



# UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DE ICA

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

TESIS

**“RESILIENCIA Y ANSIEDAD EN PACIENTES ADULTOS POST COVID-19 DE LA MICRO RED SAYÁN 2021”**

LÍNEA DE INVESTIGACIÓN

**Calidad de vida, resiliencia y bienestar psicológico**

Presentado por:

**Rosario Milagritos Bravo Deza**

Tesis desarrollada para optar el Título Profesional de  
Licenciada en Psicología

Docente asesor:

Dr. Giorgio Alexander Aquije Cárdenas

Código Orcid N° N°0000-0002-9450-671X

Chincha, Ica, 2022

**Asesor**

DR. GIORGIO ALEXANDER AQUIJE CÁRDENAS

**Miembros del jurado**

- Dr. Edmundo González Zavaleta
- Dr. Jorge Campos Martínez
- Dr. Fernando Tam Wom

## **DEDICATORIA**

A Dios por haberme dado muchas oportunidades de crecimiento en mi vida y la posibilidad de desarrollarme profesionalmente.

A mi padre y a mi familia por su cercanía y por creer en mis potencialidades.

A mi madre y a p. Vittorio que fueron ejemplo de dedicación y que me transmitieron valores importantes.

A Lucía por su apoyo incondicional.

## **AGRADECIMIENTOS**

A la Micro Red Sayán por permitirme desarrollar la presente investigación.

Al Dr. Giorgio Aquije Cárdenas por su asesoramiento, su profesionalidad y su competencia.

## RESUMEN

**Objetivo:** es determinar la relación que existe entre la resiliencia y la ansiedad en pacientes adultos post Covid-19 de la Micro Red Sayán 2021.

**Material y método:** el enfoque que orienta este estudio es cuantitativo de tipo prospectivo, el diseño es no experimental y tiene un alcance descriptivo correlacional. La población está compuesta por 119 pacientes adultos post Covid-19 de la Micro Red Sayán y se seleccionó una muestra de 91 participantes. Los instrumentos utilizados fueron la Escala de Resiliencia de Wagnild y Young (1993) y la Escala de Ansiedad de Hamilton.

**Resultados:** la investigación llegó a la conclusión de que no existe relación significativa entre las variables resiliencia y ansiedad ( $p=0.356$ ).

**Palabras claves:** Resiliencia, Ansiedad, Pacientes post Covid-19.

## ABSTRACT

**Objective:** to determine the relationship between resilience and anxiety in post-Covid-19 adult patients from the Micro Red Sayán 2021.

**Material and method:** the approach that guides this study is quantitative and prospective, the design is non-experimental and has a descriptive correlational scope. The population is made up of 119 post-Covid-19 adult patients from the Micro Red Sayán and a sample of 91 participants was selected. The instruments used were the Wagnild and Young Resilience Scale (1993) and the Hamilton Anxiety Scale.

**Results:** the research concluded that there is no significant relationship between the resilience and anxiety variables ( $p=0.356$ ).

**Keywords:** Resilience, Anxiety, post-Covid-19 adult patients.

## ÍNDICE GENERAL

Dedicatoria.....	iii
Agradecimientos .....	iv
Resumen .....	v
Abstract.....	vi
Índice general .....	vii
Índice de tablas .....	ix
Índice de figuras .....	x
I. INTRODUCCIÓN .....	11
II. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA.....	13
2.1. Descripción del problema.....	13
2.2. Pregunta de investigación general.....	15
2.3. Preguntas de investigación específicas .....	15
2.4. Justificación e importancia .....	15
2.5. Objetivo general.....	17
2.6. Objetivo específico.....	17
2.7. Alcances y limitaciones.....	18
III. MARCO TEÓRICO.....	19
3.1. Antecedentes.....	19
3.2. Bases teóricas .....	26
3.3. Marco Conceptual.....	35
IV. METODOLOGÍA.....	37
4.1. Tipo y nivel de investigación .....	37
4.2. Diseño de investigación.....	37
4.3. Población - Muestra .....	38
4.4. Hipótesis general y específicas .....	39
4.5. Variables.....	39
4.6. Operacionalización de Variables .....	41
4.7. Recolección de datos.....	43
V. RESULTADOS .....	45
5.1. Presentación de Resultados (análisis descriptivo).....	45
5.2. Interpretación de los resultados .....	55

VI. RESULTADOS .....	57
6.1. Análisis de los resultados (análisis inferencial) .....	57
6.1. Comparación de los resultados con el marco teórico .....	62
CONCLUSIONES .....	64
RECOMENDACIONES.....	65
REFERENCIAS BBLIOGRÁFICAS.....	66
ANEXOS.....	71
Anexo 1: Matriz de consistencia .....	72
Anexo 2: Instrumentos de recolección de datos y Ficha de Validación de Juicio de Expertos.....	74
Anexo 3: Consentimiento informado .....	84
Anexo 4: Base de datos.....	85
Anexo 5: Carta de presentación.....	86
Anexo 6: Evidencias de recolección de datos.....	87
Anexo 7: Informe turnitin al 17% de similitud .....	88



## ÍNDICE DE TABLAS

<i>Tabla 1. Estadígrafos de tendencia central de la variable 1: Resiliencia</i> .	45
Tabla 2. Estadígrafos de tendencia central de la variable 2. Ansiedad....	45
Tabla 3. Resultado de la variable 1: Resiliencia .....	46
Tabla 4. Resultados de la variable 2: Ansiedad.....	47
Tabla 5. Resultados de la dimensión ecuanimidad de la resiliencia en pacientes adultos post Covid-19 de la Micro Red Sayán 2021 .....	48
Tabla 6. Resultados de la dimensión satisfacción personal de la resiliencia en pacientes adultos post Covid-19 de la Micro Red Sayán 2021 .....	49
Tabla 7. Resultados de la dimensión confianza en sí mismo de la resiliencia en pacientes adultos post Covid-19 de la Micro Red Sayán 2021 .....	50
Tabla 8. Resultados de la dimensión sentirse bien solo de la resiliencia en pacientes adultos post Covid-19 de la Micro Red Sayán 2021 .....	51
Tabla 9. Resultados de la dimensión perseverancia de la resiliencia en pacientes adultos post Covid-19 de la Micro Red Sayán 2021 .....	52
Tabla 10. Resultados de la dimensión psíquica de la ansiedad en pacientes adultos post Covid-19 de la Micro Red Sayán 2021 .....	53
Tabla 11. Resultados de la dimensión somática de la ansiedad en pacientes adultos post Covid-19 de la Micro Red Sayán 2021 .....	54
Tabla 12. <i>Resultado de la prueba de normalidad</i> .....	57
Tabla 13. Contrastación de la hipótesis general .....	58
Tabla 14. Contrastación de las hipótesis específicas .....	59
Tabla 15. Hipótesis específica 2 .....	60
Tabla 16. Hipótesis específica 3 .....	61

## ÍNDICE DE FIGURAS

Figura 1. Resultado de la variable 1: Resiliencia .....	46
Figura 2. Resultados de la variable 2: Ansiedad.....	47
Figura 3. Resultados de la dimensión ecuanimidad de la resiliencia en pacientes adultos post Covid-19 de la Micro Red Sayán 2021 .....	48
Figura 4. Resultados de la dimensión satisfacción personal de la resiliencia en pacientes adultos postCovid-19 de la Micro Red Sayán 2021 .....	49
Figura 5. Resultados de la dimensión confianza en sí mismo de la resiliencia en pacientes adultos post Covid-19 de la Micro Red Sayán 2021 .....	50
Figura 6 Resultados de la dimensión sentirse bien solo de la resiliencia en pacientes adultos post Covid-19 de la Micro Red Sayán 2021 .....	51
Figura 7 Resultados de la dimensión perseverancia de la resiliencia en pacientes adultos post Covid-19 de la Micro Red Sayán 2021 .....	52
Figura 8 Resultados de la dimensión psíquica de la ansiedad en pacientes adultos post Covid-19 de la Micro Red Sayán 2021 .....	53
Figura 9. Resultados de la dimensión somática de la ansiedad en pacientes adultos post Covid-19 de la Micro Red Sayán 2021 .....	54

## I. INTRODUCCIÓN

No cabe duda de que a partir de marzo del 2020 cada persona ha tenido que convivir con una realidad que anteriormente no se podía imaginar. ¿Quién habría pensado estar en confinamiento y en cuarentena por varios meses? ¿Quién podía imaginar tener que estar distanciados de los seres queridos, los amigos, las personas que comúnmente se encontraba?

¿Cómo vivir la vida cotidiana manteniendo viva la calidad de las relaciones interpersonales? ¿Qué hacer para que la nueva realidad que ha “sorprendido” el mundo no quite la serenidad, la esperanza, la paz? Estas y muchas otras preguntas han acompañado este período.

Frente a una nueva situación que pone en riesgo la vida, la salud, el bienestar, pueden surgir miedo, temor, incertidumbre. El sufrimiento, y en ciertos casos la muerte, de seres queridos, amigos, personas conocidas, causa gran dolor y tristeza. Las personas que pasaron por la enfermedad, que estuvieron contagiadas, tuvieron que vivir su situación de sufrimiento en una forma aislada, preguntándose si su salud podía realmente mejorar, ya que muchos no lo lograron.

La pandemia causada por la Covid-19, afectó diversos países del mundo y en marzo de 2020 se hizo presente en el Perú; los primeros casos se dieron a conocer en Lima y se extendió poco a poco a otras zonas del país.

También el distrito de Sayán no fue ajeno a las problemáticas presentadas por la pandemia.

Frente a esta situación surge la pregunta si una persona que ha sido positiva al Covid-19 puede tener una mirada positiva y esperanzadora frente a la vida o si se dejará guiar por el desánimo, la ansiedad, estados depresivos.

Ante todo esto se puede comprender la importancia de conocer lo que significa “resiliencia” y “ansiedad” y cómo han estado presentes en personas afectadas por la Covid-19, para saber cómo han vivido y

reaccionado luego de haber vencido la enfermedad. Por este motivo la presente investigación intentará determinar la relación que existe entre la resiliencia y la ansiedad en pacientes adultos post Covid-19 de la Micro Red Sayán 2021. Para tal fin se llevará a cabo un estudio de enfoque cuantitativo tipo descriptivo-correlacional, utilizando un diseño transversal-correlacional no experimental.

## II. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

### 2.1. Descripción del problema

La resiliencia ayuda a enfrentar situaciones difíciles, adversas, lleva a descubrir habilidades que tal vez anteriormente eran desconocidas. Una actitud resiliente permite adaptarse positivamente a acontecimientos y realidades dificultosas, traumáticas; es una capacidad que se puede construir desde la infancia y que madura con el transcurso del tiempo para que sepamos salir fortalecidos de situaciones dolorosas. En este sentido, es importante recalcar el rol de la familia, de los padres, de los que viven en el ambiente familiar, ya que pueden ayudar al niño a crecer con esta importante actitud que le permite enfrentar constructivamente los eventos de la vida.

Cuando una persona carece de resiliencia es fácil que viva las situaciones con pesimismo, desconfianza, pasividad, desánimo y todo esto influye en cada dimensión de la vida, como por ejemplo en las relaciones interpersonales. Por el contrario, una persona resiliente logra ver las dificultades como desafíos, descubre nuevas potencialidades y nuevos recursos.

La resiliencia se considera como “la capacidad de adaptación de un ser vivo frente a un agente perturbador o un estado o situación adversos”. Real Academia Española, (2020)

La pandemia causada por la Covid-19 ha sido un fenómeno mundial que ha creado incertidumbre, dolor y sufrimiento. Los gobiernos de varios países han tenido que buscar respuestas eficaces que han puesto a prueba sistemas importantes en una sociedad, como por ejemplo el sistema de salud y el sistema económico.

Guterres (2021) Secretario General de las Naciones Unidas, el 11 de marzo de 2021, con motivo del lanzamiento de la campaña “Solo juntos”, afirmaba que el virus había matado a más de 2,5 millones de personas.

Hablar de la pandemia lleva también a hablar de salud mental. Un estudio llevado a cabo en el 2020 por la Revista Científica “Villa Clara” de Cuba subraya el hecho que la COVID-19 repercute negativamente sobre la salud mental de las personas de la población en general, y en particular, sobre los grupos poblacionales más vulnerables. El distanciamiento social, el aislamiento y la incertidumbre acerca de la enfermedad pueden agravar la salud mental de la población. (Hernández, 2020)

Hay que tomar en cuenta que en aquel entonces el sistema de vacunación no se había desarrollado como hoy en día.

La pandemia causada por la Covid-19 ha sido un fenómeno que ha tocado significativa y dramáticamente también el Perú. Huanca-Arohuanca y Núñez Cusacani, (2020) en un artículo de la Revista científica de la facultad de humanidades de la Universidad Católica Santo Toribio de Mogrovejo – Chiclayo, afirman que al final de año 2020 “el Perú es el país con la mayor cantidad de contagiados y fallecidos después de Brasil”.

En esta situación de sufrimiento, el Ministerio de Salud Perú, (2020) realizó un Plan de salud mental Perú, 2020 - 2021 (En el contexto covid-19); dicho Plan tiene la finalidad de promover el bienestar de la población del Perú a través del cuidado de la salud mental en el contexto de la COVID-19. Se considera entonces importante el bienestar psicológico de las personas que han tenido que enfrentar situaciones y realidades inesperadas, dolorosas; por consiguiente, es significativo el trabajo de acompañamiento psicológico por parte de los profesionales de la salud.

En la provincia de Huaura, en mayo de 2020, se dio inicio a un nuevo servicio de salud mental brindado por el Hospital Regional de Huacho, un servicio de atención psicológica vía telefónica. Esta iniciativa intenta desarrollar acciones de educación e intervención en el campo de la salud mental de la población y, al mismo tiempo, reforzar las conductas preventivas enfocadas a reducir los riesgos de propagación del Covid-19. (Gobierno Regional de Lima, 2020)

Considerando que muchas personas del Distrito de Sayán fueron contagiadas, que varias se enfermaron gravemente y tuvieron que enfrentar

momentos muy difíciles, también la Micro Red Sayán impulsó intervenciones de acompañamiento psicológico.

¿Cómo estas personas vivieron emocionalmente tal realidad? ¿El sufrimiento físico llevó también a un sufrimiento mental? Indudablemente fue significativo el trabajo de los psicólogos que acompañaron a las personas positivas de la Covid-19, haciéndoles seguimiento durante su periodo de enfermedad.

Otras preguntas importantes surgen frente a esta problemática: ¿Qué rastros ha dejado la enfermedad en los pacientes post Covid-19 desde un punto de vista psicológico? ¿Cómo están viviendo emocionalmente? ¿Han sido y son personas resilientes o personas ansiosas, pesimistas? Se comprende lo significativo que es investigar sobre la realidad de la resiliencia y de la ansiedad en personas que han vivido las situaciones antes mencionadas, con el fin de promover y cuidar su bienestar.

## **2.2. Pregunta de investigación general**

¿Qué relación existe entre la resiliencia y la ansiedad en pacientes adultos post Covid-19 de la Micro Red Sayán, 2021?

## **2.3. Preguntas de investigación específicas**

¿Existe relación entre ecuanimidad y ansiedad en los pacientes adultos post Covid-19 de la Micro Red Sayán?

¿Existe relación entre confianza en sí mismo y ansiedad en los pacientes adultos post Covid-19 de la Micro Red Sayán?

¿Existe relación entre perseverancia y ansiedad en los pacientes adultos post Covid-19 de la Micro Red Sayán?

## **2.4. Justificación e importancia**

### **Justificación teórica**

En un contexto de pandemia varias dimensiones de la vida diaria asumen diversos matices y cambian; con la llegada de la Covid-19 al Perú se ha tenido que modificar estilos de vida y costumbres, como por ejemplo el

distanciamiento físico, el cuidado sobre la limpieza. Como se ha dicho anteriormente, la pandemia ha creado situaciones de sufrimiento, de incertidumbre, de tristeza, por la enfermedad y la muerte de muchas personas. Frente a eventos de este tipo no solo se pone en peligro el bienestar físico, sino también el bienestar psicológico; pueden presentarse ansiedad, preocupación, depresión, o por el contrario las personas descubren en sí mismas potencialidades que las empujan a seguir adelante con valentía. La presente investigación se realiza para conocer cuál es la relación entre resiliencia y ansiedad en personas adultas que tuvieron la Covid-19. El estudio proporcionará datos significativos que llevarán a enriquecer la reflexión y el conocimiento acerca de los enfoques teóricos existentes.

### **Justificación práctica**

En este contexto es de gran importancia el trabajo que realizan los psicólogos de la Micro Red Sayán, ya que acompañan a las personas que han sido tocadas directamente por la Covid-19. Dicho trabajo se realiza por medio de llamadas telefónicas, considerando la presente coyuntura.

