,28$ ) a su vez como  $p$  valor es menor que Alfa ( $p= 0.01 < \alpha = 0.05$ ) en consecuencia se rechaza la hipótesis nula ( $H_{05}$ ) y se acepta la hipótesis alterna ( $H_{e5}$ ). En consecuencia, podemos señalar que la dimensión autonomía está relativamente relacionada con el estrés percibido por el trabajador.

Correlacionando el resultado es necesario señalar que los mismos corresponde con los obtenidos por Romero (2016), en su trabajo de investigación, ya que obtuvo un índice de  $r$ . 0,38 en la dimensión objeto de estudio.

En cuanto al objetivo 6, se puede evidenciar la relación que existe entre la dimensión Proyectos y el grado de estrés percibido en los trabajadores de la empresa Fundente Copelas y Crisoles S.A.C. - Lima, 2019. Puesto que  $r_s$  calculada es mayor que  $r_s$  teórica ( $-0,505 > -0,28$ ) a su vez como  $p$  valor es menor que Alfa ( $p= 0.000 < \alpha = 0.05$ ) en consecuencia se

rechaza la hipótesis nula ( $H_0$ ) y se acepta la hipótesis alterna ( $H_a$ ). En consecuencia, podemos señalar que la dimisión proyectos, puede generar estrés en los trabajadores de la empresa.

En cuanto al objetivo 7, se evidencia que los varones con un porcentaje de 36.30 son los que presentan un alto nivel de bienestar psicológico a diferencia de las mujeres con un porcentaje de 27.32; del mismo modo sucede con los que trabajan en el área administrativa con un 48.83% respecto de los que trabajan en el área operativa con un 21.64%.

Por último, en cuanto al objetivo 8, las mujeres a diferencia de los varones con un por 36.07% son las que perciben mayor grado de estrés, del mismo modo, las que trabajan en el área operativa con un 14.13% respecto de las que trabajan en el área administrativa.



## CONCLUSIONES

- 1) Los trabajadores que manifiestan mayores evidencias de bienestar psicológico, por lo general, tienden a mostrar menores índices de estrés percibido.
- 2) Cerca de la mitad de los trabajadores muestran un nivel alto de bienestar psicológico; por otro lado, dos de cada cinco presentan un nivel medio, aspecto que indica un estado de incertidumbre con respecto a esta variable; finalmente, uno de cada diez trabajadores tiende a mostrar bajos niveles de bienestar psicológico.
- 3) Cerca de la cuarta parte de los trabajadores, tienden a manifestar niveles entre medio y alto de estrés percibido; mientras que dos de cada cinco trabajadores suelen manifestar nivel bajo de estrés y una proporción similar lo presenta en niveles normales.
- 4) Los trabajadores que manifiestan mayor bienestar psicológico en función a un equilibrio de control y aceptación, tienden a evidenciar menores índices de estrés percibidos.
- 5) Los trabajadores que han desarrollado vínculos psicosociales que contribuyen al fortalecimiento del bienestar psicológico, tienden a evidenciar menores índices de estrés percibido.
- 6) Los trabajadores que se perciben a sí mismos como autónomos y están satisfechos psicológicamente con ello, tienden a evidenciar menores índices de estrés percibido.

- 7) Los trabajadores que tienden a mostrar conductas organizativas y preventivas que contribuyen al mantenimiento de su bienestar psicológico, tienden a mostrarse menos estresados.
- 8) Los trabajadores varones, y en general los que trabajan en el área administrativa, tienden a presentar mejor estado en relación al bienestar psicológico, mientras las trabajadoras y en general, los que trabajan en el área operativa, no.
- 9) Las mujeres, y en general los que trabajan en el área operativa, tienden a evidenciar mayores índices de estrés percibido, a comparación de los varones y en general los que trabajan en el área administrativa.

## RECOMENDACIONES

- 1) Hacer un llamado a los directivos empresa Fundente Copelas y Crisoles, a que, por medio de talleres, charlas de capacitación al personal le brinden la ayuda y las herramientas necesarias al personal, para el manejo control de estrés.
- 2) Los resultados obtenidos de la presente investigación, se comunicarán a la empresa con la finalidad que permitan fomentar un mejor ambiente de trabajo en el cual los trabajadores obtengan un bienestar psicológico más alto que el encontrado.
- 3) Generar momentos de reflexión en cada uno de los trabajadores, para que comiencen a identificar los signos o síntomas del estrés y la importancia de vivir sin ello, con la finalidad de buscar mejores estrategias para poder afrontarlo y no perjudicar en su rendimiento laboral y/o personal.
- 4) Se recomienda realizar talleres autoestima con la finalidad de elevar y/o reforzarla, para tener un trabajador más motivado, autónomo y seguro de sí mismo, ya que de esa manera tendrá un buen nivel de bienestar psicológico.
- 5) Incentivar a la competencia sana, para que, de esa manera, los trabajadores aprendan a conocer sus destrezas, habilidades y limitaciones propias en diferentes áreas.
- 6) Realizar actividades de integración para mejorar los vínculos psicosociales, para incentivar la calidez, confianza y empatía entre compañeros.
- 7) A los directivos de la empresa se recomienda plantear estrategias para la mejora del clima laboral a fin de amenizar un ambiente sano y propicio para el trabajador.

- 8) Se recomienda también, realizar una investigación experimental, donde se manipule ambas variables en los trabajadores de la misma empresa u otra de similar o mayor estructura.
- 9) Crear y/o adaptar más instrumentos que permitan hacer un análisis del contexto estudiado, para así facilitar la aplicación de las mismas.

## REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Arias, F. (2012). *El Proyecto de Investigación – Sexta Edición*. Caracas, República Bolivariana de Venezuela: Editorial Episteme C.A.
- Atuncar, G. (2017). *Actividad Física, Estrés Percibido y Autorregulación Emocional en Estudiantes Universitarios de Lima*. [Tesis de Licenciatura]. Pontificia Universidad Católica del Perú, Lima, Perú.
- Cabrera, S. (2017). *Bienestar Psicológico y Estrategias de Afrontamiento al Estrés en Usuarios de un Puesto de Salud del Distrito de Nuevo Chimbote*. [Tesis de Licenciatura]. Universidad César Vallejo, Nuevo Chimbote, Perú. Recuperada de: [http://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/UCV/400/cabrera\\_ss.pdf?sequence=1&isAllowed=y](http://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/UCV/400/cabrera_ss.pdf?sequence=1&isAllowed=y).
- Cardozo, A., Martínez, M. & Colmenares, G. (2012). Caracterización de las condiciones de vida y el bienestar psicológico de adolescentes damnificados del sur del departamento del Atlántico. *Artículo de Investigación Científica y Tecnológica* 3 (1), 83-105.
- Casullo, M. (2002). *Evaluación del bienestar psicológico en Iberoamérica*. Buenos Aires, Argentina: Paidós.
- Casullo, M. y Castro, A. (2000). Evaluación del Bienestar Psicológico en estudiantes adolescentes argentinos. *Revista de Psicología de la Pontificia Universidad Católica de Perú*, 18 (1), 36 – 68.
- Chang, C. (2016). Propiedades psicométricas de la Escala de Bienestar Psicológico en practicantes pre profesionales de una universidad privada – Trujillo. *Revista de Psicología* 18 (1), 13.

- Cohen, S., Kamarck, T. y Mermelstein, R. (1983). Una medida global del estrés percibido. *Revista de salud y comportamiento social*, 24 (4), 385-396.
- Cozzo, G. y Reich, M. (2016). Estrés percibido y calidad de vida relacionada con la salud en personal sanitario asistencial. *Revista Latinoamericana de Ciencia Psicológica*, 8 (1), 1-15.
- De La Puente, M. y Pérez, A. (2017). *Terapia Cognitiva Basada En Mindfulness en la Reducción de Estrés Percibido y Depresión en Pacientes con Cáncer de Mama*. [Tesis de Licenciatura]. Universidad Católica De Santa María, Arequipa, Perú.
- Domínguez, S. (2014). Análisis psicométrico de la escala de Bienestar Psicológico para adultos en estudiantes universitarios de Lima: un enfoque de ecuaciones estructurales. Artículo: *Psychologia: avances de la disciplina*, 8 (1), 23-31.
- Escudero, J. (2017). Bienestar psicológico e involucramiento religioso en estudiantes universitarios de Lima. *Revista de Investigación en Psicología*, 20 (2), 327-346.
- Fisher, L. & Navarro, V. (1994). *Introducción a la investigación de mercado*. - Tercera Edición. Ciudad de México, México D. F.: McGraw-Hill Interamericana S.A. de C.V
- García, C.R.V. (2005). *Bienestar Psicológico: Dimensión Subjetiva de la Calidad de Vida*. *Revista Electrónica de Psicología Iztacala*, 8 (2), p. 8.
- Guerra, M. (2015). *Bienestar Psicológico (Estudio realizado con el adulto mayor en el hogar de Beneficiencia Sor Herminia ubicado en Santa Cruz del Quiché, Quiché)*. [Tesis de Licenciatura]. Universidad Rafael Landívar. México. Recuperado de: <http://recursosbiblio.url.edu.gt/tesisjcem/2015/05/22/Guerra-Maria.pdf>.
- Guerrero, E., Gómez, R., Moreno, J. y Guerrero, M. (2018). *Factores de riesgo psicosocial, estrés percibido y salud mental en el profesorado*. Recuperado de: <https://www.revistaclinicacontemporanea.org/articulo.php?articulo=20180306150404293000>.

- Guzmán, M. (2017). *Inteligencia emocional, autoestima y estrés en directores de San Juan de Lurigancho, 2016*. [Tesis de Doctorado]. Universidad César Vallejo, Lima, Perú.
- Hernández, R., Fernández, C. y Baptista, P. (2003). *Metodología de la Investigación – Tercera Edición*. Ciudad de México, México D. F.: McGraw-Hill Interamericana.
- Lazarus, R. (1966). *Psychological Stress and the Coping Process – Nueva York, Estados Unidos.*: McGraw-Hill.
- Lopategui, E. (2000). *Estrés: Concepto, Causas y Control*. Recuperado de <http://www.saludmed.com/Documentos/Estres.html>.
- Lostanau, A. y Torrejón, C. (2013). *Estrés, Afrontamiento y Calidad de Vida Relacionada a la Salud en Pacientes Con Cáncer De Mama*. [Tesis de Licenciatura]. Pontificia Universidad Católica del Perú, Lima, Perú.
- Márquez, J. (2013). *Impacto Psicológico. El Estrés, Causas, Consecuencias y Soluciones. Intérprete de Conferencias Frente a Intérprete en los Servicios Públicos*. Recuperado de [https://ebuah.uah.es/dspace/bitstream/handle/10017/23826/Estr%C3%A9s\\_JuanFranciscoM%C3%A1rquez%20Copy.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://ebuah.uah.es/dspace/bitstream/handle/10017/23826/Estr%C3%A9s_JuanFranciscoM%C3%A1rquez%20Copy.pdf?sequence=1&isAllowed=y).
- Martínez, M. (2016). *Bienestar Psicológico En Estudiantes De Psicología De Primero Y Segundo Año Que Tienen Mascotas Comparado Con Estudiantes Que No Tienen*. [Tesis de Licenciatura]. Universidad Rafael Landívar, Guatemala de la Asunción, Guatemala.
- Matus, V. y Barra, E. (2013). Personalidad Resistente, Estrés Percibido y Bienestar Psicológico en Cuidadoras Familiares de Pacientes con Cáncer Terminal. *Revista Psicología y Salud*, 23 (2): 153-160.

