

UCUENCA

**Facultad de Psicología
Carrera de Psicología Clínica**

**ESTRATEGIAS DE AFRONTAMIENTO Y BIENESTAR PSICOLÓGICO EN EL
PERSONAL TÉCNICO Y ADMINISTRATIVO DE LA CASA HOGAR MIGUEL LEÓN DE
LA CIUDAD DE CUENCA, PERIODO 2022**

Trabajo de titulación previo a la
obtención del título de Psicólogo
Clínico

Autores:

Naakam Miqueas Jimbicti Jimbiquiti

CI: 1400953269

Correo electrónico: naakam.jimbicti@gmail.com

Daniel Enrique Rambay Zaruma

CI: 0104327812

Correo electrónico: daniel.rambay@outlook.com

Tutor:

Mgt. William Paúl Arias Medina

CI: 0104682521

Cuenca, Ecuador

13-enero-2023

Resumen:

El trabajo de cuidado, atención y protección a personas en estado de vulnerabilidad está ligado a muchas exigencias y riesgos laborales, por tanto, los trabajadores emplean estrategias para sobrellevar dificultades a modo que no se afecte su bienestar psicológico y que la calidad de servicio que brindan sea la más óptima. Esta investigación buscó describir las estrategias de afrontamiento y bienestar psicológico en el personal técnico y administrativo de la Casa Hogar Miguel León de la ciudad de Cuenca durante el periodo 2022, identificó las diferencias y semejanzas en las estrategias utilizadas por área de trabajo y analizó el bienestar psicológico general y por dimensiones en cada área. El estudio implementó un enfoque de carácter cuantitativo, de diseño no experimental, con corte transversal y alcance descriptivo, en el cual participaron un total de 32 personas pertenecientes al personal técnico y administrativo. Los instrumentos para la evaluación fueron una ficha sociodemográfica, el Inventario de Respuestas de Afrontamiento [CRI-A] y la Escala de Bienestar Psicológico [EBP]. Los resultados respecto a las estrategias de afrontamiento demostraron que en la población total de trabajadores las respuestas más utilizadas son Análisis lógico, Solución de problemas y Búsqueda de recompensas alternativas, así mismo se encontró que en las tres áreas de trabajo el número de personas y las funciones que desempeñan son distintas, pero que utilizan estrategias de evitación y aproximación al problema acorde a sus propias necesidades. En cuanto al Bienestar psicológico se determinó que la población posee niveles altos de bienestar general con puntuaciones altas en el bienestar psicológico subjetivo, laboral, de pareja y material; además el personal administrativo presentó los mayores niveles de bienestar por área de trabajo. Finalmente, se concluyó que los altos niveles de bienestar en los trabajadores se relacionan a las estrategias de afrontamiento que utilizan y a un ambiente laboral adecuado en el cual desarrollan sus actividades.

Palabras clave: Estrategias de afrontamiento. Bienestar psicológico. Cuidado y atención. Desempeño laboral.

Abstract:

The work of care, attention and protection for people in a state of vulnerability is linked to many occupational demands and risks, therefore, workers use strategies to cope with difficulties so that their psychological well-being is not affected and that the quality of service they provide be the most optimal. This research sought to describe coping strategies and psychological well-being in the technical and administrative staff of the Casa Hogar Miguel León in the city of Cuenca during the period 2022, identified the differences and similarities in the strategies used by work area and analyzed the well-being general psychological and by dimensions in each area. The study implemented a quantitative approach, non-experimental design, cross-sectional, with a descriptive scope, in which a total of 32 people from the technical and administrative staff participated. The instruments for the evaluation were a sociodemographic record, the Coping Response Inventory [CRI-A] and the Psychological Well-being Scale [EBP]. The results regarding coping strategies showed that in the total population of workers the most used responses are Logical Analysis, Problem Solving and Search for alternative rewards, likewise, it was found that in the three work areas the number of people and the functions they perform are different, but that they use avoidance strategies and approach the problem according to their own needs. Regarding psychological well-being, it was determined that the population has high levels of general well-being with high scores in subjective, work, partner and material psychological well-being; In addition, the administrative staff presented the highest levels of well-being by work area. Finally, it was concluded that the high levels of well-being in workers are related to the coping strategies they use and a suitable work environment in which they carry out their activities.