Es de gran utilidad analizar también cómo están viviendo los pacientes post Covid-19, es decir los que superaron la enfermedad, para conocer su estado mental, las secuelas que dejó en ellos la Covid-19. ¿Son personas resilientes, capaces de enfrentar positivamente los eventos de la vida o personas prevalentemente ansiosas, con una mirada pesimista hacia la vida? ¿La Covid-19 fue para ellos una oportunidad para reforzar la capacidad de resiliencia y vivir el presente como un nuevo desafío? Se intentará responder a estas preguntas en el trabajo de investigación que generará datos de la realidad del Centro de Salud Sayán y que servirán al personal de salud para futuras acciones de intervención psicológica. Dicho trabajo por parte de los psicólogos ciertamente ayudará a los pacientes en su bienestar psicológico tan importante no solo en el momento de la enfermedad, sino también en la fase post enfermedad.



## **Justificación metodológica**

Esta investigación se llevará a cabo de acuerdo con la metodología estructurada presente en los lineamientos de la Universidad Autónoma de Ica. Dicho estudio será antecedente para futuras investigaciones acerca de la temática abordada.

## **Importancia**

La investigación ayudará a conocer la relación entre resiliencia y ansiedad, a valorar los instrumentos que ayudan a fortalecer y alimentar la capacidad misma de resiliencia. Profundizar el tema de la ansiedad y de la resiliencia contribuye a hacer más eficiente el trabajo de los psicólogos y, consecuentemente, aporta beneficio a la salud mental de las personas.

### **2.5. Objetivo general**

Determinar la relación que existe entre la resiliencia y la ansiedad en pacientes adultos post Covid-19 de la Micro Red Sayán 2021.

### **2.6. Objetivo específico**

Determinar la relación entre ecuanimidad y ansiedad en los pacientes adultos post Covid-19 de la Micro Red Sayán.

Determinar la relación entre confianza en sí mismo y ansiedad en los pacientes adultos post Covid-19 de la Micro Red Sayán.

Determinar la relación entre perseverancia y ansiedad en los pacientes adultos post Covid-19 de la Micro Red Sayán.

## **2.7. Alcances y limitaciones**

### **Alcances**

El estudio involucra a los pacientes adultos post Covid-19, hombres y mujeres, que fueron atendidos en la Micro Red Sayán.

### **Limitaciones**

El estudio no está dirigido a los pacientes menores de edad que fueron atendidos en la Micro Red Sayán.

### III. MARCO TEÓRICO

#### 3.1. Antecedentes

##### 3.1.1. Internacionales

Tirino y Giniebra (2020) realizaron la investigación Resiliencia y ansiedad en personas con covid-19 en Manta, Manabí, Ecuador, para determinar los niveles de ansiedad y resiliencia, así como también la relación entre estas categorías en personas diagnosticadas con el virus. El estudio es acerca de la relación existente entre el nivel de resiliencia y la ansiedad. Por lo que se refiere a la población se consideró a un grupo de habitantes de Manta, diagnosticados con COVID-19 durante la pandemia de 2020, en los meses de junio y julio. Se utilizó la técnica de la entrevista abierta para comprobar los niveles de expresión de las variables estudiadas y se aplicaron las Pruebas de Ansiedad de Hamilton y de Resiliencia SV-RES. Se concluye que existe una relación entre estas variables. Los resultados obtenidos de esta investigación muestran que las personas conservan una tendencia alta de resiliencia, mientras que la ansiedad se expresa en niveles bajos. Con respecto a la relación entre las variables, se considera que la capacidad de resiliencia encontrada permite un mejor control de la ansiedad.

A su vez Pérez, Dorado, Rodríguez y López (2020) realizaron la investigación Resiliencia para la promoción de la salud en la crisis Covid-19 en España, cuyo objetivo es estudiar en qué medida factores sanitarios, sociales y psicológicos se relacionan con resiliencia en los españoles durante la pandemia. El estudio realizado fue cuantitativo y cross sectional, el cuestionario creado ad hoc de 43 preguntas cerradas en formato online, se aplicó a una muestra de 3.436 personas residentes españoles durante el segundo aplazamiento del Estado de Alarma. La metodología se ajustó

a un modelo lineal mixto con intersección aleatoria, estimado bajo un enfoque bayesiano.

Como resultado se evidencian asociaciones positivas entre resiliencia y la sintomatología de COVID-19 (primordialmente en hombres), así como también haber sufrido pérdidas humanas en su entorno. Asimismo, entre resiliencia y enfermedad previa diagnosticada se obtienen relaciones negativas, de la misma manera al experimentar malestar emocional y estar desempleado a consecuencia de la actual pandemia, siendo este último efecto relevante sobre todo entre los varones. La resiliencia en el factor género no tuvo influencia, excepto en los casos señalados. La investigación concluye que identificar factores de riesgo sanitarios, sociales y psicológicos que influyen en la vulnerabilidad poblacional deben ser considerados en la planificación de políticas para enfrentar la crisis actual.

De igual manera González, Monteagudo, Martínez, Morales y Prado (2020) llevaron a cabo la investigación Impacto psicológico de la COVID – 19 en pacientes convalecientes de la enfermedad, que tuvo como objetivo determinar el impacto psicológico de la COVID- 19 en pacientes convalecientes de la enfermedad en el municipio Sancti Spíritus. Se realizó una metodología descriptiva cuya muestra fue no probabilística, intencional, conformada por los 7 pacientes positivos a la COVID- 19 del municipio Sancti Spíritus, para tal fin se utilizaron técnicas del nivel teórico, empírico y estadístico. Como resultado se obtuvo que el 71.4% de la muestra correspondió al sexo femenino y prevaleció el grupo etáreo que va desde los 20 y 29 años. A nivel cognitivo resaltó la preocupación por el contagio a un familiar cercano en el 71.4% de los casos; por el contrario, la representación social de la enfermedad correspondió a amenazante para la vida en el 71.4% y se tuvo un predominio de los casos asintomáticos. El 71.4 % de la

muestra resultó ser vulnerable al estrés y se verificaron estados emocionales negativos como por ejemplo miedo, inquietud, tristeza, abatimiento y angustia. El 85.7% de los pacientes presentó un locus de control interno y el 71.4% una capacidad alta de resiliencia. Se concluye que la COVID-19 produjo un impacto psicológico en los pacientes confirmados a la enfermedad, causando estados emocionales negativos, a pesar de que se asuma una actitud responsable y resiliente ante esta patología.

Por su parte Chavarría, Laínez, Ferrufino, Ordoñez y Araujo (2020) realizaron la investigación Impacto en la salud mental ocasionado por la pandemia de la covid-19. Esta investigación se centró en identificar las características que definen los episodios depresivos y las reacciones emocionales que las personas presentaron en este contexto, a fin de describir estas alteraciones que ponen en riesgo la salud mental de la población. Este estudio es de enfoque cualicuantitativo, pues se interpretaron los datos de las personas que participaron, el tipo de muestreo es aleatorio simple. Se aplicó la técnica de la encuesta en la que se utilizó el cuestionario online en Question Pro que consta de 2 sesiones. La muestra estuvo conformada por 1,000 personas de una población de 10.000 habitantes. Los aportes presentados son significativos a nivel de la región oriental de El Salvador, donde se verificó que las personas están presentando alteraciones en su salud mental independientemente de la edad que tengan, el 72% ha presentado desesperanza, característica de los episodios depresivos, el 7% refiere que prefiere morir antes de contagiarse, si bien es cierto es un porcentaje mínimo, se debe intervenir para prevenir el riesgo de suicidio. Con respecto a las reacciones emocionales el 72% presentó preocupación al momento de conocer el primer caso de COVID19 en el país, el

66% miedo, el 54% tristeza, por lo que se considera necesario tomar las medidas oportunas para prevenir riesgos patológicos.

Palma, Hurtubia, Acuña y Gil (2021) llevaron a cabo el estudio Resiliencia familiar en situaciones de confinamiento generadas por el Covid-19 que tuvo como objetivo investigar sobre los grupos familiares funcionales que afrontan situaciones de estrés. El diseño del estudio es no experimental, observacional de tipo exploratorio, con un enfoque mixto; la población está constituida por 388 personas mexicanas y españolas. Con respecto a la capacidad de resiliencia familiar presente en los participantes, los datos presentan altos niveles de resiliencia familiar ( $M= 65.5$ ;  $SD= 9.1$ ) sobre el total posible de la escala utilizada. Al mismo tiempo se examina la resiliencia individual que alcanza valores altos de desarrollo ( $M= 38.9$ ;  $SD= 6.3$ ). Según el análisis la resiliencia del grupo familiar se relaciona de forma directa con la capacidad resiliente individual de sus miembros. En la investigación también se evidencia mayor resiliencia familiar en los que se han encontrado en el aislamiento social con un potencial factor estresor asociado a la falta de espacio exterior. Además, se verifican mayores puntuaciones en las medias tanto de la resiliencia individual como familiar en las personas procedentes de México. Los resultados demuestran una significación sólida entre los niveles de resiliencia individual y familiar, en cambio demuestra que los factores estresores no tienen impacto significativo en los niveles de resiliencia.

### **3.1.2. Nacionales**

Oscanoa, Yachachin y Gamonal (2020) realizaron la investigación Afrontamiento resiliente en adultos con Covid-19 del área de hospitalización del Hospital Luis Negreiros Vega de Essalud, Callao – 2020 cuyo objetivo fue determinar el

afrontamiento resiliente en adultos con COVID -19 del área de hospitalización. La metodología del estudio es de enfoque cuantitativo y el diseño metodológico es un estudio no experimental, descriptivo y de corte transversal. La población estuvo constituida por 100 pacientes adultos con diagnóstico de COVID-19 del área de hospitalización del establecimiento de salud. Para la recolección de datos se utilizó la encuesta como técnica y la escala breve de afrontamiento resiliente (BRCS) que presenta 4 ítems como instrumento. Por lo que se refiere al afrontamiento resiliente se dio como resultado que predominó el nivel medio con 56% (n=56), continuando con el nivel bajo con 24 % (n=24) y por último el alto con 20 % (n=20). Con respecto a la primera pregunta acerca del afrontamiento resiliente predominó la respuesta de ni poco ni mucho con 24 % (n=24), seguido con 23% (n=23) por la respuesta de me describe bastante. Con respecto a la segunda pregunta predominó la respuesta me describe poco con 26 % (n=26), con respecto a la tercera pregunta acerca del afrontamiento resiliente predominó la respuesta me describe poco con 27 % (n=27) y por último en la cuarta pregunta, siempre relativo al afrontamiento resiliente, predominó la respuesta me describe poco con 25 % (n=25). Se concluye que cuanto al afrontamiento resiliente predomina el nivel medio.

De igual manera Quispe y Delgado (2021) realizaron la investigación Funcionamiento familiar y resiliencia en adultos en aislamiento social por la COVID-19 de Lima Metropolitana, 2020 que tiene como objetivo determinar la relación entre las variables funcionamiento familiar y resiliencia en adultos en aislamiento social por el COVID-19 de Lima Metropolitana. La metodología utilizada en la investigación es de diseño no experimental, de corte transversal y de alcance correlacional. Se utilizó la Escala de Evaluación de Cohesión y Adaptabilidad Familiar (FACES III) de Olson, Portner y Lavee (1985) y la

Escala de Resiliencia elaborada por Wagnild y Young (1993) conformada por cinco dimensiones. La muestra estuvo constituida por 456 adultos con edades de 20 a 60 años. Se encontró como resultado que el funcionamiento familiar tiene una relación moderada significativa y directa con la resiliencia ( $p < 0.0001$ ). Por consiguiente, se concluye que un adecuado funcionamiento familiar tendrá como resultado un óptimo nivel de resiliencia en sus integrantes, ya que la familia influye en los individuos que la conforman.

Por otro lado, Pacheco y Zavalaga (2021) llevaron a cabo la investigación Resiliencia y soledad en tiempos de COVID - 19 en adultos mayores del club Paz y Amor, Arequipa 2020, cuyo objetivo es determinar la relación de resiliencia y soledad en tiempos del COVID -19 en adultos mayores Club Paz y Amor. Se desarrolló un estudio descriptivo de diseño correlacional, de corte transversal al que se le aplicó la prueba de chi cuadrado con un nivel de significancia del 5%. Se empleó el método de la encuesta y como técnica el cuestionario. La población estuvo compuesta por 60 pacientes con cáncer, seleccionadas mediante los criterios de inclusión y exclusión. Se obtuvo como resultados que el 61.7% de los adultos mayores presentaron nivel de resiliencia alto en tiempos de COVID, seguido del 30.0% con resiliencia muy alta, el 5.0% en un nivel medio, en cambio solo el 3.3% tiene resiliencia baja. Asimismo, el 96.7% de los adultos mayores presentaron nivel medio de soledad en tiempos de COVID, en cambio solo el 3.3% de adultos mayores presentan alto nivel de soledad. Se concluye que la resiliencia y la soledad en los adultos mayores no presentan relación estadística significativa ( $P > 0.05$ ).

En la investigación Síntomas psicopatológicos de pacientes recuperados por Covid-19 Puno-2020 que llevó a cabo Bustinza (2021) el objetivo fue identificar los síntomas patológicos de dichos pacientes. El tipo de investigación es básica, de nivel



descriptivo simple, mientras que el tipo corresponde al no experimental de corte transversal. La muestra estuvo conformada por 122 pacientes del Hospital II Rafael Ortiz Ravinez Juli, Puno-2020. Se utilizó la encuesta como técnica para la recolección de datos y como instrumento el cuestionario de síntomas SCL 90. En los resultados obtenidos en el cuestionario se puede observar que el 81.97% de los pacientes presentan bajo nivel de síntomas psicopatológicos, a su vez el 18.03% presenta un nivel medio de síntomas psicopatológicos. Se determinó que la mayor parte de pacientes recuperados presentan un nivel bajo de síntomas psicopatológicos, es decir el 81.97 % y que solo el 18.03% presentan un nivel medio de síntomas psicopatológicos.

Briceño (2021) llevó a cabo la investigación Ansiedad por el Covid-19 y Bienestar psicológico en personas adultas del distrito de Ate Vitarte, el objetivo fue determinar la relación entre sus variables ansiedad y bienestar psicológico. La población estuvo constituida por 668 mil 203 habitantes del distrito de Ate, se seleccionó una muestra de 300 participantes. La investigación tiene un enfoque cuantitativo de corte transversal y no experimental, es de diseño descriptivo, correlacional y comparativo. Los instrumentos utilizados fueron el Coronavirus Anxiety Scale (CAS) y Cuestionario de Bienestar Psicológico para adultos BIEPS-A y se usó la encuesta como técnica. Con respecto a los niveles de Ansiedad, se observaron los siguientes resultados: el género femenino (n = 181) se ubicó en un nivel bajo (44,00%), continuado por un nivel medio (14,00%) y finalmente en el nivel alto (2,33%); por lo que se refiere a los varones (n = 119) se estimó que el mayor segmento también se ubicó dentro del nivel bajo (35,33%), seguido del nivel medio (4.33%) y por último ninguno alcanzó un nivel alto. En los niveles del Bienestar Psicológico según género se observó que por el género femenino (n = 181) el mayor segmento se ubicó

en un nivel medio (27,33%), continuado por el nivel bajo (21,67%) y por último el nivel alto (11,33%). En el caso del género masculino (n = 191) se verifica que el mayor segmento se ubicó en el nivel medio (15,67%), seguido por el nivel alto (13,33%) y terminando con el nivel bajo (10,67%) de casos ubicados. Los resultados obtenidos determinaron que no existe correlación entre la ansiedad por el Covid-19 y el bienestar psicológico, en el análisis comparativo se encontró que existe diferencia en la Ansiedad por el Covid-19 según las variables sociodemográficas que incluyen el género, el diagnóstico y el tratamiento contra la sintomatología ansiosa, además del diagnóstico de enfermedad al Covid-19 en amigos, familiares y las horas que pensaron, vieron o escucharon información en el periodo de pandemia. Al mismo tiempo se encontraron diferencias significativas en el Bienestar Psicológico según las variables demográficas de género, diagnóstico y tratamiento contra la sintomatología de la ansiedad.

### **3.2. Bases teóricas**

#### **Resiliencia**

##### **Conceptualización de la Resiliencia**

El estudio de Wolin y Wolin (1993), pone en relieve los primeros pilares de la resiliencia; las características importantes de las personas resilientes son la creatividad, la introspección, la independencia, el humor, la capacidad de relacionarse, la moralidad.

Según Wagnild y Young (1993) la resiliencia es la capacidad de aquellas personas que expresan valentía y adaptabilidad frente a los infortunios de la vida; la resiliencia lleva a mitigar el efecto negativo del estrés y alimenta la adaptación.

Para Grotberg (1995) la resiliencia permite hacer frente a las adversidades de la vida, como también poderlas superar y ser transformados por ellas. El autor considera que la capacidad de resiliencia está relacionada al desarrollo humano y ya en la infancia se puede comenzar con la promoción de resiliencia y salud mental. A este propósito, hay que recordar el modelo que Grotberg creó en torno a tres aspectos: “yo tengo” (apoyo externo), “yo soy” (fuerza interior) y “yo puedo” (capacidades interpersonales y de resolución de conflictos).