- McEwen, B. y Sapolski, R. (2006). *El Estrés y su Salud*. La Fundación de Hormonas. Recuperado de: <http://clinicaendocrinolorente.com/wp-content/themes/mono/images/pdfs/cardiovascular/Estressysalud.PDF>.
- Naranjo, M. (2009). Una Revisión Teórica Sobre el Estrés y Algunos Aspectos Relevantes de Éste en el Ámbito Educativo. *Revista Educación*, 33 (2), pp. 171-190.
- Organización Mundial de la Salud (2004). *Promoción de la salud mental: Conceptos, evidencia emergente, práctica*. Informe compendiado. Ginebra.
- Organización Mundial de la Salud (2015). *El Estrés Según la Organización Mundial de la Salud*. Recuperado de: <https://abcdelestres.wordpress.com/2015/05/13/el-estres-segun-la-organizacion-mundial-de-la-salud/>.
- Páramo, M., Straniero, C., García, C., Torrecilla, N. y Escalante E. (2011). Bienestar Psicológico, Estilos de Personalidad y Objetivos de Vida en Estudiantes Universitarios. *Artículo: Pensamiento Psicológico 10* (1), pp. 7-21.
- Pérez, J. (2017). *Trata el Estrés con PNL*. Madrid, España: Centro de Estudios Ramón Areces.
- Romero, A., Brustad, R. y García, A. (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), p. 34-35.
- Romero, N. (2016). *Bienestar Psicológico y Empatía Cognitiva y Afectiva en Mujeres Víctimas de Violencia Atendidas en Hospitales Públicos de Trujillo*. [Tesis de Doctorado]. Universidad César Vallejo, Trujillo, Perú.
- Salovey, P. y Mayer, J. (1990). Inteligencia Emocional. *Revista Interuniversitaria de Formación del Profesorado*, 66 (23,3), 85-108.



- Segura, K. (2017). *Bienestar psicológico en docentes de las instituciones educativas públicas y particulares de nivel secundario del distrito de Los Olivos, 2017*. Tesis de Licenciatura. Universidad César Vallejo, Lima, Perú.
- Selye, H. (1956). *The Stress of Life* – Nueva York, Estados Unidos: McGraw-Hill Book Company.
- Urbina, Y. (2015). *Estrés Percibido, su Asociación con Características del Entorno y Calidad de Vida*. Tesis de Licenciatura. Universidad de Costa Rica, Montes de Oca, Costa Rica.
- Villarruel, A. (2016). *Niveles de Estrés Percibido y Percepción de la Autoeficacia en Madres de Niños con Habilidades Especiales*. [Tesis de Licenciatura]. Universidad Femenina del Sagrado Corazón, Lima, Perú.

## **ANEXOS**

## Anexo 1. Matriz de consistencia

Título	PROBLEMA	OBJETIVOS	HIPÓTESIS	VARIABLES	MÉTODO	TÉCNICAS E INSTRUMENTO
Bienestar Psicológico y Estrés Percibido en los Trabajadores de la Empresa Fundente Copelas y Crisoles S.A.C. – Lima, 2019.	<b>General</b>	<b>General</b>	<b>General</b>	<b>Bienestar psicológico</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Control / Aceptación</li> <li>• Vínculos psicosociales</li> <li>• Autonomía</li> <li>• Proyectos</li> </ul> <b>Estrés percibido</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Expresión del estrés</li> <li>• Control del estrés</li> </ul>	<b>Método, tipo y nivel de investigación:</b> Método científico, con enfoque cuantitativo, de tipo aplicado, con nivel correlacional de diseño no experimental - transeccional  <b>Población y muestra:</b>  <b>Población:</b> Tipo pequeña y finita: <i>73 trabajadores que prestan sus servicios a la empresa antes mencionada</i>  <b>Muestra:</b> Muestreo probabilístico – aleatorio simple: <i>61 trabajadores</i>  <b>Técnicas estadísticas:</b> - Estadística descriptiva - Estadística inferencial (Rho de Spearman y U de Mann Whitney)	<b>Técnica:</b> Encuesta  <b>Instrumentos:</b> <b>Bienestar psicológico</b> Escala de Bienestar Psicológico para Adultos (BIEPS-A)  <b>Estrés percibido</b> Escala de Estrés Percibido (EEP PSS-14)
	¿Cuál es la relación que existe entre Bienestar psicológico y Estrés percibido en los trabajadores de la empresa Fundente Copelas y Crisoles S.A.C. - Lima, 2019?.	Determinar la relación que existe entre Bienestar psicológico y Estrés percibido en los trabajadores de la empresa Fundente Copelas y Crisoles S.A.C. - Lima, 2019.	Existe una relación inversa y significativa entre Bienestar psicológico y Estrés percibido en los trabajadores de la empresa Fundente Copelas y Crisoles S.A.C. - Lima, 2019.			
	<b>Específicos</b>	<b>Específicos</b>	<b>Específicos</b>			
	¿Cuáles son los niveles de Bienestar psicológico en los trabajadores de la empresa Fundente Copelas y Crisoles S.A.C. - Lima, 2019?.	Identificar los niveles de Bienestar psicológico en los trabajadores de la empresa Fundente Copelas y Crisoles S.A.C. - Lima, 2019.	Los niveles de Bienestar psicológico en los trabajadores de la empresa Fundente Copelas y Crisoles S.A.C. - Lima, 2019, son bajos.			
	¿Cuál es el grado de Estrés percibido en los trabajadores de la empresa Fundente Copelas y Crisoles S.A.C. - Lima, 2019?.	Identificar el grado de Estrés percibido en los trabajadores de la empresa Fundente Copelas y Crisoles S.A.C. - Lima, 2019.	El grado de Estrés percibido en los trabajadores de la empresa Fundente Copelas y Crisoles S.A.C. - Lima, 2019, es alto.			
	¿Cuál es la relación que existe entre la dimensión Control/Aceptación y el grado de estrés percibido en los trabajadores de la empresa Fundente Copelas y Crisoles S.A.C. - Lima, 2019?.	Determinar la relación que existe entre la dimensión Control/Aceptación y el grado de estrés percibido en los trabajadores de la empresa Fundente Copelas y Crisoles S.A.C. - Lima, 2019.	Existe una relación inversa y significativa entre la dimensión Control/Aceptación y el grado de estrés percibido en los trabajadores de la empresa Fundente Copelas y Crisoles S.A.C. - Lima, 2019.			
	¿Cuál es la relación que existe entre la dimensión Vínculos Psicosociales y el grado de estrés percibido en los trabajadores de la empresa Fundente Copelas y Crisoles S.A.C. - Lima, 2019?.	Determinar la relación que existe entre la dimensión Vínculos Psicosociales y el grado de estrés percibido en los trabajadores de la empresa Fundente Copelas y Crisoles S.A.C. - Lima, 2019.	Existe una relación inversa y significativa entre la dimensión Vínculos Psicosociales y el grado de estrés percibido en los trabajadores de la empresa Fundente Copelas y Crisoles S.A.C. - Lima, 2019.			
	¿Cuál es la relación que existe entre la dimensión Autonomía y el grado de estrés percibido en los trabajadores de la empresa Fundente Copelas y Crisoles S.A.C. - Lima, 2019?.	Determinar la relación que existe entre la dimensión Autonomía y el grado de estrés percibido en los trabajadores de la empresa Fundente Copelas y Crisoles S.A.C. - Lima, 2019.	Existe una relación inversa y significativa entre la dimensión Autonomía y el grado de estrés percibido en los trabajadores de la empresa Fundente Copelas y Crisoles S.A.C. - Lima, 2019.			
	¿Cuál es la relación que existe entre la dimensión Proyectos y el grado de estrés percibido en los trabajadores de la empresa Fundente Copelas y Crisoles S.A.C. - Lima, 2019?.	Determinar la relación que existe entre la dimensión Proyectos y el grado de estrés percibido en los trabajadores de la empresa Fundente Copelas y Crisoles S.A.C. - Lima, 2019.	Existe una relación inversa y significativa entre la dimensión Proyectos y el grado de estrés percibido en los trabajadores de la empresa Fundente Copelas y Crisoles S.A.C. - Lima, 2019.			
	¿Cómo se presenta el bienestar psicológico según el sexo y el área a la que pertenecen los trabajadores de la empresa Fundente Copelas y Crisoles S.A.C. - Lima, 2019?.	Describir el bienestar psicológico según el sexo y el área a la que pertenecen los trabajadores de la empresa Fundente Copelas y Crisoles S.A.C. - Lima, 2019.	Los trabajadores varones y en general los que trabajan en el área administrativa, presentan mayores puntuaciones de bienestar psicológico, comparados con las mujeres y con los que trabajan en el área operativa de la empresa Fundente Copelas y Crisoles S.A.C. - Lima, 2019.			
¿Cómo se presenta el estrés percibido según el sexo y el área a la que pertenecen los trabajadores de la empresa Fundente Copelas y Crisoles S.A.C. - Lima, 2019?.	Describir el estrés percibido según el sexo y el área a la que pertenecen los trabajadores de la empresa Fundente Copelas y Crisoles S.A.C. - Lima, 2019.	Las trabajadoras varones y en general los que trabajan en el área operativa, presentan mayores puntuaciones de estrés percibido, comparados con los varones y con los que trabajan en el área administrativa de la empresa Fundente Copelas y Crisoles S.A.C. - Lima, 2019.				