Keywords: Coping strategies. Psychological well-being. Care and attention. Job performance.

Índice de contenidos

Resumen.....	2
Abstract.....	3
Cláusula de licencia y autorización para publicación en el repositorio institucional.....	5
Cláusula de propiedad intelectual.....	7
Fundamentación teórica.....	9
Proceso metodológico.....	18
Población y muestra.....	18
Criterios de inclusión y exclusión.....	18
Métodos de recolección de información.....	18
Procedimiento para recolección de información.....	19
Consideraciones éticas.....	20
Presentación y análisis de resultados.....	22
Conclusiones.....	32
Recomendaciones.....	34
Referencias.....	35
Anexos.....	40

Índice de tablas

Tabla 1 Descriptivos de variables sociodemográficas.....	22
Tabla 2 Estrategias de afrontamiento en la población total de trabajadores.....	23
Tabla 3 Valores promedio del bienestar psicológico en comparación con los valores de la EBP.....	24
Tabla 4 Estrategias de afrontamiento en el área técnica especializada.....	27
Tabla 5 Estrategias de afrontamiento en el área técnica de cuidado.....	28
Tabla 6 Estrategias de afrontamiento en el área administrativa.....	28
Tabla 7 Porcentaje de personas por encima del promedio de bienestar psicológico por área de trabajo según la EBP.....	30

Índice de figuras

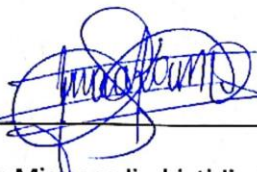
Figura 1 Porcentaje de personas por encima y debajo del promedio de bienestar psicológico según la EBP.....	25
---	----

Cláusula de licencia y autorización para publicación en el Repositorio Institucional

NAAKAM MIQUEAS JIMBICTI JIMBIQUITI en calidad de autor y titular de los derechos morales y patrimoniales del trabajo de titulación "ESTRATEGIAS DE AFRONTAMIENTO Y BIENESTAR PSICOLÓGICO EN EL PERSONAL TÉCNICO Y ADMINISTRATIVO DE LA CASA HOGAR MIGUEL LEÓN DE LA CIUDAD DE CUENCA, PERIODO 2022", de conformidad con el Art. 114 del CÓDIGO ORGÁNICO DE LA ECONOMÍA SOCIAL DE LOS CONOCIMIENTOS, CREATIVIDAD E INNOVACIÓN reconozco a favor de la Universidad de Cuenca una licencia gratuita, intransferible y no exclusiva para el uso no comercial de la obra, con fines estrictamente académicos.

Asimismo, autorizo a la Universidad de Cuenca para que realice la publicación de este trabajo de titulación en el repositorio institucional, de conformidad a lo dispuesto en el Art. 144 de la Ley Orgánica de Educación Superior.

Cuenca, 13 de enero de 2023



Naakam Miqueas Jimbicti Jimbiquiti

C.I: 1400953269

Cláusula de licencia y autorización para publicación en el Repositorio Institucional

DANIEL ENRIQUE RAMBAY ZARUMA en calidad de autor y titular de los derechos morales y patrimoniales del trabajo de titulación "ESTRATEGIAS DE AFRONTAMIENTO Y BIENESTAR PSICOLÓGICO EN EL PERSONAL TÉCNICO Y ADMINISTRATIVO DE LA CASA HOGAR MIGUEL LEÓN DE LA CIUDAD DE CUENCA, PERIODO 2022", de conformidad con el Art. 114 del CÓDIGO ORGÁNICO DE LA ECONOMÍA SOCIAL DE LOS CONOCIMIENTOS, CREATIVIDAD E INNOVACIÓN reconozco a favor de la Universidad de Cuenca una licencia gratuita, intransferible y no exclusiva para el uso no comercial de la obra, con fines estrictamente académicos.

Asimismo, autorizo a la Universidad de Cuenca para que realice la publicación de este trabajo de titulación en el repositorio institucional, de conformidad a lo dispuesto en el Art. 144 de la Ley Orgánica de Educación Superior.