Según Kaplan (2002) hay cuatro grupos de definiciones de resiliencia con respecto a los diferentes significados presentes en los múltiples estudios desarrollados: resiliencia como resultado, es decir la capacidad de sobreponerse a pesar de la adversidad; resiliencia que equipara causa y resultados, la resiliencia se considera como una característica de la persona; resiliencia sujeta a la variación de los resultados, las personas resilientes en ciertos aspectos, pero no en otros y, por último, resiliencia dependiente de la variación en los factores de riesgo, donde se subraya la relación entre el grado de riesgo a través de la vida y la adaptación de la persona.

Henderson y Milstein (2003) cuando hablan de resiliencia se refieren a las personas que se sobreponen a las experiencias negativas y en el proceso de superarlas pueden fortalecerse. En este sentido, subrayan la importancia de adquirir competencias, poniendo atención a las potencialidades presentes en la persona.

Para Rodríguez, Zaccarelli y Pérez (2006) la resiliencia es la capacidad de resurgir en situaciones desfavorables, adaptarse y recuperarse para retornar a vivir productivamente, logrando un equilibrio entre los factores de riesgo y los elementos protectores.

Según Cyrulnik, citado por Callabed (2021), ser resilientes significa tener la capacidad de enfrentar las adversidades de la vida, saber transformar el sufrimiento en fuerza motora. El autor subraya una

característica de la persona resiliente con la imagen del arquitecto: ser resiliente significa comprender que uno es el arquitecto de su propio destino y de su propia alegría.

Como se puede apreciar, el concepto de resiliencia asume varios matices a lo largo del tiempo y los autores subrayan diferentes aspectos. Esto lleva a pensar que los diversos estudios han aportado algo significativo al tema de resiliencia, un tema muy actual si se considera también la presente coyuntura.

La resiliencia entonces se puede entender como la capacidad de enfrentar situaciones adversas con positividad y en una forma constructiva; dicha capacidad lleva a valorar los recursos y potencialidades de cada persona. Asimismo, ser resilientes significa tener buena autoestima y fortaleza interior.

### **Dimensiones según la teoría de Wagnild y Young**

Gail M. Wagnild y Heather M. Young (1993) citados por Salgado (2012) construyeron una escala de resiliencia cuyo objetivo es identificar el nivel de resiliencia, considerada como una característica positiva de personalidad que permite la adaptación del individuo. De dicha escala se obtienen las siguientes dimensiones:

#### **A. Ecuanimidad**

Considerada como una perspectiva equilibrada de la propia vida y la capacidad de considerar una serie de experiencias, de “relajarse” y aceptar lo que venga, moderando así reacciones extremas a la adversidad.

#### **B. Satisfacción personal**

Es la comprensión de que la vida tiene un propósito y significado, además de la valoración que se tiene de esta y de las propias contribuciones. Es la sensación de tener algo por lo que vivir.

### **C. Sentirse bien solo**

Esta dimensión se refiere a la comprensión de que el camino de la vida de cada individuo es único; se pueden compartir algunas experiencias, sin embargo, otras deben ser afrontadas por uno mismo. El sentirse bien solo da un sentimiento de libertad y particularidad.

### **D. Confianza en sí mismo**

Creencia en uno mismo y en las propias capacidades; es considerada además como la capacidad de depender de uno mismo y de saber reconocer las fortalezas, como también las limitaciones personales.

### **E. Perseverancia**

Es el acto de persistir no obstante la adversidad y el desánimo; implica también la voluntad de continuar luchando para reconstruir la propia vida, permanecer involucrado y practicar la autodisciplina.

## **Importancia**

La resiliencia es la capacidad de seguir adelante, a pesar de los eventos desafortunados y dolorosos que la vida presenta. Se podría imaginar como un “motor” que permite avanzar y recorrer el camino de la existencia, sin dejarse frenar por las duras y fatigosas experiencias. Se puede comprender la importancia de esta actitud que lleva a las personas a dar una “buena respuesta” a los acontecimientos de la vida.

Cyrułnik (2009) en su libro *Resilience: How Your Inner Strength Can Set You Free From the Past* afirma que resiliencia indica la capacidad de empezar un nuevo proceso de desarrollo luego de un trauma. Hay que descubrir las condiciones que lo permiten; la seguridad que la persona siente en la infancia, las relaciones que se construyen luego en la vida y la cultura pueden incidir en este

proceso. Es importante, entonces, el periodo de la niñez y el entorno en que vive el niño. Cyrulnik es psiquiatra, neurólogo, profesor de la Universidad de Tolón (Francia), vivió una experiencia muy dolorosa en su infancia, ya que logró sobrevivir durante la Segunda Guerra Mundial y el nazismo con seis años de edad, cuando perdió a gran parte de su familia en Auschwitz. Su vida misma es un testimonio de cómo es posible seguir adelante, a pesar de los momentos dolorosos.

No cabe duda de que la resiliencia tiene gran importancia y es una dimensión siempre actual, ya que cada persona hace experiencia de sufrimiento, de dolor, de enfrentarse a situaciones adversas. La resiliencia es la capacidad de mirar a la vida con esperanza y de levantarse frente a los infortunios y a la fatiga de la existencia.

## **Ansiedad**

### **Conceptualización de la Ansiedad**

Según la Real Academia Española, la ansiedad es un estado de agitación, preocupación, inquietud del ánimo; es una angustia que suele acompañar algunas enfermedades y que no permite la tranquilidad.

Endler y Okada (1975) hablan de un modelo multidimensional y subrayan que los estados de ansiedad están determinados por la interacción de dimensiones situacionales (ej. situaciones novedosas, interpersonales, que conllevan un peligro físico) y personales.

Tobal (1990) afirma que la ansiedad es una respuesta emocional que incluye diversos aspectos: cognitivos, fisiológicos, motores. La ansiedad puede ser provocada por estímulos externos o internos al sujeto (por ej. ideas y pensamientos que la persona percibe como amenazantes).

Según Sandín y Chorot (1995) un aspecto característico de la ansiedad es su dimensión anticipatoria: prevé o indica el peligro para la persona.

Con respecto a la ansiedad “normal”, Barlow y Durand (2001) afirman que la ansiedad es una condición humana creada evolutivamente y tiene la función de guiar el comportamiento para enfrentar circunstancias anticipadas como difíciles y desfavorables. En un nivel moderado mejora el desempeño intelectual y físico.

Según Cano (2002) la ansiedad es una reacción emocional ocasionada por situaciones que se perciben como amenazantes.

Al mismo tiempo Spielberg, citado por Carrillo (2006), considera la ansiedad como una reacción emocional incómoda, fastidiosa causada por un estímulo externo que la persona piensa que es amenazador, originando cambios fisiológicos y conductuales en la persona misma.

Stuart, citado por Carrillo (2006), afirma que la ansiedad es una sensación de malestar interno, acompañada de manifestaciones físicas y psíquicas.

Según Arbesú, citado por Solís (2014), la ansiedad es una reacción humana básica que se manifiesta ante situaciones de alarma y que lleva a modificaciones en el orden fisiológico, psicológico y conductual.

En el transcurso del tiempo, los diferentes estudios sobre la ansiedad han presentado varios enfoques, aportando algo nuevo respecto a las primeras investigaciones. La ansiedad es un estado de la experiencia humana siempre actual, una dimensión que ha tenido particular interés en los diferentes estudios psicológicos.

## **Ansiedad en tiempos de pandemia**

La pandemia causada por la Covid-19 es un fenómeno mundial que, como afirmado anteriormente, no toca solo la dimensión “física” de las personas, sino también la dimensión emocional-psicológica. Son varios los aspectos que pueden influir en la salud mental de las personas, por ejemplo, la pérdida de seres queridos, la rapidez del contagio, la inestabilidad económica.

Fullana, Radua, Hidalgo y Vieta (2020) en un estudio publicado en la revista *Journal of Affective Disorders*, afirman que el 65% de la población española habría desarrollado ansiedad o cuadros depresivos a causa de la Covid-19; dicho estudio se realizó por medio de encuestas en línea a más de 5.000 personas, por medio del Hospital Clínic.

Rojas (2020), a unos meses del inicio de la pandemia, en una entrevista a la BBC News afirma observar un nivel de estrés alto y también ansiedad, tristeza, angustia. La psicóloga considera que los niveles de ansiedad han aumentado en varios países por el temor de ser contagiados, incluyendo el personal de salud y algunas personas están desarrollando el TEPT (trastorno por estrés postraumático) por la situación que están viviendo.

Según Ruíz (2020) la ansiedad es una respuesta emocional ante situaciones que se consideran peligrosas y amenazantes; en la presente coyuntura hay personas que experimentan una ansiedad excesiva y frecuente.

Feito (2021) afirma que la ansiedad es un estado de ánimo negativo que presenta síntomas de tensión física y aprensión hacia el futuro, es una respuesta fisiológica que nace en nuestro cerebro. La ansiedad puede ser considerada buena si se presenta en cantidades moderadas, de lo contrario se convierte en un problema si se intensifica y no desaparece. El aislamiento y distanciamiento social puede crear una fuerte respuesta ansiosa en las personas; a



pesar de que no se pueda asegurar que la pandemia sea la única causa del incremento de ansiedad, es un gran desafío.

Según Palomino (2021) durante la pandemia de la Covid-19 la ansiedad ha crecido a causa de los cambios que los individuos han tenido que enfrentar para adaptarse a la nueva situación. Las personas a menudo viven situaciones difíciles o trágicas, por eso pueden presentar trastorno de ansiedad generalizada o trastorno de pánico, a veces también depresión.

### **Escala de evaluación de Hamilton**

Hamilton en su escala de evaluación sobre la ansiedad hace referencia a dos dimensiones: dimensión psíquica y dimensión somática.

#### **Dimensión psíquica**

Se considera dimensión psíquica a las reacciones a nivel mental o cognitivo que las personas suelen tener a causa de la ansiedad. Esta dimensión presenta los siguientes indicadores:

##### **A. Estado de ánimo**

Si se sufre de ansiedad esta puede influir sobre el estado de ánimo. Se podría sentir preocupación, anticipación de lo peor, aprensión e irritabilidad.

##### **B. Tensión**

Referida a la tensión emotiva y física. Se podría estar fácilmente cansado, no estar en capacidad de relajarse, sentirse inquieto, llorar fácilmente, sentir temblores y tener reacciones con sobresalto.

### **C. Temor**

Algunos temores comunes son el miedo a la oscuridad, miedo a los extraños y a quedarse solos, miedo a los animales, a la aglomeración y al tráfico.

### **D. Insomnio**

Incluye la dificultad para conciliar el sueño, sueño interrumpido, terrores nocturnos, pesadillas, sueño insatisfactorio y sensación de cansancio al despertarse.

### **E. Trastornos cognitivos**

Tener dificultad para concentrarse o mala memoria.

## **Dimensión somática**

La dimensión somática hace referencia a las reacciones físicas que la ansiedad produce en el individuo y presenta los siguientes indicadores:

### **A. Cardiovasculares**

También el corazón puede verse influenciado por la ansiedad. La frecuencia cardíaca puede acelerarse. Se podría tener dolores de pecho, palpitaciones, latidos vasculares, sensación de desvanecimiento, falta de ritmo.

### **B. Gastrointestinales**

Los síntomas gastrointestinales están ligados a la digestión como por ejemplo tener dificultad para deglutir, dolores abdominales, sensación de ardor, náuseas, vómito, pérdida de peso, gases, estreñimiento, diarrea, sensación de estómago vacío, borborismos.

### **C. Respiratorios**

La ansiedad puede hacer que se sienta sensación de sofocación, suspiros, disnea y opresión o constricción en el pecho.

#### **D. Genitourinarios**

La escala de Hamilton mide también los efectos de la ansiedad en la salud genital y urinaria. Estos síntomas pueden relacionarse con la impotencia, eyaculación precoz, pérdida de la libido, amenorrea, menorragia y también problemas urinarios como el aumento frecuente y urgente de miccionar.

#### **E. Autónomos**

Los síntomas autónomos son aquellos que se dan de manera automática o involuntaria como por ejemplo tener la boca seca, sofocos, tendencia a la sudoración, mareos, tensión, cefalea, caída del cabello.

### **3.3. Marco Conceptual**

**Resiliencia:** la resiliencia es la capacidad que tiene un individuo para superar situaciones desafortunadas y complicadas que la vida le presenta.

**Persona resiliente:** una persona resiliente es aquella capaz de superar las adversidades que la vida le presenta.

**Ansiedad:** para Papalia, citado por Carrillo (2006) la ansiedad es un estado cuyas características son la aprensión, tensión e incertidumbre que surgen anticipadamente frente a una posible amenaza, ya sea real o imaginaria.

**Covid-19:** la Organización Mundial de la Salud define a la Covid -19 como una enfermedad infecciosa causada por el virus SARS-CoV-2.

**Pacientes Post Covid-19:** referida a los pacientes que dieron positivo a la Covid-19, pero lograron superarlo.

**Trastorno de ansiedad generalizada:** para el Manual diagnóstico y estadístico de los trastornos mentales (DSM-5) el trastorno de ansiedad generalizada tiene como características la preocupación y ansiedad

excesivas, persistentes (durante al menos seis meses) difíciles de manejar.

Trastorno por estrés postraumático: para Carvajal (2002) el trastorno por estrés postraumático se caracteriza por las conductas de evitación y síntomas que se producen en respuesta a un evento traumático.

Trastorno de pánico: para el Manual diagnóstico y estadístico de los trastornos mentales (DSM-5) el trastorno de pánico se caracteriza por la presencia imprevista de temor y malestar intenso con sensación de peligro o muerte que puede aparecer en diez minutos o incluso menos.

Trastornos cognitivos: son las alteraciones de las funciones cognitivas o mentales que limitan al individuo a realizar actividades necesarias y cotidianas.

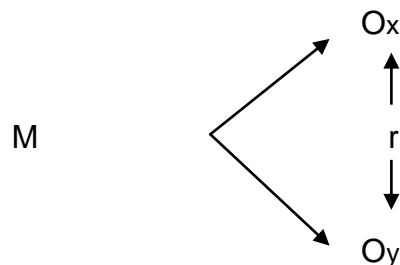
## IV. METODOLOGÍA

### 4.1. Tipo y nivel de investigación

El enfoque en que se orienta el presente estudio es cuantitativo porque se recolectarán datos para probar las hipótesis. Pertenece al tercer nivel de investigación, ya que es de nivel relacional; se analizará la correlación entre las variables (resiliencia y ansiedad) a través del análisis estadístico Hernández, Fernández y Baptista (2014).

### 4.2. Diseño de investigación

Para Hernández et al., (2014) el diseño es no experimental, ya que las variables no serán modificadas o manipuladas; tiene un alcance descriptivo correlacional, cuyo propósito es la de especificar las características y los perfiles de los grupos y personas que serán sometidas al análisis. Asimismo, tendrá la finalidad de dar a conocer la relación que existe entre las dos variables.



M = muestra

Ox = observación de la primera variable

Oy = observación de la segunda variable

r = eventual relación de las variables

### **4.3. Población - Muestra**

Para Pineda citado por López (2004) la población es un conjunto de personas que en una investigación es importante para conocer algo.

El tamaño poblacional de este estudio está constituido por 119 pacientes adultos post Covid-19 de la Micro Red Sayán.

#### **Muestra**

La muestra es un subgrupo de la población o universo de la cual se recogen los datos; dicho subgrupo tiene que ser representativo del mismo universo. El tipo de muestra es el probabilístico, es decir que todos los elementos de la población tienen la misma probabilidad de ser elegidos Hernández et al., (2014).

El tipo de muestreo aleatorio simple da la posibilidad a cada muestra, de tamaños determinados, la misma posibilidad de poder ser elegidos. Este estudio tiene un tamaño muestral de 91 pacientes adultos post Covid-19 de la Micro Red Sayán.

#### **Criterios de inclusión y exclusión**

##### **Criterios de inclusión**

- Pacientes post Covid-19 mujeres y varones adultos de la Micro Red Sayán.
- Pacientes post Covid-19 con acceso a internet.

##### **Criterios de exclusión**

- Pacientes post Covid-19 menores de edad.
- Pacientes post Covid-19 sin acceso a internet.

#### **4.4. Hipótesis general y específicas**

##### **Hipótesis general**

Ha: Existe relación significativa entre la resiliencia y la ansiedad en pacientes post Covid-19 de la Micro Red Sayán.

##### **Hipótesis específicas**

##### **Hipótesis específica 1**

H1: existe relación entre ecuanimidad y ansiedad en los pacientes adultos post Covid-19 de la Micro Red Sayán.

##### **Hipótesis específica 2**

H2: Existe relación entre confianza en sí mismo y ansiedad en los pacientes adultos post Covid-19 de la Micro Red Sayán.