## Anexo 2. Matriz de Operacionalización de las variables

VARIABLE	DEFINICIÓN CONCEPTUAL	DEFINICIÓN OPERACIONAL	DIMENSIONES	ÍTEMS	ESCALA DE MEDICIÓN
Bienestar Psicológico	El bienestar psicológico es parte de la salud y se manifiesta en todas las esferas de vida humana, pues cuando una persona tiene un alto nivel de bienestar se muestra más productiva, creativa y sociable, ya que conserva una proyección positiva de su futuro, lo que de una u otra forma le implica capacidad de amar, de trabajar, relacionarse socialmente, y controlar el medio debido a que esta proyección infunde felicidad en el individuo (Casullo, 2002).	El Bienestar psicológico de los trabajadores, serán definidos a partir de la aplicación de la escala de Bienestar Psicológico para Adultos (BIEPS-A) de María Martina Casullo (2002).	Control/Aceptación	2, 11, y 13	Ordinal
			Vínculos Psicosociales	5, 7 y 8	
			Autonomía	4, 9 y 12	
			Proyectos	1, 3, 6 y 10	
Estrés Percibido	El estrés percibido, es una respuesta adaptativa que el organismo humano tiende a presentar ante la necesidad de habituarse a una situación o entorno nuevo. El desarrollo teórico de este término ha ido evolucionando a lo largo del tiempo, pasando de un esquema estímulo-respuesta a un esquema dinámico y persona-entorno (Cohen, 1983).	El Estrés percibido de los trabajadores, serán definidos a partir de la aplicación de la Escala de Estrés Percibido (EEP PSS-14) de Cohen, S., Kamarck, T. y Mermelstein, R. (1983).	Expresión de Estrés	1, 2, 3, 8, 11, 12 y 14	Ordinal
			Control de Estrés	4, 5, 6, 7, 9, 10 y 13	

### Anexo 3. Matriz de Operacionalización del instrumento

VARIABLE	DIMENSIÓN	INDICADORES	ITEMS	ESCALA VALORATIVA	INSTRUMENTO
Bienestar Psicológico	Control/Aceptación	Bajo, Medio, Alto	2, 11, y 13	Ordinal Desacuerdo (1), Ni de Acuerdo-Ni en Desacuerdo (2) y De Acuerdo (3)	Escala de Bienestar Psicológico para Adultos (BIEPS-A)
	Vínculos Psicosociales		5, 7 y 8		
	Autonomía		4, 9 y 12		
	Proyectos		1, 3, 6 y 10		
Estrés Percibido	Expresión de Estrés	Normal, Bajo, Medio, Alto	1, 2, 3, 8, 11, 12 y 14	Ordinal Nunca (0), Casi Nunca (1), De Vez en Cuando (2), A Menudo (3) y Muy a Menudo (4)	Escala de Estrés Percibido (EEP PSS-14)
	Control de Estrés		4, 5, 6, 7, 9, 10 y 13		

#### Anexo 4. Instrumento de investigación y constancia de su aplicación

### ESCALA DE BIENESTAR PSICOLÓGICO (BIEPS-A)

**Nombres y Apellidos:** \_\_\_\_\_

**Edad:** \_\_\_\_\_

**Sexo:** \_\_\_\_\_

Le pedimos que lea con atención las frases siguientes. Marque su respuesta en cada una de ellas sobre la base de lo que pensó y sintió el último mes. Las alternativas de respuestas son: - **ESTOY DE ACUERDO** - **NI DE ACUERDO NI EN DESACUERDO** - **ESTOY EN DESACUERDO** – No hay respuestas buenas o malas, todas sirven. No deje frases sin responder. Marque su respuesta con un aspa (X) en uno de los tres espacios.