Cuenca, 13 de enero de 2023



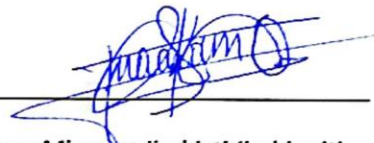
Daniel Enrique Rambay Zaruma

C.I: 0104327812

Cláusula de Propiedad Intelectual

NAAKAM MIQUEAS JIMBICTI JIMBIQUITI, autor del trabajo de titulación "ESTRATEGIAS DE AFRONTAMIENTO Y BIENESTAR PSICOLÓGICO EN EL PERSONAL TÉCNICO Y ADMINISTRATIVO DE LA CASA HOGAR MIGUEL LEÓN DE LA CIUDAD DE CUENCA, PERIODO 2022", certifico que todas las ideas, opiniones y contenidos expuestos en la presente investigación son de exclusiva responsabilidad de su autor/a.

Cuenca, 13 de enero de 2023



Naakam Miqueas Jimbicti Jimbiquiti

C.I: 1400953269

Cláusula de Propiedad Intelectual

DANIEL ENRIQUE RAMBAY ZARUMA, autor del trabajo de titulación "ESTRATEGIAS DE AFRONTAMIENTO Y BIENESTAR PSICOLÓGICO EN EL PERSONAL TÉCNICO Y ADMINISTRATIVO DE LA CASA HOGAR MIGUEL LEÓN DE LA CIUDAD DE CUENCA, PERIODO 2022", certifico que todas las ideas, opiniones y contenidos expuestos en la presente investigación son de exclusiva responsabilidad de su autor/a.

Cuenca, 13 de enero de 2023



Daniel Enrique Rambay Zaruma

C.I: 0104327812

Fundamentación teórica

Las estrategias de afrontamiento y el bienestar psicológico han sido constructos analizados en distintos contextos; el presente trabajo centró su investigación en describirlas en los trabajadores del área de cuidado, atención y protección a niñas, adolescentes y adultos mayores, dado que diversos estudios señalan la importancia que tienen estas variables en una atención de calidad y un desempeño laboral adecuado. Inicialmente se tomó en cuenta varias definiciones de las estrategias de afrontamiento pero se destacan los aportes de Moos (1984) al ser la teoría base, de igual manera se conceptualizó el bienestar psicológico desde la perspectiva de Sánchez (2013) y se detallan las dimensiones presentes en el mismo, como mención importante se exploraron las dos dimensiones en el ámbito laboral orientado al cuidado, atención y protección, y se concluyó con investigaciones a nivel internacional y nacional en donde se analizan estos conceptos.

El ser humano se encuentra sometido constantemente a muchas exigencias en las diversas esferas de su vida, una de ellas es el campo laboral; Marsollier y Aparicio (2011) señalan que este ámbito atraviesa una profunda crisis en la actualidad y que en los últimos años se ha llegado a conocer conceptos como desempleo, precariedad laboral, inestabilidad laboral, subempleo, etc., es decir, indicadores que nos hacen calificar al mundo del trabajo como problemático; los autores señalan que este escenario, percibido y experimentado como estresante, tiene un fuerte efecto en el apartado psicológico de los empleados. Esto sugiere que existen factores de riesgo psicosocial que afectan la salud física y mental de los trabajadores en muchas áreas de actividad laboral, particularmente en el sector de prestación de servicios (Caicedo et al., 2015).

Alfonso et al. (2015) señalan que cada persona busca adaptarse de diferentes maneras a su entorno, no obstante, un mayor control sobre las necesidades y las dificultades requieren recursos a nivel físico y psicológico para resolver el problema que les preocupa. Uno de estos recursos son las estrategias de afrontamiento, cuyo gran surgimiento con fines investigativos llegó con la revolución cognitiva, particularmente a raíz del trabajo de Lazarus que en 1966 propuso su teoría relacional del estrés como un proceso individual para evaluar situaciones difíciles y superarlas (Cano et al., 2007).

Desde la perspectiva de Lazarus y Folkman (1986) las estrategias de afrontamiento pueden definirse como aquellos cambios constantes de tipo cognitivo y conductual que se emplean para satisfacer necesidades internas o externas específicas de los sujetos, cuyas evaluaciones superan o exceden las de los recursos disponibles para ellos. Autores como Bedoya et al. (2014) amplían el

concepto al entenderlas como aquellas percepciones comunes que se relacionan con cada uno de los hechos descritos e inician el proceso de superación de una situación desagradable. En este sentido, las estrategias de afrontamiento conforman los recursos psicológicos de cualquier persona respecto al mejoramiento de su bienestar psicológico y calidad de vida (Jiménez et al., 2012).