##### **Hipótesis específica 3**

H3: Existe relación entre perseverancia y ansiedad en los pacientes adultos post Covid-19 de la Micro Red Sayán.

#### **4.5. Variables**

##### **Resiliencia**

##### **Definición conceptual**

Es la capacidad de adaptación que tiene el ser humano para prevalecer, desarrollarse, ser fuerte, luchar y salir vencedor no obstante las adversidades. Salgado (2005).

##### **Definición operacional**

La resiliencia se medirá a través de la escala de resiliencia de Wagnild y Young (1993).

## **Dimensiones**

**Ecuanimidad:** perspectiva equilibrada de la propia vida.

**Sentirse bien solo:** sentimiento de libertad y conocimiento de que cada individuo es único.

**Confianza en sí mismo:** creer en uno mismo y en las propias capacidades.

**Perseverancia:** persistir no obstante las adversidades y el desánimo.

**Satisfacción personal:** comprensión de que la vida tiene un propósito y significado.

## **Ansiedad**

### **Definición conceptual**

Para Feito (2020) la ansiedad se caracteriza por algunos síntomas corporales, como por ejemplo la aprensión y la tensión corporal, es un estado de ánimo negativo.

### **Definición operacional**

La ansiedad se medirá a través de la escala de Ansiedad de Hamilton.

**Dimensión psíquica:** reacciones mentales o cognitivas en el individuo.

**Dimensión somática:** reacciones físicas que la ansiedad suele presentar en la persona.



#### 4.6. Operacionalización de Variables

VARIABLE	DEFINICIÓN CONCEPTUAL	DEFINICIÓN OPERACIONAL	DIMENSIONES	N° DE ITEMS	VALOR FINAL	CRITERIOS PARA ASIGNAR VALORES
<b>Resiliencia</b>	La resiliencia para Rutter (2007) hace referencia a la resistencia de las experiencias ambientales negativas, la superación del estrés y también a las adversidades.	Se utilizará el puntaje para definir los niveles de resiliencia en pacientes adultos post Covid-19.	Ecuanimidad.	7,8,11,12.	25 al 75 = Bajo 76 al 125 = Moderado 126 AL 175 = Alto	25 al 75 = Bajo 76 al 125 = Moderado 126 AL 175 = Alto
			Satisfacción personal.	16,21,22,25.		
			Confianza en sí mismo.	6,9,10,13,17,18,24.		
			Sentirse bien solo	3,5,19.		
			Perseverancia.	1,2,4,14,15,20, 23.		

VARIABLE	DEFINICIÓN CONCEPTUAL	DEFINICIÓN OPERACIONAL	DIMENSIONES	N° DE ITEMS	VALOR FINAL	CRITERIOS PARA ASIGNAR VALORES
<b>Ansiedad</b>	Según Cano (2002) la ansiedad, causada por situaciones que la persona percibe como amenazantes, es una reacción emocional.	Se utilizará el puntaje de los ítems para determinar los niveles de ansiedad en pacientes adultos post Covid-19.	Dimensión psíquica	1. Humor ansioso 2. Tensión 3. Miedos 4. Insomnio 5. Trastornos cognitivos	0-17: Leve 18-24: Moderado 25-30: Severo 30-56: Muy Severo	0 (Ausente)
			Dimensión somática	6. Cardiovasculares 7. Gastrointestinales 8. Respiratorios 9. Genitourinarios 10. Autónomo 11. Valoración general		1 (Leve)  2 (Moderado)  3 (Severo)  4 (grave)

## **4.7. Recolección de datos**

### **Técnica**

La técnica que se utilizará en la investigación es la encuesta, es decir que los pacientes llenarán los cuestionarios (Escala de Resiliencia de Wagnild y Young y la Escala de Ansiedad de Hamilton) que recibirán.

### **Instrumento**

Se utilizarán las Escalas de resiliencia de Wagnild y Young (1993) y la Escala de ansiedad de Hamilton.

### **Escala de resiliencia de Wagnild y Young**

Nombre de la prueba: escala de resiliencia

Autores: Wagnild, G. Young, H. (1993).

Origen: Estados Unidos

Adaptación peruana: Novella (2002).

Administración: individual y/o colectiva

Tiempo de aplicación: 20 a 25 minutos aproximadamente.

Aplicación: adolescentes y adultos.

Objetivo: establecer los niveles de resiliencia en jóvenes y adultos mediante las siguientes dimensiones: Ecuanimidad, Sentirse bien solo, Confianza en sí mismo, Perseverancia y Satisfacción personal; además se considera una escala total.

### **Descripción:**

La escala de Wagnild y Young está formada por 25 ítems, con puntuaciones que van desde 1 hasta 7 puntos en la escala de tipo Likert, donde 1 corresponde a totalmente en desacuerdo y 7 a totalmente de acuerdo. Se consideran los puntajes más altos como indicadores de mayor resiliencia.

## **Escala de Ansiedad de Hamilton**

Nombre de la prueba: Escala de Ansiedad de Hamilton

Autor: Hamilton M.

Administración: individual y/o colectiva.

Tiempo de administración: 10 a 15 minutos aproximadamente.

Aplicación: adultos.

Objetivo: evaluar la severidad o el nivel de la ansiedad que presentan las personas que cumplan los criterios de ansiedad.

### **Descripción:**

La escala de Ansiedad de Hamilton está constituida por 14 ítems que corresponden a la dimensión psíquica (1, 2, 3, 4, 5, 6 y 14) y a la dimensión somática (7, 8, 9, 10, 11, 12 y 13). Asimismo, esta prueba tiene la utilidad de monitorizar si se presenta respuesta ante el tratamiento.

### **Puntuación:**

La puntuación global o total es la suma de cada uno de los ítems donde cada ítem es puntuado de 0 a 4 y cuyo rango parte de 0 a 56 puntos.

Los puntajes se dan acorde a los siguientes criterios:

0 = Ausente

1 = Intensidad leve

2= Intensidad moderada

3 = Intensidad severa

4 = Intensidad incapacitante

### **Categorización:**

Se inicia con la suma de los 14 ítems para proceder a ubicar el rango de puntuaciones que van del 0 al 56 donde la puntuación de 0 a 17 corresponde a la ansiedad leve, el puntaje de 18 a 24 corresponde a la ansiedad moderada, de 25 a 30 a la ansiedad severa y el puntaje de 31 a 56 es correspondiente a la ansiedad muy severa.

## V. RESULTADOS

### 5.1. Presentación de Resultados (análisis descriptivo)

**Tabla 1. Estadígrafos de tendencia central de la variable 1: Resiliencia**

		Estadísticos					
		Resiliencia	Ecuanimidad	Satisfacción personal	Confianza		Perseverancia
					en sí mismo	Sentirse bien solo	
N	Válido	91	91	91	91	91	91
	Perdidos	0	0	0	0	0	0
	Media	143,85	39,67	18,03	41,04	22,05	23,04
	Mediana	145,00	40,00	18,00	42,00	22,00	23,00
	Moda	125 <sup>a</sup>	35 <sup>a</sup>	21	45 <sup>a</sup>	22	20

**Tabla 2. Estadígrafos de tendencia central de la variable 2. Ansiedad**

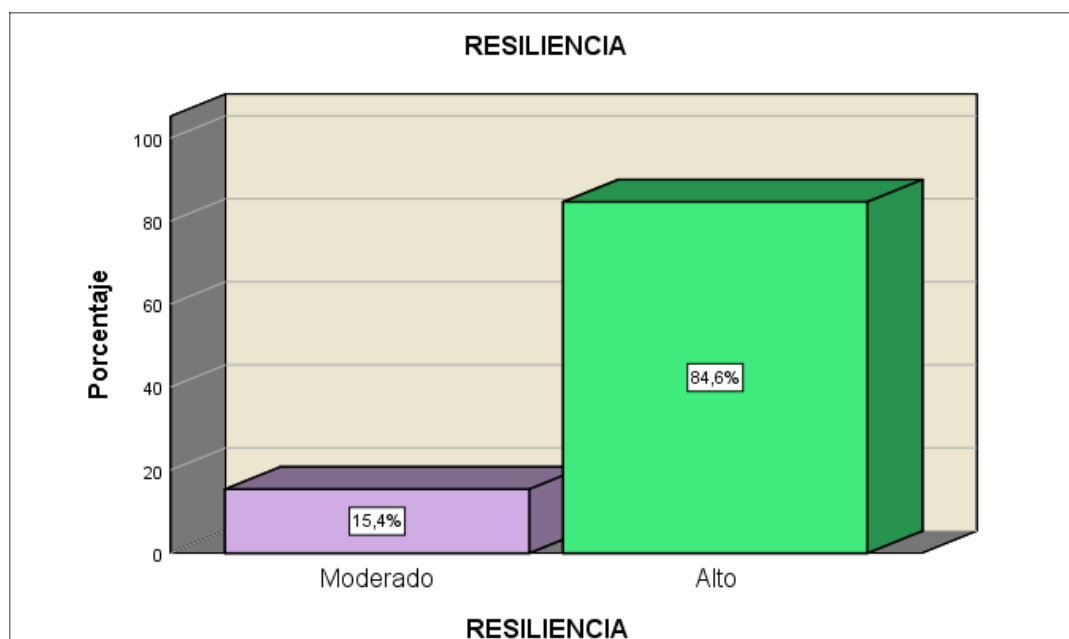
		Estadísticos		
		Ansiedad	Psíquica	Somática
N	Válido	91	91	91
	Perdidos	0	0	0
	Media	10,99	6,14	4,85
	Mediana	9,00	5,00	3,00
	Moda	4	2 <sup>a</sup>	0

a. Existen múltiples modos. Se muestra el valor más pequeño.

**Tabla 3. Resultado de la variable 1: Resiliencia**

Resiliencia					Porcentaje
		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	acumulado
Válido	Moderado	14	15,4	15,4	15,4
	Alto	77	84,6	84,6	100,0
	Total	91	100,0	100,0	

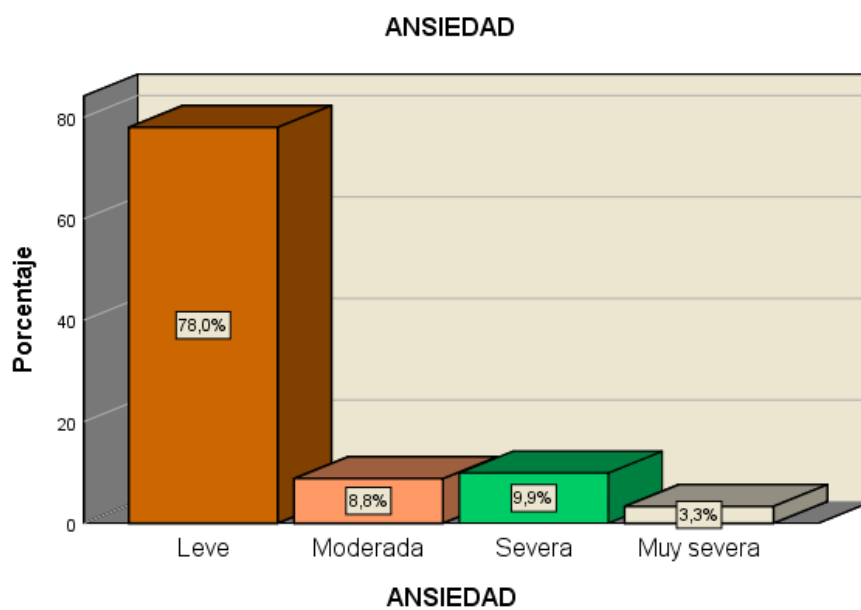
**Figura 1. Resultado de la variable 1: Resiliencia**



**Tabla 4. Resultados de la variable 2: Ansiedad**

<b>Ansiedad</b>					Porcentaje acumulado
		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	
Válido	Leve	71	78,0	78,0	78,0
	Moderada	8	8,8	8,8	86,8
	Severa	9	9,9	9,9	96,7
	Muy severa	3	3,3	3,3	100,0
	Total	91	100,0	100,0	

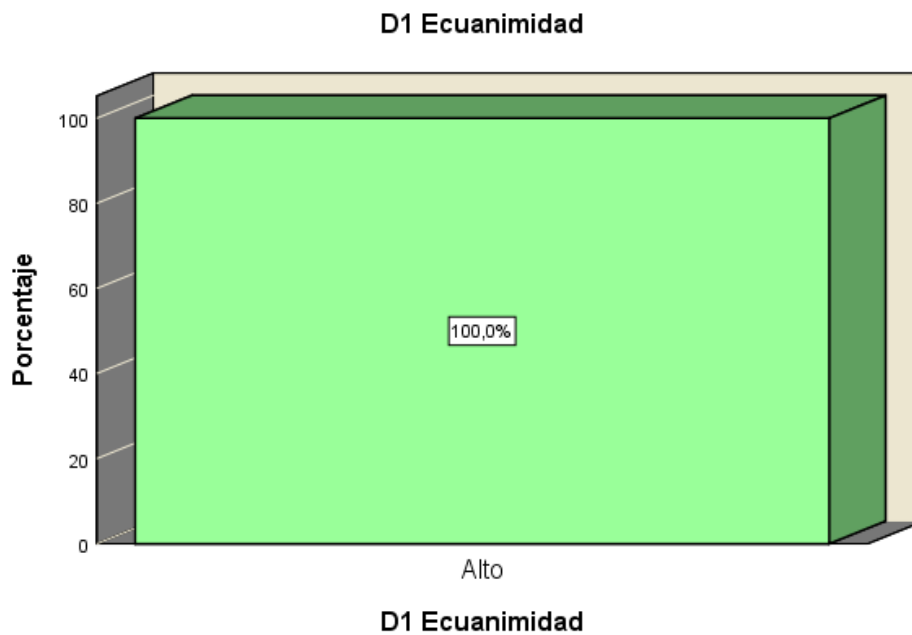
**Figura 2. Resultados de la variable 2: Ansiedad**



**Tabla 5. Resultados de la dimensión ecuanimidad de la resiliencia en pacientes adultos post Covid-19 de la Micro Red Sayán 2021**

Ecuanimidad		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	Alto	91	100,0	100,0	100,0

**Figura 3. Resultados de la dimensión ecuanimidad de la resiliencia en pacientes adultos post Covid-19 de la Micro Red Sayán 2021**

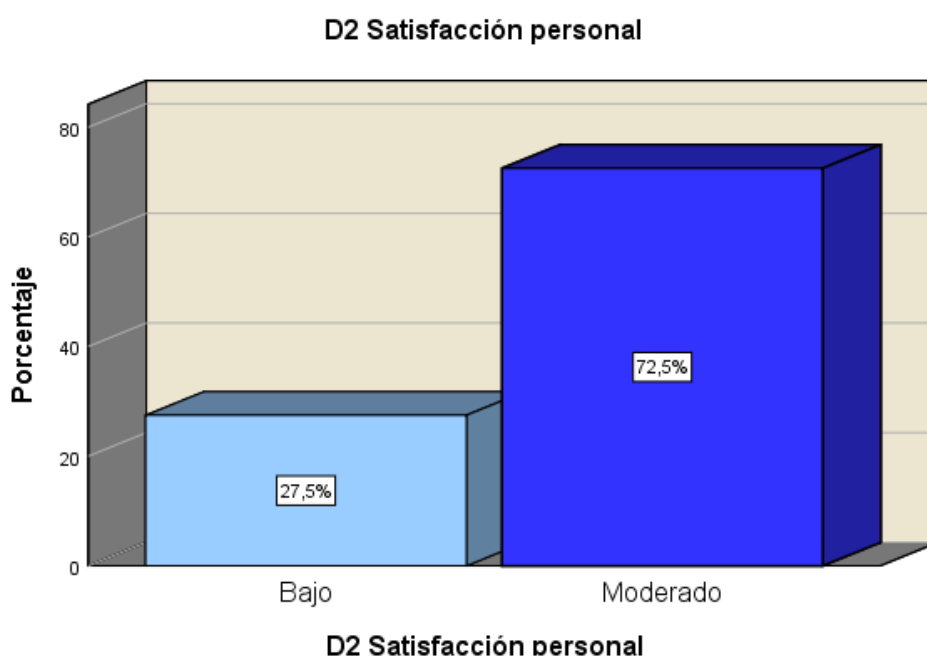




**Tabla 6. Resultados de la dimensión satisfacción personal de la resiliencia en pacientes adultos post Covid-19 de la Micro Red Sayán 2021**

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	Bajo	25	27,5	27,5	27,5
	Moderado	66	72,5	72,5	100,0
Total		91	100,0	100,0	

**Figura 4. Resultados de la dimensión satisfacción personal de la resiliencia en pacientes adultos postCovid-19 de la Micro Red Sayán 2021**