	DE ACUERDO	NI DE ACUERDO – NI EN DESACUERDO	DESACUERDO
1. Creo que sé lo que quiero hacer con mi vida.			
2. Si algo me sale mal, puedo aceptarlo, admitirlo.			
3. Me importa pensar qué haré en el futuro.			
4. Puedo decir lo que pienso sin mayores problemas.			
5. Generalmente le caigo bien a la gente.			
6. Siento que podré lograr las metas que me proponga.			
7. Cuento con personas que me ayudan si lo necesito.			
8. Creo que en general me llevo bien con la gente.			
9. En general hago lo que quiero, soy poco influenciable.			
10. Soy una persona capaz de pensar en un proyecto para mi vida.			
11. Puedo aceptar mis equivocaciones y tratar de mejorar.			
12. Puedo tomar decisiones sin dudar mucho.			
13. Encaro sin mayores problemas mis obligaciones diarias.			

**Puntaje:** \_\_\_\_\_

**Resultado:** \_\_\_\_\_

**ESCALA DE ESTRÉS PERCIBIDO**  
**(EEP PSS-14)**

**Nombres y Apellidos:** \_\_\_\_\_

**Edad:** \_\_\_\_\_

**Sexo:** \_\_\_\_\_

Las preguntas de la siguiente escala se refieren a sus sentimientos y pensamientos durante el mes recién pasado. En cada caso, indique con qué frecuencia o cuán a menudo usted se sintió o reaccionó de determinada manera. A pesar de que algunas preguntas son similares, existen diferencias entre ellas, por lo tanto, deben considerar cada pregunta en forma separada. La mejor manera de responder a cada pregunta es lo más rápido posible, es decir, no trate de contar todas las veces que se sintió de determinada manera, más bien indique la alternativa que le parezca más cercana.  
*Señale la opción de respuesta que más representa lo que usted sintió.*

	NUNCA	CASI NUNCA	A VECES	CON BASTANTE FRECUENCIA	CASI SIEMPRE
1. En el último mes, ¿cuántas veces se sintió mal por algo que le sucedió repentinamente?					
2. En el último mes, ¿cuántas veces sintió que era incapaz de controlar las cosas importantes que le estaban sucediendo en su vida?					
3. En el último mes, ¿cuántas veces se sintió nervioso o “estresado”?					
4. En el último mes, ¿cuántas veces ha superado con éxito las situaciones fastidiosas (aburridas) de la vida?					
5. En el último mes, ¿cuántas veces sintió que estaba haciéndole frente a algo, en forma eficaz, a algún cambio importante de su vida?					
6. En el último mes, ¿cuántas veces se sintió confiado en su habilidad para manejar sus problemas personales?					
7. En el último mes, ¿cuántas veces sintió que las cosas iban a tener un resultado positivo para usted?					
8. En el último mes, ¿cuántas veces se dio cuenta que no podía hacerle frente a todas las cosas que le estaban sucediendo?					
9. En el último mes, ¿cuántas veces pudo controlar las situaciones fastidiosas (aburridas) de su vida?					
10. En el último mes, ¿cuántas veces sintió que no tenía que preocuparse por ciertas situaciones?					
11. En el último mes, ¿cuántas veces se enojó por cosas que estaban fuera de su control?					
12. En el último mes, ¿cuántas veces pensó en las cosas que le quedaban por hacer?					
13. En el último mes, ¿cuántas veces fue capaz de controlar la manera en que invertía (ocupaba) su tiempo?					
14. En el último mes, ¿cuántas veces sintió que se amontonaban tanto los problemas y que no había manera de poder solucionarlos?					

**Puntaje:** \_\_\_\_\_

**Resultado:** \_\_\_\_\_



# FUNDENTE, COPELAS Y CRISOLES S.A.C.

FABRICACION DE PRODUCTOS DE INSUMOS PARA LABORATORIOS DEL SECTOR MINERO

*"Año de la lucha contra la corrupción y la Impunidad"*

## CONSTANCIA

Por medio de la presente, **FUNDENTE COPELAS Y CRISOLES S.A.C.**, identificado con RUC N° 20502560221, con domicilio para los efectos en Avenida San Miguel Mz. C2, Lt. 1E, Zapallal, Distrito de Puente Piedra, Provincia y Departamento de Lima, República del Perú, debidamente representada por su Gerente General, el señor **JALMER VICTOR HUAMAN ERAZO**, de nacionalidad peruano, identificado con Documento Nacional de Identidad N° 09399360, según poderes inscritos junto con la sociedad en la Partida N° 11298055 del Registro de Personas Jurídicas de la Oficina Registral de Lima, **DEJAMOS CONSTANCIA QUE:**

La señorita **JANDERY MIRELLY HERNANDEZ LOPEZ**, identificada con DNI N° 47024573, de la escuela Profesional de Psicología de la Universidad Peruana de Los Andes, ha realizado en nuestra empresa la recolección de datos para su proyecto de investigación titulado: "BIENESTAR PSICOLOGICO Y ESTRÉS PERCIBIDO EN LOS TRABAJADORES DE LA EMPRESA FUNDENTE COPELAS Y CRISOLES SAC – LIMA 2019"; realizándose en los días 25, 26 y 27 del presente mes.

Se emite la siguiente constancia a solicitud de la bachiller para los fines pertinentes.

Lima, 30 de Setiembre de 2019.