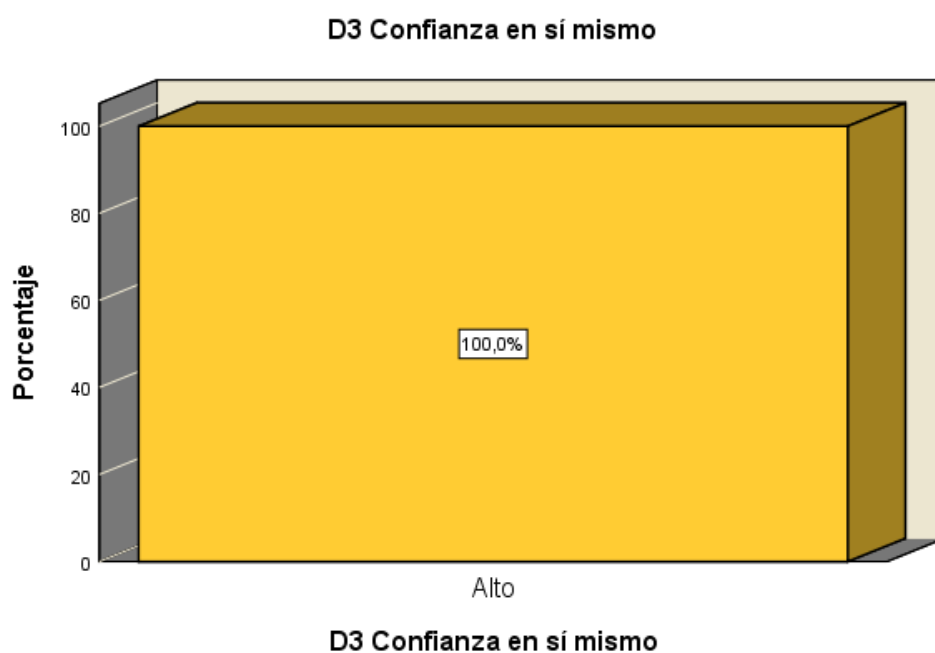


**Tabla 7. Resultados de la dimensión confianza en sí mismo de la resiliencia en pacientes adultos post Covid-19 de la Micro Red Sayán 2021**

**D3 Confianza en sí mismo**

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	Alto	91	100,0	100,0	100,0

**Figura 5. Resultados de la dimensión confianza en sí mismo de la resiliencia en pacientes adultos post Covid-19 de la Micro Red Sayán 2021**

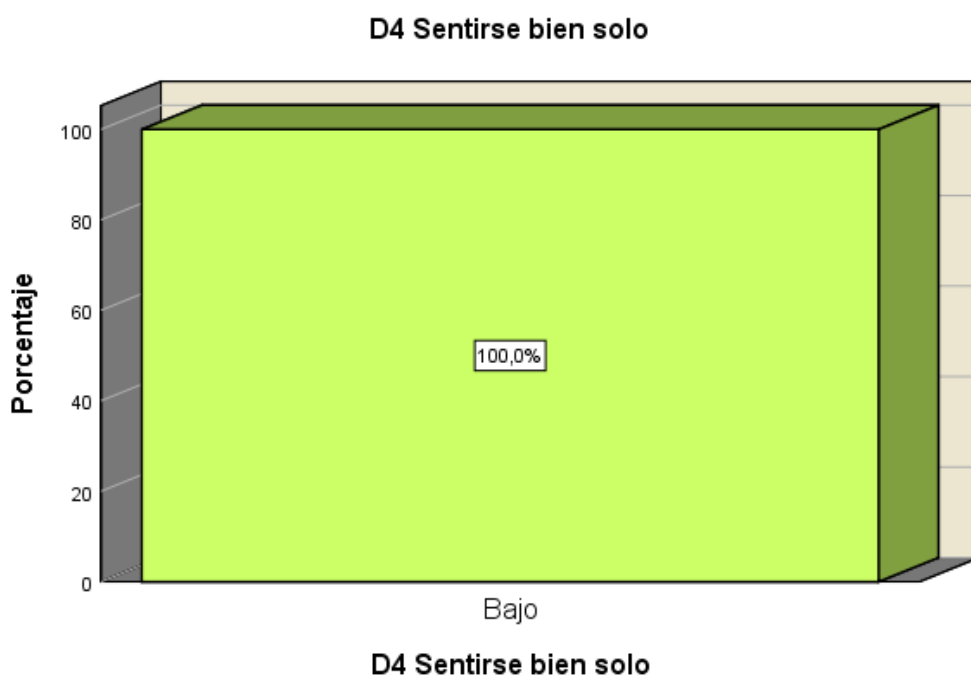


**Tabla 8. Resultados de la dimensión sentirse bien solo de la resiliencia en pacientes adultos post Covid-19 de la Micro Red Sayán 2021**

**D4 Sentirse bien solo**

					Porcentaje	Porcentaje
				Frecuencia	Porcentaje	válido
Válido	Bajo					Porcentaje
						acumulado
	Bajo	91	100,0	100,0		100,0

**Figura 6 Resultados de la dimensión sentirse bien solo de la resiliencia en pacientes adultos post Covid-19 de la Micro Red Sayán 2021**

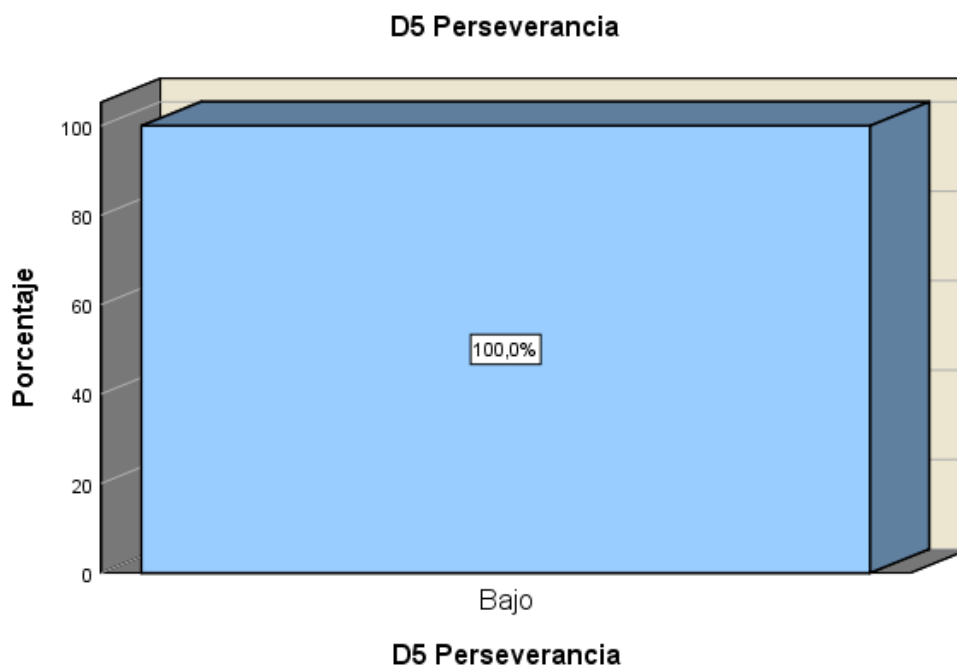


**Tabla 9. Resultados de la dimensión perseverancia de la resiliencia en pacientes adultos post Covid-19 de la Micro Red Sayán 2021**

**D5 perseverancia**

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	Bajo	91	100,0	100,0	100,0

**Figura 7 Resultados de la dimensión perseverancia de la resiliencia en pacientes adultos post Covid-19 de la Micro Red Sayán 2021**

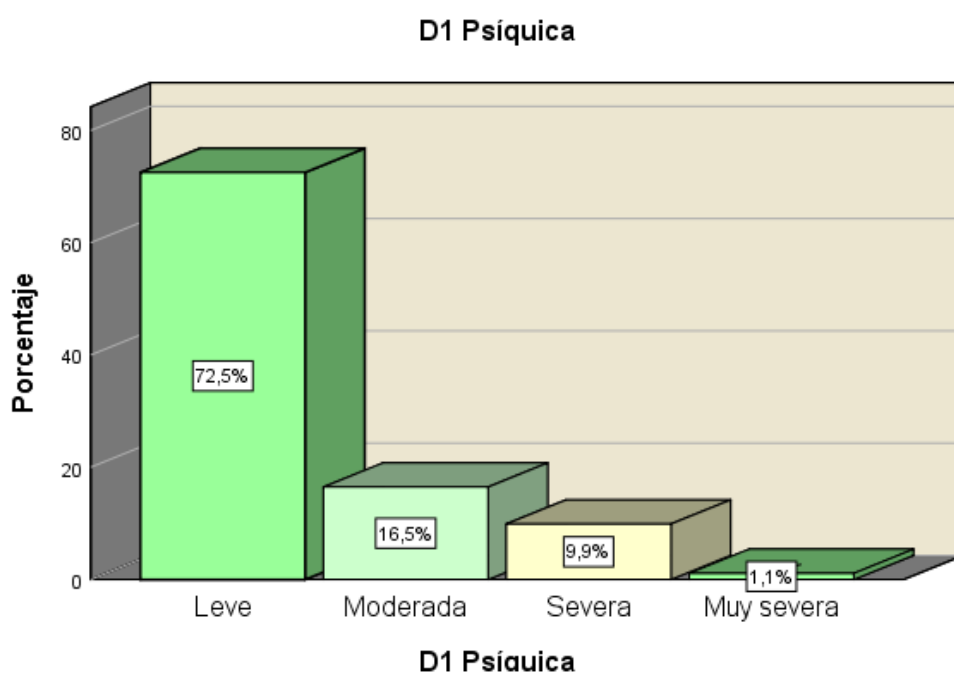


**Tabla 10. Resultados de la dimensión psíquica de la ansiedad en pacientes adultos post Covid-19 de la Micro Red Sayán 2021**

**Psíquica**

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	Leve	66	72,5	72,5	72,5
	Moderada	15	16,5	16,5	89,0
	Severa	9	9,9	9,9	98,9
	Muy severa	1	1,1	1,1	100,0
	Total	91	100,0	100,0	

**Figura 8 Resultados de la dimensión psíquica de la ansiedad en pacientes adultos post Covid-19 de la Micro Red Sayán 2021**

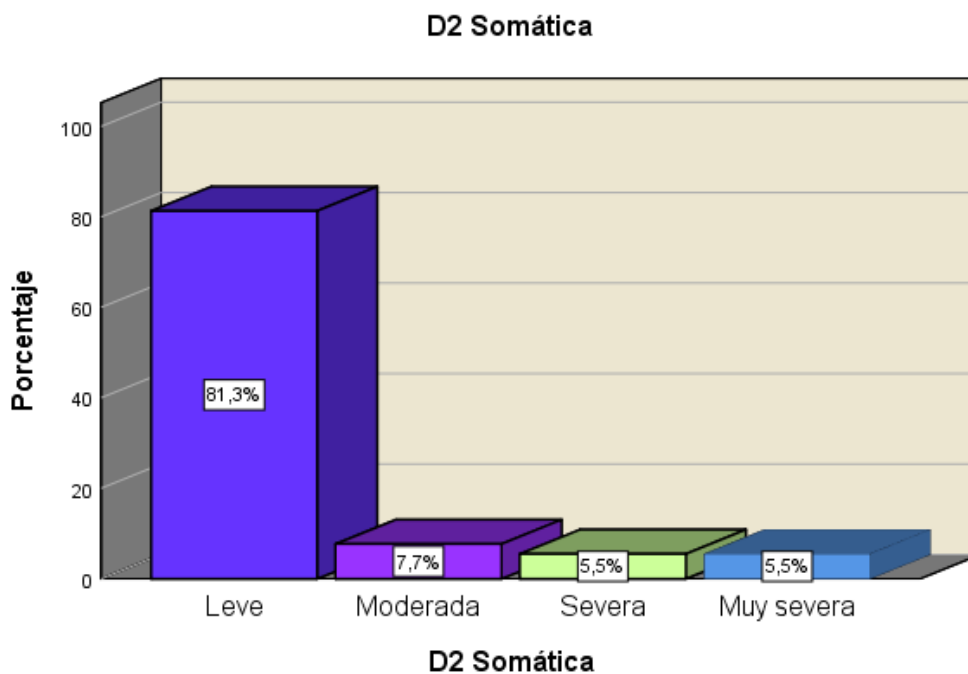


**Tabla 11. Resultados de la dimensión somática de la ansiedad en pacientes adultos post Covid-19 de la Micro Red Sayán 2021**

**Somática**

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	Leve	74	81,3	81,3	81,3
	Moderada	7	7,7	7,7	89,0
	Severa	5	5,5	5,5	94,5
	Muy severa	5	5,5	5,5	100,0
	Total	91	100,0	100,0	

**Figura 9. Resultados de la dimensión somática de la ansiedad en pacientes adultos post Covid-19 de la Micro Red Sayán 2021**



## **5.2. Interpretación de los resultados**

En la tabla 03 y figura 01 se muestran los resultados de la variable resiliencia en pacientes post Covid-19 de la Micro Red Sayán 2021 donde el 84,6% de los pacientes manifiestan un nivel alto de resiliencia. Asimismo, en la tabla 04 y figura 02 se presentan los resultados de la variable ansiedad en pacientes post Covid-19 de la Micro Red Sayán 2021, en que el 78% de los pacientes muestran un nivel leve de ansiedad.

De la misma manera en la tabla 05 y figura 03 se evidencian los resultados de la dimensión ecuanimidad en pacientes post Covid-19 de la Micro Red Sayán 2021, donde el 100% de los pacientes manifiestan un nivel alto de ecuanimidad.

Al mismo tiempo en la tabla 06 y figura 04 se observan los resultados de la dimensión satisfacción personal en pacientes post Covid-19 de la Micro Red Sayán 2021, en que el 72.5% de los pacientes presentan un nivel moderado de satisfacción personal.

En la tabla 07 y figura 05 se manifiestan los resultados de la dimensión confianza en sí mismo en pacientes post Covid-19 de la Micro Red Sayán 2021, en donde el 100% de los pacientes presentan un nivel alto de confianza en sí mismo.

En la tabla 08 y figura 06 se observan los resultados de la dimensión sentirse bien solo en pacientes post Covid-19 de la Micro Red Sayán 2021, en el que el 100% de los pacientes manifiestan un nivel alto de sentirse bien solo.

Del mismo modo en la tabla 09 y figura 07 se verifican los resultados de la dimensión perseverancia en pacientes post Covid-19 de la Micro Red Sayán 2021, donde el 100% de los pacientes presentan un nivel alto de perseverancia.

Además, en la tabla 10 y figura 08 se muestran los resultados de la dimensión psíquica en pacientes post Covid-19 de la Micro Red Sayán 2021, en que el 72.5% de los pacientes evidencian un nivel leve en la dimensión psíquica.

Igualmente, en la tabla 11 y figura 09 se observan los resultados de la dimensión somática en pacientes post Covid-19 de la Micro Red Sayán 2021, donde el 81.3% de los pacientes presentan un nivel leve en la dimensión somática.



## VI. RESULTADOS

### 6.1. Análisis de los resultados (análisis inferencial)

**Tabla 12. Resultado de la prueba de normalidad**

Para la prueba de normalidad se tomó en cuenta la de Kolmogorov-Smirnov, ya que el tamaño de la muestra es mayor a 50 pacientes.

#### Pruebas de normalidad

	Kolmogorov-Smirnov <sup>a</sup>			Shapiro-Wilk		
	Estadístico	gl	Sig.	Estadístico	gl	Sig.
Resiliencia	,068	91	,200*	,982	91	,232
Ecuanimidad	,095	91	,041	,972	91	,047
Satisfacción personal	,132	91	,000	,925	91	,000
Confianza en sí mismo	,097	91	,036	,969	91	,031
Sentirse bien solo	,100	91	,024	,977	91	,100
Perseverancia	,114	91	,005	,957	91	,004
Ansiedad	,132	91	,000	,903	91	,000
Psíquica	,113	91	,006	,940	91	,000
Somática	,181	91	,000	,847	91	,000

a. Corrección de significación de Lilliefors

Para la prueba de normalidad se tomó en cuenta la de Kolmogorov-Smirnov, ya que el tamaño de la muestra es mayor a 50 pacientes encuestados (n=91) y así mismo el valor teórico de la significancia es menor a 0.05 se puede determinar que se rechaza la hipótesis nula y se afirma que los datos no provienen de una distribución normal y por tanto se aplicará el coeficiente de correlación de Rho de Spearman.

## Contrastación de las hipótesis

**Tabla 13. Contrastación de la hipótesis general**

Prueba de hipótesis

**H0:** no existe relación significativa entre la resiliencia y la ansiedad en pacientes post Covid-19 de la Micro Red Sayán, 2021

**Ha:** existe relación significativa entre la resiliencia y la ansiedad en pacientes post Covid-19 de la Micro Red Sayán, 2021

### Estadígrafo de prueba

- No paramétrico: Rho de Spearman

### Nivel de significancia

- Valor teórico de significancia = 0.05

### Correlaciones

		Resiliencia	Ansiedad
Rho de Spearman	Resiliencia	Coeficiente de correlación	1,000
		Sig. (bilateral)	,356
		N	91
	Ansiedad	Coeficiente de correlación	-,098
		Sig. (bilateral)	,356
		N	91

Como el valor de significancia de la prueba de Rho de Spearman es correspondiente al 0,356 ( $>0.05$ ) se acepta la hipótesis nula en la que se afirma que no existe relación entre las variables resiliencia y ansiedad en los pacientes post Covid-19 de la Micro Red Sayán, 2021.

## Tabla 14. Contrastación de las hipótesis específicas

### Hipotesis específica 1

**H1:** existe relación entre ecuanimidad y ansiedad en los pacientes adultos post Covid-19 de la Micro Red Sayán.

**H0:** no existe relación entre ecuanimidad y ansiedad en los pacientes adultos post Covid-19 de la Micro Red Sayán.

### Correlaciones

		Ecuanimidad	Ansiedad
Rho de Spearman	Ecuanimidad	Coefficiente de correlación	1,000
		Sig. (bilateral)	.
		N	91
	Ansiedad	Coefficiente de correlación	-,138
		Sig. (bilateral)	,194
		N	91

Dado que el valor de significancia de la prueba Rho de Spearman es equivalente al 0,194 ( $>0.05$ ) se acepta la hipótesis nula en la que se afirma que no existe relación significativa entre ecuanimidad y ansiedad en los pacientes post Covid-19 de la Micro Red Sayán, 2021.

### Tabla 15. Hipótesis específica 2

**H2:** existe relación entre confianza en sí mismo y ansiedad en los pacientes adultos post Covid-19 de la Micro Red Sayán.

**H0:** no existe relación entre confianza en sí mismo y ansiedad en los pacientes adultos post Covid-19 de la Micro Red Sayán.

#### Correlaciones

			Confianza en sí mismo	Ansiedad
Rho de Spearman	Confianza en sí mismo	Coeficiente de correlación	1,000	-,160
		Sig. (bilateral)	.	,130
		N	91	91
	Ansiedad	Coeficiente de correlación	-,160	1,000
		Sig. (bilateral)	,130	.
		N	91	91

Ya que el valor de significancia de la prueba Rho de Spearman es correspondiente al 0,130 ( $>0.05$ ) se acepta la hipótesis nula en la que se afirma que no existe relación significativa entre confianza en sí mismo y ansiedad en los pacientes post Covid-19 de la Micro Red Sayán, 2021.

### Tabla 16. Hipótesis específica 3

**H3:** existe relación entre perseverancia y ansiedad en los pacientes adultos post Covid-19 de la Micro Red Sayán.

**H0:** no existe relación entre perseverancia y ansiedad en los pacientes adultos post Covid-19 de la Micro Red Sayán.

#### Correlaciones

		Perseverancia	Ansiedad
Rho de Spearman	Perseverancia	Coefficiente de correlación	1,000
		Sig. (bilateral)	,076
		N	91
	Ansiedad	Coefficiente de correlación	,076
		Sig. (bilateral)	1,000
		N	91

Puesto que el valor de significancia de la prueba Rho de Spearman es equivalente al 0,476 ( $>0.05$ ) se acepta la hipótesis nula en la que se afirma que no existe relación significativa entre perseverancia y ansiedad en los pacientes post Covid-19 de la Micro Red Sayán, 2021.

## 6.1. Comparación de los resultados con el marco teórico

Con respecto a la variable resiliencia, el 84.6% (76) pacientes adultos post Covid-19 presentaron un nivel alto y el 15.4% (14) pacientes adultos post Covid-19 presentaron un nivel moderado, asemejándose a los resultados que Delgado y Quispe (2021) obtuvieron en su investigación con adultos en aislamiento social por el Covid-19. Encontraron que un 83.6% presenta un nivel alto de resiliencia y el 15.4% un nivel moderado. Grotberg (1995) afirma que la resiliencia permite hacer frente a las adversidades de la vida, así como también poderlas superar y ser transformados por ellas. El autor considera además que la capacidad de resiliencia está relacionada al desarrollo humano y que ya en la infancia se puede comenzar con la promoción de resiliencia y salud mental.

De igual manera los resultados obtenidos tienen similitud con el estudio realizado por Tirino y Giniebra (2020) con personas diagnosticadas con el virus de Covid-19, donde se evidencia que el 40% del grupo encuestado manifiesta un nivel alto de resiliencia, el 40% un nivel moderado y el 20% un nivel bajo. A este propósito, Cyrulnik, citado por Callabed (2021) manifiesta que ser resilientes significa tener la capacidad de enfrentar las adversidades de la vida, saber transformar el sufrimiento en fuerza motora. El autor también subraya una característica de la persona resiliente con la imagen del arquitecto: ser resiliente significa comprender que uno es el arquitecto de su propio destino y de su propia alegría.

Por lo que se refiere a la variable ansiedad el 78% (71) pacientes adultos post Covid-19 mostraron un nivel bajo de ansiedad y solo el 3.3% (3) un nivel severo, manifestando gran similitud con la investigación de Briceño (2021), en la que el 44% de mujeres adultas presentan un nivel bajo de ansiedad, el 14% un nivel moderado y 2.33% un nivel alto, asimismo, el 35.33% de los varones adultos obtuvo un nivel bajo, el 4.33% un nivel moderado. Acerca de la ansiedad "normal", Barlow y Durand (2001) afirman que la ansiedad es una condición humana creada evolutivamente y tiene la función de guiar el comportamiento para enfrentar circunstancias

anticipadas como difíciles y desfavorables. En un nivel moderado mejora el desempeño intelectual y físico.

Del mismo modo existe similitud también con la investigación realizada por Bustinza (2021) en el que el 81.97% de pacientes recuperados del Covid-19 adquirieron un nivel bajo en síntomas psicopatológicos y el 18.03% un nivel medio. Para Arbesú, citado por Solís (2014), la ansiedad es una reacción humana básica y se manifiesta ante situaciones de alarma que conducen a modificaciones en el orden fisiológico, psicológico y conductual. Los resultados de la investigación confirman cuanto afirmado en el marco teórico, ya que llevan a la conclusión de que no existe una relación significativa entre la resiliencia y la ansiedad.

Se puede decir, entonces, que una persona resiliente tiene buena autoestima, confía en sí misma, tiene fortaleza interior. La resiliencia lleva a la adaptabilidad frente a los eventos de la vida, mirando las adversidades como desafíos, como situaciones que resaltan las potencialidades y los recursos presentes en la persona. Los que tienen una buena capacidad de resiliencia son creativos, capaces de humor y valentía.

La ansiedad es un malestar interno, una reacción emocional fastidiosa causada por estímulos externos que los individuos piensan sean amenazantes. La ansiedad toca la dimensión psíquica y también somática. Las personas con un alto nivel de ansiedad pueden volverse inseguras, temerosas y pesimistas frente a los eventos de la vida.

Considerando todo esto, un individuo con una buena capacidad de resiliencia tiende a tener niveles leves de ansiedad, ya que esta misma capacidad lo lleva a una visión positiva de la vida y a recuperarse frente a circunstancias desfavorables.

## CONCLUSIONES

**Primera:** considerando los datos recogidos en la investigación se afirma que no existe relación entre las variables resiliencia y ansiedad en los pacientes adultos post Covid-19 de la Micro Red Sayán 2021, ya que el valor de significancia de la prueba de Rho de Spearman es correspondiente al 0,356 ( $>0.05$ ).

**Segunda:** en función de los resultados recogidos se determinó que no existe relación significativa entre ecuanimidad y ansiedad en los pacientes adultos post Covid-19 de la Micro Red Sayán 2021, ya que el valor de significancia de la prueba Rho de Spearman es equivalente al 0,194 ( $>0.05$ ).

**Tercera:** tomando en cuenta los datos recogidos en la investigación se afirma que no existe relación significativa entre confianza en sí mismo y ansiedad en los pacientes adultos post Covid-19 de la Micro Red Sayán 2021, ya que el valor de significancia de la prueba Rho de Spearman es correspondiente al 0,130 ( $>0.05$ ).

**Cuarta:** en función de los resultados recogidos se determina que no existe relación significativa entre perseverancia y ansiedad en los pacientes adultos post Covid-19 de la Micro Red Sayán 2021, ya que el valor de significancia de la prueba Rho de Spearman es equivalente al 0,476 ( $>0.05$ ).



## RECOMENDACIONES

**Primera:** se recomienda a los pacientes adultos post Covid-19 de la Micro Red Sayán acudir al consultorio psicológico en caso necesiten un acompañamiento, ya que esta contribuye a fortalecer y alimentar su capacidad de resiliencia.

**Segunda:** organizar talleres para fortalecer la capacidad de resiliencia; la modalidad y los tiempos del taller tomarán en cuenta la coyuntura que se está viviendo, por eso podrán variar en el tiempo.

**Tercera:** se recomienda valorar e impulsar trabajos de investigación que consideren la importancia de la resiliencia, capacidad que ayuda a las personas a crecer en su bienestar físico y psicológico.

**Cuarta:** considerando la importancia del acompañamiento por parte de los profesionales de la salud a los pacientes adultos post Covid-19 de la Micro Red Sayán durante su enfermedad, se recomienda a los psicólogos de dicha Red valorar este tipo de intervención y continuarlo en el tiempo.

**Quinta:** los futuros psicólogos de la Micro Red Sayán podrían volver a promover la encuesta realizada en la presente investigación, a distancia de un año, para ver si los resultados siguen iguales, es decir si la mayoría de los pacientes adultos post Covid-19 encuestados siguen manteniendo una buena capacidad de resiliencia.

## REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Chavarría, Laínez, Ferrufino, Rojas, Ordoñez y Araujo (2021). *Impacto en la salud mental ocasionado por la pandemia del covid-19. Realidad y Reflexión*, 52(52), 13–28. <https://doi.org/10.5377/ryr.v52i52.10759>
- Gobierno Regional de Lima (2020). *ASISTENCIA PSICOLÓGICA VÍA TELEFÓNICA PARA MITIGAR LOS EFECTOS DEL AISLAMIENTO SOCIAL*. <https://www.regionlima.gob.pe/index.php/noticias/1174-asistencia-psicologica-via-telefonica-para-mitigar-los-efectos-del-aislamiento-social>
- González, Monteagudo, Morales, Martínez y Prado (2020). *Impacto psicológico de la COVID – 19 en pacientes convalecientes de la enfermedad*. <http://www.revpanorama.sld.cu/index.php/panorama/article/view/1396>
- Guterres, A. (2021). *Solo juntos podemos poner fin a la pandemia | Naciones Unidas*. Naciones Unidas. <https://www.un.org/es/coronavirus/only-together-can-we-end-pandemic-and-recover>
- Hernández, J. (2020). *Impacto de la COVID-19 sobre la salud mental de las personas*. Medice Centro Electrónica. [http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1029-30432020000300578](http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1029-30432020000300578)
- Huanca y Nuñez. (2020). *Estimaciones y contrastes de la pandemia en Perú y en el contexto mundial. EDUCARE ET COMUNICARE: Revista de Investigación de La Facultad de Humanidades*, 8(2), 10–20. <https://doi.org/10.35383/educare.v8i2.440>
- RAE. (2020). *resiliencia* | Definición | Diccionario de la lengua española. <https://dle.rae.es/resilienciaz>
- Ministerio de Salud Perú. (2020). *Plan de Salud Mental 2020-2021*. Minsa, 2021, 60. <http://bvs.minsa.gob.pe/local/MINSA/5092.pdf>
- Pacheco, María y Zavalaga (2021). *RESILIENCIA Y SOLEDAD EN TIEMPOS DE*

COVID - 19 EN ADULTOS MAYORES DEL CLUB PAZ Y AMOR, AREQUIPA 2020, Universidad Nacional de San Agustín de Arequipa, Tesis para optar el título profesional de enfermeras, Repositorio Universidad Nacional de San Agustín de Arequipa. <http://repositorio.unsa.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12773/12336/MDzutomatoma.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Pérez, Dorado, Rodríguez y López. (2020). *Resiliencia para la promoción de la salud en la crisis Covid-19 en España/ Resilience for health promotion in the Covid-19 crisis in Spain. Revista de Ciencias Sociales, XXVI, 52–63.* <https://doi.org/10.31876/rcs.v26i4.34649>

Quispe y Delgado. (2018). *FUNCIONAMIENTO FAMILIAR Y RESILIENCIA EN ADULTOS EN AISLAMIENTO SOCIAL POR EL COVID-19 DE LIMA METROPOLITANA, 2020*, Universidad Privada del Norte, Tesis para optar el título de licenciada en psicología, Repositorio Universidad Privada del Norte. <https://repositorio.upn.edu.pe/handle/11537/26371>

Tirino y Giniebra. (2020). *Resiliencia Y Ansiedad En Personas Con Covid-19 En Manta, Manabí, Ecuador. Revista Científica Multidisciplinaria Arbitrada “Yachasun,” 4(7), 323–343.* <https://doi.org/10.46296/yc.v4i7.0052>

Oscanoa, Yachachín y Gamonal. (2020). *Afrontamiento resiliente en adultos con Covid-19 del área de hospitalización del Hospital Luis Negreiros Vega de Essalud, Callao - 2020*, Universidad de Ciencias y Humanidades, Tesis para optar el Título profesional de licenciado en enfermería, Repositorio Universidad de Ciencias y Humanidades. <https://repositorio.uch.edu.pe/handle/20.500.12872/531>

Callabed, J. (2021). *LA FIGURA Y EL PENSAMIENTO DE BORIS CYRULNIK Y SUS ESTUDIOS SOBRE LA RESILIENCIA. La Real Academia Europea de Doctores.* <https://raed.academy/como-estimular-la-resiliencia-boris-cyrulnik/>

Robles, S. (2018). *CLIMA SOCIAL FAMILIAR Y RESILIENCIA EN ESTUDIANTES VICTIMAS DE BULLYING EN INSTITUCIONES EDUCATIVAS DE ALTO SELVA ALEGRE 2018*, Universidad Nacional de San Agustín de Arequipa,

Tesis para optar el título profesional de psicología, Repositorio Universidad Nacional de San Agustín de Arequipa.

Wagnild y Young (1993). Escala de Resiliencia ER.

Cyrulnik, B. (2020). Cómo enseñar empatía a los niños. <https://aprendemosjuntos.elpais.com/especial/el-altruismo-nos-ayuda-a-luchar-contr-el-dolor-boris-cyrulnik/#:~:text=01%3A45-.Boris%20Cyrulnik.,haber%20una%20definici%C3%B3n%20m%C3%A1s%20simple.&text=Si%20alguien%20est%C3%A1%20traumatizado%2C%20y,desarrollo%2C%20entonces%20hablamos%20de%20resiliencia.>

RAE. (2020). Ansiedad. | Definición | Diccionario de la lengua española. <https://dle.rae.es/ansiedad>

Endler Y Okada. (1975). A Multidimensional Measure of Trait Anxiety: The SR Inventory of General Trait Anxiousness. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 43(3), 319-329. <https://doi.org/10.1037/h0076643>

Barlow, D.H., & Durand, V.M. (2001). *Psicología anormal. Un enfoque integral*. México: International Thomson Editores S.A.

Díaz, K. (2019). *Ansiedad: Revisión y Delimitación Conceptual*. Universidad de Buenos Aires, De la Iglesia, Guadalupe  
Universidad de Palermo, Buenos Aires.  
<https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=7009167>

Cano (2005) La ansiedad. Claves para vencerla. [https://www.academia.edu/1002269/La\\_ansiedad\\_claves\\_para\\_vencerla](https://www.academia.edu/1002269/La_ansiedad_claves_para_vencerla)

Carrillo, I. (2006). Un estudio sobre la ansiedad. <http://www3.uacj.mx/DGDCDC/SP/Documents/avances/Documents/2006/Avances%20124.%20Irene%20Carrillo.pdf>

Solís, L. (2014). *Niveles de ansiedad psíquica y somática presentes en los miembros del Servicio Aero policial (SAP) de Quito, cuando son requeridos a intervenir en eventos que impliquen riesgo para su integridad*, Universidad Central del Ecuador, tesis para optar por el título profesional de psicología

clínica, Repositorio Universidad Central del Ecuador.  
<http://www.dspace.uce.edu.ec/handle/25000/3673>

Sierra, Ortega y Zubeidat. (2003). *Ansiedad, angustia y estrés: tres conceptos a diferenciar*. Revista Mal Estar e Subjetividad.  
[http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1518-61482003000100002](http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1518-61482003000100002)

Blasco, L. (2020). *Coronavirus | Entrevista con Laura Rojas-Marcos: "Estamos aprendiendo a gestionar la incertidumbre"*. BBC News.  
<https://www.bbc.com/mundo/noticias-52676383>

Barnuevo, M. (2020). *LA SALUD MENTAL EN TIEMPOS DE COVID -19*.  
<https://www.gob.pe/institucion/saludpol/noticias/112161-la-salud-mental-en-tiempos-de-covid-19>

Del Río, J. (2021). *La ansiedad, entre los principales efectos de la pandemia sobre la Salud Mental*. La Vanguardia.  
<https://www.lavanguardia.com/cribeo/estilo-de-vida/20210502/7420330/ansiedad-principales-efectos-pandemia-sobre-salud.html>

Fullana, Radua, Hidalgo y Vieta (2020). *El 65% de la población tiene síntomas de ansiedad o cuadros depresivos debido al confinamiento por Covid-19*. La Vanguardia.  
<https://www.lavanguardia.com/ciencia/20200828/483137097961/ansiedad-depresion-confinamiento-covid.html>

Palomino, C. (2021). *Trastornos de ansiedad en pandemia*. Clínica especialidades médicas.  
<https://www.especialidadesmedicas.org/blog/wordpress/index.php/2021/03/02/trastornos-de-ansiedad-en-pandemia/>

Sandín, Belloch y Ramos. (1995). Manual de psicopatología Volumen II. Concepto y categorización de los trastornos de ansiedad (Vol. 2 pp.53-80).  
<http://www.untumbes.edu.pe/vcs/biblioteca/document/varioslibros/1248.%20Manual%20de%20psicopatolog%C3%ADa.%20Vol.%202.pdf>

Miguel-Tobal, J. J. (1990). La ansiedad. In J. L. Pinillos & J. Mayor (Eds.), Tratado de psicología general: Motivación y emoción (pp. 309-344). Madrid: Alhambra.