FUNCCRI SAC  
FUNDENTE COPELAS Y CRISOLES

JALMER HUAMAN ERAZO  
GERENTE GENERAL  
DNI 09399360

**JALMER VICTOR HUAMAN ERAZO**  
**GERENTE GENERAL**  
**FUNDENTE COPELAS Y CRISOLES S.A.C.**

AV. SAN MIGUEL MZA. C2 LOTE 1E ZAPALLAL - PUENTE PIEDRA - LIMA – LIMA

Teléfonos: Ventas: 550-6045 Administración: 279-4331 Logística: 520-4024

[www.funccri.com.pe](http://www.funccri.com.pe) \*[contabilidad@funccri.com.pe](mailto:contabilidad@funccri.com.pe) [administracion@funccri.com.pe](mailto:administracion@funccri.com.pe) [recursoshumanos@funccri.com.pe](mailto:recursoshumanos@funccri.com.pe)



## Anexo 5. La data de procesamiento de datos

ID	AREA	SEXO	BP_Con.Acp	BP_Vinc.Psic	BP_Autonom	BP_Proyecto	EP_Expres	EP_Contr	BP	EP	BP_nvl	EP_nvl
33	1.00	1.00	9	9	8	12	16	5	38	21	3.00	2.00
23	1.00	1.00	9	9	9	11	18	0	38	18	3.00	1.00
35	1.00	1.00	9	9	9	11	16	2	38	18	3.00	1.00
12	1.00	1.00	9	9	9	10	14	3	37	17	3.00	1.00
19	1.00	1.00	9	9	9	10	17	0	37	17	3.00	1.00
26	1.00	1.00	9	9	7	12	16	1	37	17	3.00	1.00
16	1.00	1.00	9	9	7	12	16	1	37	17	3.00	1.00
8	1.00	1.00	9	9	8	12	17	0	38	17	3.00	1.00
9	1.00	1.00	9	9	9	11	13	4	38	17	3.00	1.00
7	1.00	1.00	9	9	9	11	16	1	38	17	3.00	1.00
2	1.00	1.00	9	9	8	11	16	0	37	16	3.00	1.00
44	1.00	1.00	9	9	8	11	12	1	37	13	3.00	1.00
53	1.00	2.00	8	9	9	11	16	2	37	18	3.00	1.00
18	1.00	2.00	9	9	9	10	17	1	37	18	3.00	1.00
3	1.00	2.00	9	9	9	10	9	9	37	18	3.00	1.00
46	1.00	2.00	9	9	8	12	15	3	38	18	3.00	1.00
28	1.00	2.00	9	9	9	12	14	4	39	18	3.00	1.00
39	1.00	2.00	9	8	9	11	16	1	37	17	3.00	1.00
38	1.00	2.00	8	9	9	11	13	2	37	15	3.00	1.00
27	1.00	2.00	9	9	9	10	15	0	37	15	3.00	1.00
32	1.00	2.00	9	9	8	11	14	0	37	14	3.00	1.00
24	2.00	1.00	6	6	7	9	26	14	28	40	1.00	4.00
42	2.00	1.00	6	6	7	9	24	15	28	39	1.00	4.00
15	2.00	1.00	6	6	7	9	17	22	28	39	1.00	4.00
55	2.00	1.00	6	6	5	6	21	17	23	38	1.00	3.00
59	2.00	1.00	8	8	9	10	12	14	35	26	2.00	2.00
60	2.00	1.00	9	9	7	12	24	1	37	25	3.00	2.00
40	2.00	1.00	7	7	8	12	16	7	34	23	2.00	2.00
1	2.00	1.00	9	7	8	10	16	7	34	23	2.00	2.00
10	2.00	1.00	9	9	8	8	15	7	34	22	2.00	2.00
11	2.00	1.00	9	7	8	11	20	0	35	20	2.00	2.00
4	2.00	1.00	9	7	9	12	16	2	37	18	3.00	1.00
6	2.00	1.00	9	7	9	12	14	4	37	18	3.00	1.00
14	2.00	1.00	7	9	9	12	17	1	37	18	3.00	1.00
34	2.00	2.00	6	6	7	10	22	24	29	46	1.00	4.00
21	2.00	2.00	4	6	7	7	16	28	24	44	1.00	4.00

56	2.00	2.00	8	7	9	10	17	19	34	36	2.00	3.00
13	2.00	2.00	9	8	5	6	16	19	28	35	1.00	3.00
37	2.00	2.00	7	8	9	10	17	18	34	35	2.00	3.00
43	2.00	2.00	9	8	8	10	19	14	35	33	2.00	3.00
58	2.00	2.00	9	6	7	12	11	21	34	32	2.00	3.00
36	2.00	2.00	9	8	8	10	14	16	35	30	2.00	3.00
25	2.00	2.00	8	6	8	12	15	14	34	29	2.00	3.00
29	2.00	2.00	7	8	9	10	12	17	34	29	2.00	3.00
47	2.00	2.00	8	7	8	11	14	14	34	28	2.00	2.00
48	2.00	2.00	9	5	8	12	18	10	34	28	2.00	2.00
52	2.00	2.00	6	7	9	12	14	14	34	28	2.00	2.00
50	2.00	2.00	8	9	9	8	14	14	34	28	2.00	2.00
54	2.00	2.00	8	7	8	11	14	14	34	28	2.00	2.00
20	2.00	2.00	9	7	8	10	15	13	34	28	2.00	2.00
22	2.00	2.00	8	8	9	9	16	12	34	28	2.00	2.00
57	2.00	2.00	8	7	9	10	14	14	34	28	2.00	2.00
32	2.00	2.00	6	8	9	11	11	17	34	28	2.00	2.00
45	2.00	2.00	8	8	8	10	14	14	34	28	2.00	2.00
61	2.00	2.00	9	9	9	10	14	14	37	28	3.00	2.00
5	2.00	2.00	9	9	7	9	21	6	34	27	2.00	2.00
30	2.00	2.00	7	8	9	10	14	13	34	27	2.00	2.00
42	2.00	2.00	8	7	8	11	20	6	34	26	2.00	2.00
17	2.00	2.00	9	8	8	10	14	12	35	26	2.00	2.00
49	2.00	2.00	9	9	7	12	19	5	37	24	3.00	2.00
51	2.00	2.00	9	9	8	11	20	1	37	21	3.00	2.00

## Anexo 6. Consentimiento informado y constancia de su aplicación

### CONSENTIMIENTO INFORMADO

El propósito de esta ficha de consentimiento es proveer a los participantes en esta investigación con una clara explicación de la naturaleza de la misma, así como de su rol en ella como participantes.

La presente investigación titulada: “*Bienestar Psicológico y Estrés Percibido en los trabajadores de la Empresa Fundente Copelas y Crisoles S.A.C. – Lima, 2019*”, es conducida por Jandery Mirelly Hernández López, bachiller de la escuela profesional de Psicología de la Universidad Peruana Los Andes.