Vásquez, L. (2020). *Ansiedad, depresión y estrés en trabajadores del Hospital Cayetano Heredia durante la pandemia de COVID 19 durante el año 2020*, Universidad César Vallejo, Tesis para obtener el grado académico de maestro en gestión de los servicios de la salud, Repositorio Universidad César Vallejo. [https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/49971/Vasquez\\_ELE-SD.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/49971/Vasquez_ELE-SD.pdf?sequence=1&isAllowed=y)

Díaz, Amato Chávez, Ramírez, Rangel, Rivera y López. (2013). *Depresión y ansiedad en embarazadas*. Salus. [http://ve.scielo.org/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1316-71382013000200006](http://ve.scielo.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1316-71382013000200006)

OMS. Coronavirus. [https://www.who.int/es/healthtopics/coronavirus#tab=tab\\_1](https://www.who.int/es/healthtopics/coronavirus#tab=tab_1)

Tortella, M. (2014) *Los Trastornos de Ansiedad en el DSM-5*. [file:///C:/Users/Usuario/Downloads/Dialnet-LosTrastornosDeAnsiedadEnEIDSM5-4803018%20\(1\).pdf](file:///C:/Users/Usuario/Downloads/Dialnet-LosTrastornosDeAnsiedadEnEIDSM5-4803018%20(1).pdf)

Carvajal, C. (2002). *Trastorno por estrés postraumático: aspectos clínicos*. [https://scielo.conicyt.cl/scielo.php?pid=S0717-92272002000600003&script=sci\\_arttext&tlng=e](https://scielo.conicyt.cl/scielo.php?pid=S0717-92272002000600003&script=sci_arttext&tlng=e)

Rutter, M. (2007). *Implicaciones de los conceptos de resiliencia para la comprensión científica*. Academia de Ciencias de Nueva York. <https://doi.org/10.1196/annals.1376.002>

Hamilton M. (1959) Hamilton Anxiety Rating Scale (HAM-A). Recuperado de: <https://dcf.psychiatry.ufl.edu/files/2011/05/HAMILTON-ANXIETY.pdf>

## **ANEXOS**

## Anexo 1: Matriz de consistencia

<b>TÍTULO:</b> RESILIENCIA Y ANSIEDAD EN PACIENTES ADULTOS POST COVID-19 DE LA MICRO RED SAYÁN 2021					
<b>ESTUDIANTE:</b> ROSARIO MILAGRITOS BRAVO DEZA					
PROBLEMA	OBJETIVO	HIPÓTESIS	VARIABLE	DIMENSIONES	METODOLOGÍA
¿Existe relación entre la resiliencia y la ansiedad en pacientes adultos post Covid-19 de la Micro Red Sayán?	Determinar la relación que existe entre la resiliencia y la ansiedad en pacientes adultos post Covid-19 de la Micro Red Sayán.	Existe relación significativa entre la resiliencia y la ansiedad en pacientes adultos post Covid-19 de la Micro Red Sayán.	<b>RESILIENCIA</b>	Dimensión 1: ecuanimidad	<b>Enfoque:</b> Cuantitativo  <b>Método:</b> correlacional  <b>Tipo:</b> Prospectivo  <b>Nivel de estudio:</b> Correlacional  <b>Diseño:</b> No experimental  <b>Población:</b> 119
PROBLEMAS ESPECÍFICOS	OBJETIVOS ESPECIFICOS	HIPÓTESIS ESPECÍFICAS		Dimensión 2: satisfacción personal	
¿Existe relación entre ecuanimidad y ansiedad en los pacientes adultos post Covid-19 de la Micro Red Sayán?	Determinar la relación entre ecuanimidad y ansiedad en los pacientes adultos post Covid-19 de la Micro Red Sayán.	existe relación entre ecuanimidad y ansiedad en los pacientes adultos post Covid-19 de la Micro Red Sayán.		Dimensión 3: sentirse bien solo	
¿Existe relación entre confianza en sí mismo y ansiedad en los pacientes adultos post Covid-19 de la Micro Red Sayán?	Determinar la relación entre confianza en sí mismo y ansiedad en los pacientes adultos post Covid-19 de la Micro Red Sayán.	Existe relación entre confianza en sí mismo y ansiedad en los pacientes adultos post Covid-19 de la Micro Red Sayán.		Dimensión 4: confianza en sí mismo	
¿Existe relación entre perseverancia y ansiedad en	Determinar la relación entre perseverancia y ansiedad en	Existe relación entre perseverancia y ansiedad en los	Dimensión 5: perseverancia	Dimensión 1: psíquica	
¿Existe relación entre perseverancia y ansiedad en	Determinar la relación entre perseverancia y ansiedad en	Existe relación entre perseverancia y ansiedad en los	Dimensión 2: somática		



<p>los pacientes adultos post Covid-19 de la Micro Red Sayán?</p>	<p>los pacientes adultos post Covid-19 de la Micro Red Sayán.</p>	<p>pacientes adultos post Covid-19 de la Micro Red Sayán.</p>	<p><b>ANSIEDAD</b></p>		<p><b>Muestra:</b> 91</p> <p><b>Técnicas e instrumentos de recolección de información</b></p> <p>Técnica: Encuesta</p> <p>Instrumento: Escalas de medición</p> <p><b>Instrumentos</b></p> <p>Escala de Wagnild y Young (1993).</p> <p>Escala de Ansiedad de Hamilton.</p> <p><b>Técnica de análisis de datos,</b></p> <p>SPSS</p>
---	---	---	------------------------	--	---

## Anexo 2: Instrumentos de recolección de datos y Ficha de Validación de Juicio de Expertos

### Escala de Resiliencia de Wagnild y Young (1993)

Instrucciones:

Se pide que conteste a las siguientes afirmaciones marcando con un aspa en la casilla que lo represente o con la que mejor se identifique. Cabe resaltar que no existe respuesta mala o buena.

Totalmente de acuerdo = TA	En desacuerdo = ED
Muy de acuerdo = MA	Muy en desacuerdo = MD
De acuerdo = DA	Totalmente en desacuerdo = TD
Indiferente = I	

	ITEMS	TA	MA	DA	I	ED	MD	TD
1	Cuando planeo algo lo realizo							
2	Generalmente me las arreglo de una u otra manera							
3	Dependo más de mí mismo (a) que de otras personas							
4	Es importante para mí mantenerme interesado en las cosas.							
5	Puedo estar solo(a) si tengo que hacerlo.							
6	Me siento orgulloso(a) de haber logrado cosas en mi vida.							
7	Usualmente veo las cosas a largo plazo.							
8	Soy amigo(a) de mí mismo.							
9	Siento que puedo manejar varias cosas al mismo tiempo.							
10	Soy decidido(a).							
11	Rara vez me pregunto cuál es la finalidad de todo.							
12	Tomo las cosas una por otra.							
13	Puedo enfrentar las dificultades porque las he experimentado.							
14	Tengo autodisciplina.							

15	Me mantengo interesado(a) en las cosas.							
16	Por lo general, encuentro algo de que reírme.							
17	El creer en mí mismo(a) me permite atravesar tiempos difíciles.							
18	En una emergencia soy una persona en quien se puede confiar.							
19	Generalmente puedo ver una situación de varias maneras.							
20	Algunas veces me obligo a hacer cosas, aunque no quiera.							
21	Mi vida tiene significado.							
22	No me lamento de las cosas por las que no puedo hacer nada.							
23	Cuando estoy en una situación difícil generalmente encuentro una salida							
24	Tengo la energía suficiente para hacer lo que debo hacer.							
25	Acepto que hay personas a las que yo no les agrado							

## INFORME DE VALIDACIÓN DEL INSTRUMENTO DE INVESTIGACIÓN

### I. DATOS GENERALES

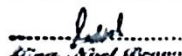
Título de la Investigación: "Resiliencia y Ansiedad en pacientes adultos post Covid-19 de la Micro Red 2021"

Nombre del Experto: Gina Paola Noel Bravo

### II. ASPECTOS A VALIDAR EN EL CUESTIONARIO (Escala de Wagnild y Young 1993)

Aspectos a Evaluar	Descripción:	Evaluación Cumple/ No cumple	Preguntas a corregir
1. Claridad	Las preguntas están elaboradas usando un lenguaje apropiado	Cumple	
2. Objetividad	Las preguntas están expresadas en aspectos observables	Cumple	
3. Conveniencia	Las preguntas están adecuadas al tema a ser investigado	Cumple	
4. Organización	Existe una organización lógica y sintáctica en el cuestionario	Cumple	
5. Suficiencia	El cuestionario comprende todos los indicadores en cantidad y calidad	Cumple	
6. Intencionalidad	El cuestionario es adecuado para medir los indicadores de la investigación	Cumple	
7. Consistencia	Las preguntas están basadas en aspectos teóricos del tema investigado	Cumple	
8. Coherencia	Existe relación entre las preguntas e indicadores	Cumple	
9. Estructura	La estructura del cuestionario responde a las preguntas de la investigación	Cumple	
10. Pertinencia	El cuestionario es útil y oportuno para la investigación	Cumple	

### III. OBSERVACIONES GENERALES

  
Gina Paola Noel Bravo  
PSICOLOGA  
C.P. 10355

Nombre: Gina Paola Noel Bravo  
No. DNI: 40435400

## INFORME DE VALIDACIÓN DEL INSTRUMENTO DE INVESTIGACIÓN

### I. DATOS GENERALES

Título de la Investigación: Resiliencia y Ansiedad en pacientes adultos post Covid-19 de la Micro Red Sayán 2021

Nombre del Experto: Paola Stefany Torres Hoyos

### II. ASPECTOS A VALIDAR EN EL CUESTIONARIO (Escala de Resiliencia de Wagnild y Young 1993).

Aspectos a Evaluar	Descripción:	Evaluación Cumple/ No cumple	Preguntas a corregir
1. Claridad	Las preguntas están elaboradas usando un lenguaje apropiado	CUMPLE	
2. Objetividad	Las preguntas están expresadas en aspectos observables	CUMPLE	
3. Conveniencia	Las preguntas están adecuadas al tema a ser investigado	CUMPLE	
4. Organización	Existe una organización lógica y sintáctica en el cuestionario	CUMPLE	
5. Suficiencia	El cuestionario comprende todos los indicadores en cantidad y calidad	CUMPLE	
6. Intencionalidad	El cuestionario es adecuado para medir los indicadores de la investigación	CUMPLE	
7. Consistencia	Las preguntas están basadas en aspectos teóricos del tema investigado	CUMPLE	
8. Coherencia	Existe relación entre las preguntas e indicadores	CUMPLE	
9. Estructura	La estructura del cuestionario responde a las preguntas de la investigación	CUMPLE	
10. Pertinencia	El cuestionario es útil y oportuno para la investigación	CUMPLE	

### III. OBSERVACIONES GENERALES



Nombre: PAOLA STEFANY TORRES HOYOS  
No. DNI: 45421184

## INFORME DE VALIDACIÓN DEL INSTRUMENTO DE INVESTIGACIÓN

### I. DATOS GENERALES



Título de la Investigación: Resiliencia y Ansiedad en pacientes adultos post Covid-19 de la Micro Red Sayán 2021

Nombre del Experto: Xuxa Lizeth Carreño Araujo

### II. ASPECTOS A VALIDAR EN EL CUESTIONARIO (Escala de Resiliencia de Wagnild y Young 1993).

Aspectos a Evaluar	Descripción:	Evaluación Cumple/ No cumple	Preguntas a corregir
1. Claridad	Las preguntas están elaboradas usando un lenguaje apropiado	Cumple	
2. Objetividad	Las preguntas están expresadas en aspectos observables	Cumple	
3. Conveniencia	Las preguntas están adecuadas al tema a ser investigado	Cumple	
4. Organización	Existe una organización lógica y sintáctica en el cuestionario	Cumple	
5. Suficiencia	El cuestionario comprende todos los indicadores en cantidad y calidad	Cumple	
6. Intencionalidad	El cuestionario es adecuado para medir los indicadores de la investigación	Cumple	
7. Consistencia	Las preguntas están basadas en aspectos teóricos del tema investigado	Cumple	
8. Coherencia	Existe relación entre las preguntas e indicadores	Cumple	
9. Estructura	La estructura del cuestionario responde a las preguntas de la investigación	Cumple	
10. Pertinencia	El cuestionario es útil y oportuno para la investigación	Cumple	

### III. OBSERVACIONES GENERALES

 GOBIERNO REGIONAL DE LIMA  
DIRECCIÓN REGIONAL DE SALUD  
RED DE SALUD BUENOS OYON  
M. SAYÁN  
  
Lic. XUXA CARREÑO ARAUJO  
PSICÓLOGA  
C.P. P. 21424

Nombre:

No. DNI: 4071596

## Escala de Ansiedad de Hamilton

**Instrucciones:** a continuación, se muestran frases que describen ciertos sentimientos que las personas tienen. Califique con el número que mejor defina lo que siente. Recuerde que no hay respuesta mala o buena.

0	1	2	3	4
Ausente	Intensidad leve	Intensidad moderada	Intensidad severa	Intensidad incapacitante

	Síntomas de la escala de Ansiedad	Ausente	Leve	Moderado	Severo	Incapacitante
1	Estado de ánimo: preocupaciones, anticipación de lo peor, aprensión e irritabilidad.					
2	Tensión: estar fácilmente cansado, no estar en capacidad de relajarse, sentirse inquieto, llorar fácilmente, sentir temblores y tener reacciones con sobresalto.					
3	Temor: miedo a la oscuridad, miedo a los desconocidos o extraños y a quedarse solos, miedo a los animales, a la muchedumbre y al tráfico.					
4	Insomnio: dificultad para conciliar el sueño, sueño interrumpido, terrores nocturnos, pesadillas, sueño insatisfactorio y sensación de cansancio al despertarse.					
5	Trastornos cognitivos: dificultad para concentrarse o mala memoria.					
6	Humor depresivo: falta de interés, insatisfacción en las diversiones, depresión, despertar prematuro  Variaciones de humor durante el día.					
7	Síntomas somáticos generales (musculares): dolor y cansancio  Muscular, rigidez muscular, Sobresaltos, sacudidas crónicas, Rechinamiento de los dientes y voz temblorosa.					
8	Síntomas somáticos generales (sensoriales): zumbidos de oídos. Visión borrosa. Sofocaciones o escalofríos. Sensación de debilidad y de hormigueo.					
9	Síntomas Cardiovasculares: frecuencia cardíaca acelerada, dolores de pecho, palpitaciones, latidos vasculares, sensación de desvanecimiento, falta de ritmo.					

10	Síntomas Respiratorios: sensación de sofocación, suspiros, disnea y presión o constricción en el pecho.					
11	Síntomas Gastrointestinales: dificultad para deglutir, dolores abdominales, sensación de ardor, náuseas, vómito, pérdida de peso, gases, estreñimiento, diarrea, sensación de estómago vacío, borborigmos.					
12	Síntomas Genitourinarios: impotencia, eyaculación precoz, pérdida de la libido, amenorrea, menorragia y también problemas urinarios como el aumento frecuente y urgente de miccionar.					
13	Síntomas Autónomos: boca seca, sofocos, tendencia a la sudoración, mareos, tensión, cefalea, caída del cabello.					
14	Comportamiento durante la entrevista: tenso, incómodo, agitación nerviosa.					



## INFORME DE VALIDACIÓN DEL INSTRUMENTO DE INVESTIGACIÓN

### I. DATOS GENERALES

Título de la Investigación: "Resiliencia y Ansiedad en pacientes adultos post Covid-19 de la Micro Red 2021"

Nombre del Experto: Gina Paola Noel Bravo

### II. ASPECTOS A VALIDAR EN EL CUESTIONARIO (Escala de Ansiedad de Hamilton)

Aspectos a Evaluar	Descripción:	Evaluación Cumple/ No cumple	Preguntas a corregir
1. Claridad	Las preguntas están elaboradas usando un lenguaje apropiado	Cumple	
2. Objetividad	Las preguntas están expresadas en aspectos observables	Cumple	
3. Conveniencia	Las preguntas están adecuadas al tema a ser investigado	Cumple	
4. Organización	Existe una organización lógica y sintáctica en el cuestionario	Cumple	
5. Suficiencia	El cuestionario comprende todos los indicadores en cantidad y calidad	Cumple	
6. Intencionalidad	El cuestionario es adecuado para medir los indicadores de la investigación	Cumple	
7. Consistencia	Las preguntas están basadas en aspectos teóricos del tema investigado	Cumple	
8. Coherencia	Existe relación entre las preguntas e indicadores	Cumple	
9. Estructura	La estructura del cuestionario responde a las preguntas de la investigación	Cumple	
10. Pertinencia	El cuestionario es útil y oportuno para la investigación	Cumple	

### III. OBSERVACIONES GENERALES

  
Gina Paola Noel Bravo  
PSICÓLOGA  
C.P. 10150

Nombre: Gina Paola Noel Bravo  
No. DNI: 40435400

## INFORME DE VALIDACIÓN DEL INSTRUMENTO DE INVESTIGACIÓN

### I. DATOS GENERALES

Título de la Investigación: Resiliencia y Ansiedad en pacientes adultos post Covid-19 de la Micro Red Sayán 2021

Nombre del Experto: Paola Stefany Torres Hoyos

### II. ASPECTOS A VALIDAR EN EL CUESTIONARIO (Escala de Ansiedad de Hamilton).

Aspectos a Evaluar	Descripción:	Evaluación Cumple/ No cumple	Preguntas a corregir
1. Claridad	Las preguntas están elaboradas usando un lenguaje apropiado	CUMPLE	
2. Objetividad	Las preguntas están expresadas en aspectos observables	CUMPLE	
3. Conveniencia	Las preguntas están adecuadas al tema a ser investigado	CUMPLE	
4. Organización	Existe una organización lógica y sintáctica en el cuestionario	CUMPLE	
5. Suficiencia	El cuestionario comprende todos los indicadores en cantidad y calidad	CUMPLE	
6. Intencionalidad	El cuestionario es adecuado para medir los indicadores de la investigación	CUMPLE	
7. Consistencia	Las preguntas están basadas en aspectos teóricos del tema investigado	CUMPLE	
8. Coherencia	Existe relación entre las preguntas e indicadores	CUMPLE	
9. Estructura	La estructura del cuestionario responde a las preguntas de la investigación	CUMPLE	
10. Pertinencia	El cuestionario es útil y oportuno para la investigación	CUMPLE	

### III. OBSERVACIONES GENERALES



Nombre: PAOLA STEFANY TORRES HOYOS  
No. DNI: 45421184

## INFORME DE VALIDACIÓN DEL INSTRUMENTO DE INVESTIGACIÓN

### I. DATOS GENERALES


Título de la Investigación: Resiliencia y Ansiedad en pacientes adultos post Covid-19 de la Micro Red Sayán 2021

Nombre del Experto: Xuxa Lizeth Carreño Araujo

### II. ASPECTOS A VALIDAR EN EL CUESTIONARIO (Escala de Ansiedad de Hamilton).

Aspectos a Evaluar	Descripción:	Evaluación Cumple/ No cumple	Preguntas a corregir
1. Claridad	Las preguntas están elaboradas usando un lenguaje apropiado	Cumple	
2. Objetividad	Las preguntas están expresadas en aspectos observables	Cumple	
3. Conveniencia	Las preguntas están adecuadas al tema a ser investigado	Cumple	
4. Organización	Existe una organización lógica y sintáctica en el cuestionario	Cumple	
5. Suficiencia	El cuestionario comprende todos los indicadores en cantidad y calidad	Cumple	
6. Intencionalidad	El cuestionario es adecuado para medir los indicadores de la investigación	Cumple	
7. Consistencia	Las preguntas están basadas en aspectos teóricos del tema investigado	Cumple	
8. Coherencia	Existe relación entre las preguntas e indicadores	Cumple	
9. Estructura	La estructura del cuestionario responde a las preguntas de la investigación	Cumple	
10. Pertinencia	El cuestionario es útil y oportuno para la investigación	Cumple	

### III. OBSERVACIONES GENERALES

 GOBIERNO REGIONAL DE LIMA  
DIRECCIÓN REGIONAL DE SALUD  
RED DE MICROREDES PARA OYON  
SAYÁN

Lic. XUXA CARREÑO ARAUJO  
PSICÓLOGA  
C.P.S. 21476

Nombre:

No. DNI: 46414596

### Anexo 3: Consentimiento informado

## CONSENTIMIENTO INFORMADO: investigación Resiliencia y Ansiedad en pacientes adultos post Covid-19 de la Micro Red Sayán 2021

Objetivo de la investigación: por la presente lo invitamos a participar de la investigación que tiene como finalidad determinar la relación que existe entre la resiliencia y la ansiedad en pacientes adultos post Covid-19 de la Micro Red Sayán 2021.

Procedimiento: Si acepta ser partícipe de este estudio, usted deberá llenar el cuestionario digital "Escala de Resiliencia de Wagnild y Young" y la " Escala de Ansiedad de Hamilton", dichos cuestionarios serán entregados a través de la plataforma Google Forms.



Confidencialidad: El manejo de la información es a través de códigos asignados a cada participante, por ello, la responsable de la investigación garantiza que se respetará el derecho de confidencialidad e identidad de cada participante, no mostrándose datos que permitan la identificación de las personas que formaron parte de la muestra de estudio.

\*Obligatorio

### Anexo 4: Base de datos

SUMA PUNTAJES -ESCALA									CATEGORÍAS O NIVELES - ORDINAL									
RESILIENCIA DE WAGNILD Y YOUNG					ANSIEDAD DE HAMILTON					RESILIENCIA DE WAGNILD Y YOUNG					ANSIEDAD DE HAMILTON			
D1X	D2X	D3X	D4X	D5X	D1Y	D2Y	VA R X	VA R Y	D1 X	D2 X	D3 X	D4 X	D5 X	D1Y	D2Y	VA R X	VA R Y	
36	21	42	22	22	7	2	143	9	3	2	3	1	1	1	1	3	1	
37	19	40	19	21	7	5	136	12	3	2	3	1	1	1	1	3	1	
32	15	40	22	19	2	0	128	2	3	1	3	1	1	1	1	3	1	
40	18	42	22	24	3	1	146	4	3	2	3	1	1	1	1	3	1	
42	19	43	23	26	5	0	153	5	3	2	3	1	1	1	1	3	1	
45	21	46	26	27	11	9	165	20	3	2	3	1	1	2	2	3	2	
48	19	46	23	26	3	0	162	3	3	2	3	1	1	1	1	3	1	
42	19	45	26	27	13	13	159	26	3	2	3	1	1	3	3	3	3	
49	21	42	22	24	0	0	158	0	3	2	3	1	1	1	1	3	1	
38	17	45	22	26	12	5	148	17	3	2	3	1	1	2	1	3	1	
35	16	36	17	19	11	16	123	27	3	1	3	1	1	2	4	2	3	
47	21	47	22	26	0	0	163	0	3	2	3	1	1	1	1	3	1	
45	21	49	22	24	6	2	161	8	3	2	3	1	1	1	1	3	1	
33	13	33	18	20	14	13	117	27	3	1	3	1	1	3	3	2	3	
42	19	44	19	21	3	0	145	3	3	2	3	1	1	1	1	3	1	
41	20	34	21	23	19	18	139	37	3	2	3	1	1	4	4	3	4	
34	16	39	21	21	10	9	131	19	3	1	3	1	1	2	2	3	2	
44	17	42	22	23	3	2	148	5	3	2	3	1	1	1	1	3	1	
38	19	44	21	22	2	0	144	2	3	2	3	1	1	1	1	3	1	
48	21	49	27	28	0	3	173	3	3	2	3	1	1	1	1	3	1	
42	17	43	25	24	2	2	151	4	3	2	3	1	1	1	1	3	1	
35	17	35	21	25	15	8	133	23	3	2	3	1	1	3	1	3	2	
33	16	38	20	22	2	4	129	6	3	1	3	1	1	1	1	3	1	
35	15	38	20	21	7	0	129	7	3	1	3	1	1	1	1	3	1	
49	21	45	27	24	3	1	166	4	3	2	3	1	1	1	1	3	1	
37	19	38	20	22	8	3	136	11	3	2	3	1	1	1	1	3	1	
33	15	37	20	19	5	4	124	9	3	1	3	1	1	1	1	2	1	
43	20	45	23	25	11	7	156	18	3	2	3	1	1	2	1	3	2	
33	15	34	15	17	4	0	114	4	3	1	3	1	1	1	1	2	1	
45	17	49	27	26	5	3	164	8	3	2	3	1	1	1	1	3	1	
35	15	35	20	20	14	14	125	28	3	1	3	1	1	3	3	2	3	
32	17	40	18	27	10	3	134	13	3	2	3	1	1	2	1	3	1	

## Anexo 5: Carta de presentación

 <p>GOBIERNO REGIONAL DE LIMA</p>	<p>RED DE SALUD HUAURA OYÓN C.S. SAYAN</p>	<p>"Decenio de la Igualdad de Oportunidades para Mujeres y Hombres" "AÑO DEL BICENTENARIO DEL PERU: 200 AÑO DE INDEPENDENCIA"</p>
<p>Sayán, 09 de diciembre del 2021</p>		
<p><b>OFICIO N° 241- 2021-GRL/DIRESA-HH-RSHO-MRS-CSS</b></p>		
<p><b>MG. GIORGIO AQUIJE CÁRDENAS</b> Decano de la Facultad de Ciencias de la Salud Universidad Autónoma de ICA</p>		
<p><b>Presente. –</b></p>		
<p><b>ASUNTO: AUTORIZACIÓN</b></p>		
<p>De mi especial consideración:</p>		
<p>Accedo a estas líneas a fin de expresarle un afectuoso saludo a nombre del Centro de Salud Sayán que dignamente represento y a la vez aprovecho la oportunidad para manifestarle lo siguiente:</p>		
<p>El motivo de la presente tiene como finalidad dar a conocer en referencia al <b>OFICIO N°530-2021-UAI-FCS</b>, la autorización para que la <b>Srta. ROSARIO MILAGRITOS, BRAVO DEZA</b>, realice su trabajo de Investigación en nuestra Institución.</p>		
<p>Sin otro particular, agradeciendo la atención a la presente, me despido de Usted reiterándole la muestra estima y consideración personal.</p>		
<p>Atentamente,</p>		
		 <p>M.C. GULNARA M. TISMADO MEDOZA Jefa de la Miro Red de Salud Sayán CMP 43431</p>
<p>GMTM/gtl C.c.: Archivo</p>		
<p><a href="http://www.hdhuacho.gob.pe">www.hdhuacho.gob.pe</a></p>		
<p>Central Telefónica 237 1013 Av. Tupac Amaru S/N - Sayán</p>		

## Anexo 6: Evidencias de recolección de datos

← 14 de Enero de 2022 9:25

**CONSENTIMIENTO INFORMADO:**  
investigación  
Resiliencia y  
Ansiedad en  
pacientes adultos  
post Covid-19 de la  
Micro Red Sayán  
2021

Se registró tu respuesta.

[Enviar otra respuesta](#)

Google no creó ni aprobó este contenido. [Denunciar abuso](#) - [Condiciones del Servicio](#) - [Política de Privacidad](#)

Google Formularios

### CUESTIONARIO: Resiliencia y Ansiedad en

Preguntas **Respuestas** 94 Configuración

- Totalmente de acuerdo
- Muy de acuerdo
- De acuerdo
- Indiferente
- En desacuerdo
- Muy en desacuerdo
- Totalmente en desacuerdo

2. Generalmente me las arreglo de una u otra manera \*

- Totalmente de acuerdo
- Muy de acuerdo
- De acuerdo

Sección 4 de 4

Cuestionario de Ansiedad

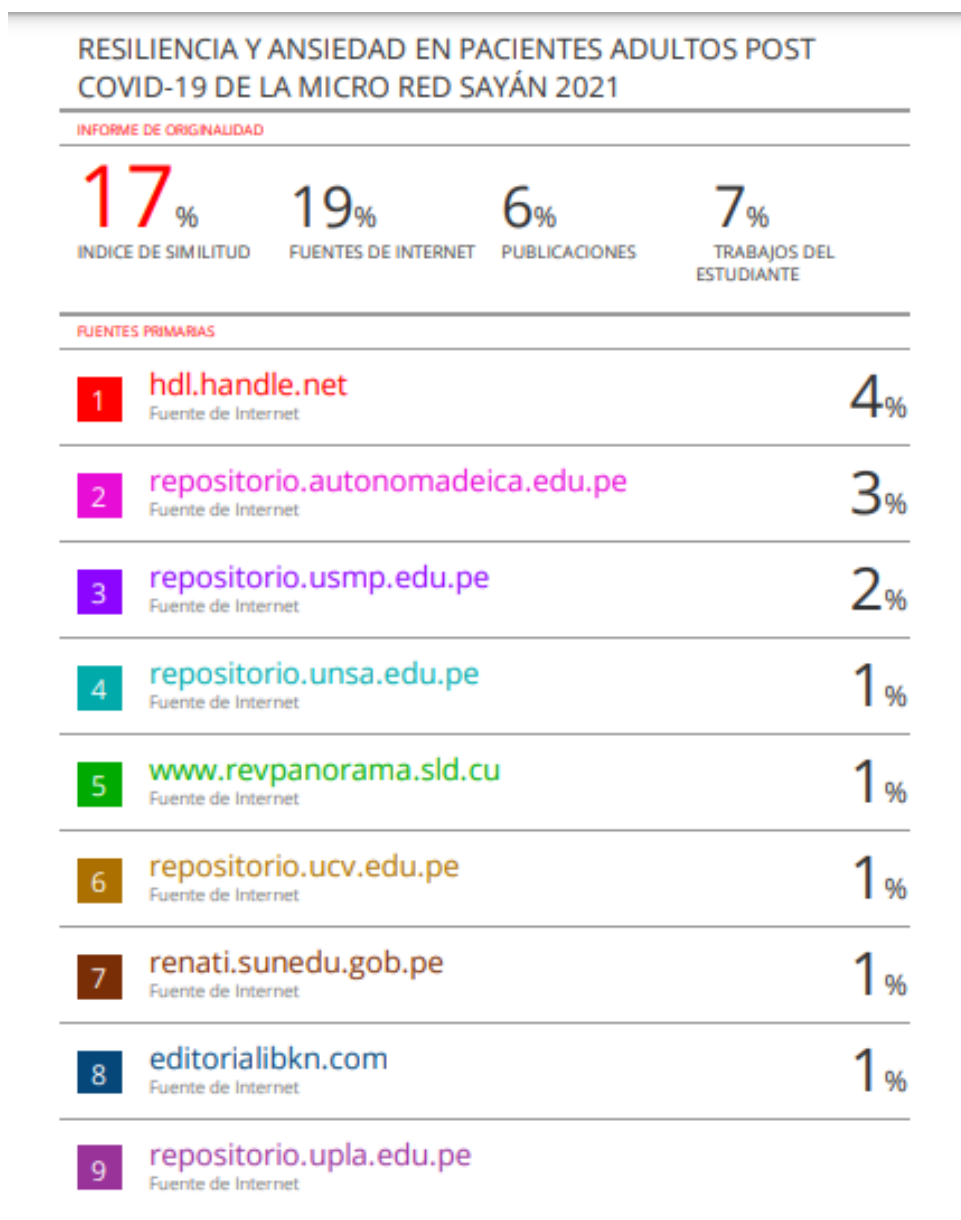
Descripción (opcional)

1. Estado de ánimo: preocupaciones, anticipación de lo peor, aprensión e irritabilidad.

- Ausente
- Leve
- Moderado
- Severo
- Grave

2. Tensión: estar fácilmente cansado, no estar en capacidad de relajarse, sentirse inquieto, llorar fácilmente, sentir temblores y tener reacciones con sobresalto.

## Anexo 7: Informe turnitin al 17% de similitud





		1 %
10	<a href="http://www.produccioncientificaluz.org">www.produccioncientificaluz.org</a> Fuente de Internet	1 %
11	<a href="http://www.lamjol.info">www.lamjol.info</a> Fuente de Internet	1 %
12	Submitted to Universidad de Málaga - Tii Trabajo del estudiante	1 %

Excluir citas      Apagado      Excluir coincidencias < 1%  
 Excluir bibliografía      Apagado