La participación de este estudio es voluntaria y la información que se recoja será estrictamente confidencial. Si usted accede a participar de esta investigación, se le pedirá responder los instrumentos psicológicos: *La Escala de Bienestar Psicológico para Adultos (BIEPS – A)* y *la Escala de Estrés Percibido (EEP PSS-14)*.

De aceptar participar en la investigación, afirmo haber informado de todos los procedimientos de la investigación. En caso tenga alguna duda puede hacer preguntas en cualquier momento durante su participación en él.

Desde ya le agradezco su participación.

---

Yo,.....  
con DNI N°:....., acepto participar en la investigación titulada:  
“*Bienestar Psicológico y Estrés Percibido en los trabajadores de la Empresa Fundente Copelas y Crisoles S.A.C. – Lima, 2019*”, conducida por la Bachiller Jandery Mirelly Hernández López.

Día: ...../...../.....



## CONSENTIMIENTO INFORMADO

El propósito de esta ficha de consentimiento es proveer a los participantes en esta investigación con una clara explicación de la naturaleza de la misma, así como de su rol en ella como participantes.

La presente investigación titulada: “*Bienestar Psicológico y Estrés Percibido en los trabajadores de la Empresa Fundente Copelas y Crisoles S.A.C. – Lima, 2019*”, es conducida por Jandery Mirelly Hernández López, bachiller de la escuela profesional de Psicología de la Universidad Peruana Los Andes.

La participación de este estudio es voluntaria y la información que se recoja será estrictamente confidencial. Si usted accede a participar de esta investigación, se le pedirá responder los instrumentos psicológicos: *La Escala de Bienestar Psicológico para Adultos (BIEPS – A)* y *la Escala de Estrés Percibido (EEP PSS-14)*.

De aceptar participar en la investigación, afirmo haber informado de todos los procedimientos de la investigación. En caso tenga alguna duda puede hacer preguntas en cualquier momento durante su participación en él.

Desde ya le agradezco su participación.

---

Yo, Rosa Santos Mejeda  
con DNI N°: 10516660, acepto participar en la investigación titulada:  
“*Bienestar Psicológico y Estrés Percibido en los trabajadores de la Empresa Fundente Copelas y Crisoles S.A.C. – Lima, 2019*”, conducida por la Bachiller Jandery Mirelly Hernández López.

Día: 25, 09, 2019

Rosa

---



## CONSENTIMIENTO INFORMADO

El propósito de esta ficha de consentimiento es proveer a los participantes en esta investigación con una clara explicación de la naturaleza de la misma, así como de su rol en ella como participantes.

La presente investigación titulada: “*Bienestar Psicológico y Estrés Percibido en los trabajadores de la Empresa Fundente Copelas y Crisoles S.A.C. – Lima, 2019*”, es conducida por Jandery Mirelly Hernández López, bachiller de la escuela profesional de Psicología de la Universidad Peruana Los Andes.

La participación de este estudio es voluntaria y la información que se recoja será estrictamente confidencial. Si usted accede a participar de esta investigación, se le pedirá responder los instrumentos psicológicos: *La Escala de Bienestar Psicológico para Adultos (BIEPS – A)* y *la Escala de Estrés Percibido (EEP PSS-14)*.

De aceptar participar en la investigación, afirmo haber informado de todos los procedimientos de la investigación. En caso tenga alguna duda puede hacer preguntas en cualquier momento durante su participación en él.

Desde ya le agradezco su participación.

---

Yo, Giancarlo Ramirez Cáceres  
con DNI N°: 71271525, acepto participar en la investigación titulada:  
“*Bienestar Psicológico y Estrés Percibido en los trabajadores de la Empresa Fundente Copelas y Crisoles S.A.C. – Lima, 2019*”, conducida por la Bachiller Jandery Mirelly Hernández López.

Día: 25/09 / 2019

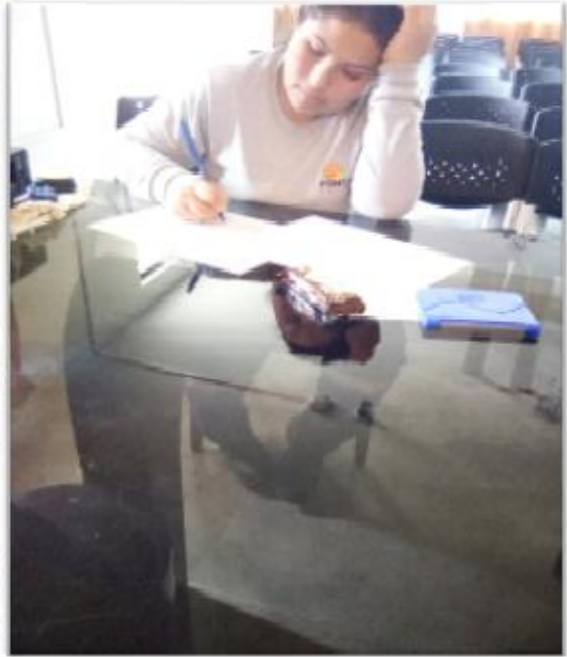
Giancarlo Ramirez Cáceres



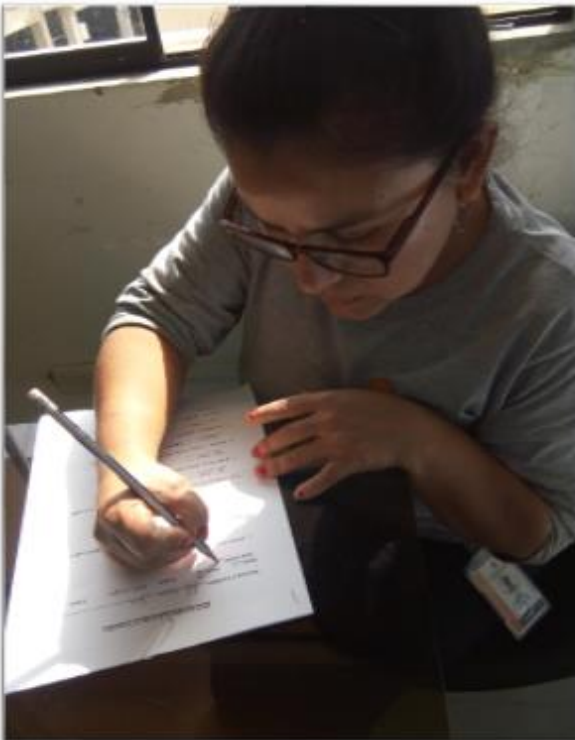
## Anexo 7. Fotos de la aplicación del instrumento



**Evidencia 1:** Explicación y desarrollo de los instrumentos de manera individual.

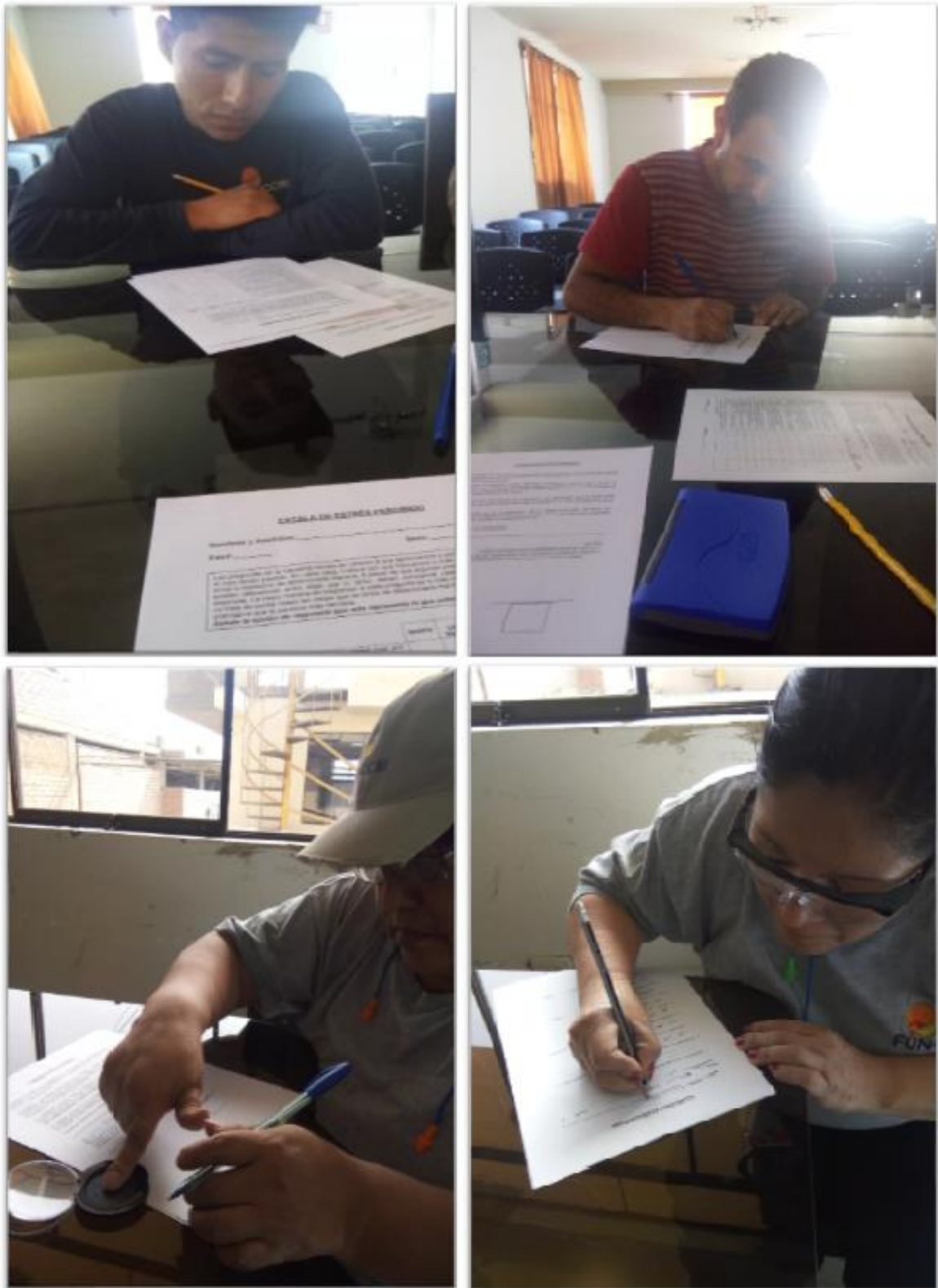


**Evidencia 2:** Los trabajadores desarrollando de manera voluntaria los instrumentos aplicados (Escala de bienestar psicológico para Adultos y Escala de estrés percibido).



**Evidencia 3:** Los trabajadores desarrollando de manera voluntaria los instrumentos aplicados (Escala de bienestar psicológico para Adultos y Escala de estrés percibido).





**Evidencia 4:** Los trabajadores firmando el Consentimiento informado.

## Anexo 9. Declaración de confidencialidad




**UNIVERSIDAD PERUANA LOS ANDES**  
**FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD**  
**DIRECCIÓN DE LA UNIDAD DE INVESTIGACIÓN**

### DECLARACIÓN DE CONFIDENCIALIDAD

Yo, JANDERY MIRELLY HERNÁNDEZ LÓPEZ, identificado (a) con DNI N° 47024573; egresada la escuela profesional de Psicología, habiendo implementado el proyecto de investigación titulado: “BIENESTAR PSICOLÓGICO Y ESTRÉS PERCIBIDO EN LOS TRABAJADORES DE LA EMPRESA FUNDENTE COPELAS Y CRISOLES S.A.C. – LIMA, 2019”, en ese contexto declaro bajo juramento que los datos que se generen como producto de la investigación, así como la identidad de los participantes serán preservados y serán usados únicamente con fines de investigación de acuerdo a lo especificado en los artículos 27 y 28 del Reglamento General de Investigación y en los artículos 4 y 5 del Código de Ética para la investigación Científica de la Universidad Peruana Los Andes, salvo con autorización expresa y documentada de alguno de ellos.

Lima, 13 de julio del 2020.



  
\_\_\_\_\_  
Jandery Mirelly Hernández López.  
Responsable de investigación