Estos conceptos se encadenan con los postulados teóricos propuestos por Moos (1984) quien buscó desarrollar una teoría unificadora que permita identificar dimensiones que caractericen diversos contextos, bajo la creencia de que estos pueden explicar el comportamiento humano. A su vez implementó un modelo de proceso de *coping* o afrontamiento, en donde los factores personales estables y factores situacionales transitorios son antecedentes a la manera de responder frente a momentos estresantes, estas dimensiones son de suma importancia puesto que ambos elementos permiten identificar los diferentes aspectos de la conducta de afrontamiento (Moos y Holahan, 2003).

Para Moos (2002) la evaluación y el comportamiento de afrontamiento son mecanismos importantes al momento de manejar y cambiar los efectos de las situaciones estresantes de la vida, estos guían a la persona hacia el buen funcionamiento y el crecimiento personal. De este modo, se planteó un modelo de afrontamiento que considere la mezcla de dos dimensiones como lo son el foco y el método; el foco se relaciona con la orientación de resolución de problemas del sujeto: aproximación frente a evitación; mientras que el método se refiere al esfuerzo conductual o cognitivo realizado por un individuo. Los esfuerzos cognitivos equivalen a estrategias mentales y uso del lenguaje interno, y los esfuerzos conductuales están relacionados con acciones o actividades específicas (Kirchner y Forns, 2010).

Dentro del foco, Ebata y Moos (1991) definieron a la aproximación como los esfuerzos activos, conductuales y cognitivos del sujeto para identificar una situación, comprenderla y para tratar o hacer frente a un estresor, en esta se busca apoyo y participación en actividades de resolución de problemas. En contraste, la evitación la conceptualizan como un conjunto de esfuerzos cognitivos y conductuales para evitar pensar en un factor estresante y sus consecuencias, aceptar o resignarse a una situación, buscar acciones alternativas o expresar emociones directamente como forma de afrontar la tensión. La suma de estas dos dimensiones dan paso a cuatro tipos de afrontamiento: aproximación cognitiva, aproximación conductual, evitación cognitiva y evitación conductual (Kirchner y Forns, 2010).

Al tomar en cuenta estas premisas y con objetivo de abordar las estrategias de afrontamiento en el presente estudio, se utilizó el modelo de Moos (1984) junto con el Inventario de Respuestas de Afrontamiento para Adultos [CRI-A] en su versión en español (Kirchner y Forns, 2010) el cual evalúa las estrategias de afrontamiento desde ocho subescalas conformadas por: Análisis lógico, Reevaluación positiva, Búsqueda de guía y soporte, Solución de problemas, Evitación cognitiva, Aceptación o resignación, Búsqueda de recompensas alternativas y descarga emocional.

Respecto al tema de investigación, autores como Parsons et al. (1996) señalan que las estrategias de afrontamiento pueden influir en el bienestar psicológico y consideran que el individuo desarrolla su máximo potencial mediante la implementación de estrategias de afrontamiento eficaces, al dejar de lado el uso de respuestas alternativas al estrés que resultan poco productivas. De esta manera las estrategias activas dirigidas a la resolución del conflicto se relacionan con un alto nivel de bienestar, en cambio aquellas evitativas e improductivas presentan un nivel bajo de bienestar (González et al., 2002).

A su vez Montoya y Moreno (2012) afirman que las respuestas evitativas suelen ser las más comunes para intentar afrontar situaciones estresantes en el ámbito laboral, no obstante, estas pueden resultar contraproducentes, ya que si bien en primera instancia impide un aumento de la ansiedad, el evitar situaciones que generan estrés implica la renuncia a planes o intereses que pueden ser de importancia para la persona, lo que a su vez es una fuente de ansiedad. En este sentido, las estrategias de afrontamiento que utilice el individuo resultan importantes puesto que influyen de manera directa en su bienestar psicológico (Frydemberg y Lewis, 1997).

Con lo anterior mencionado, el concepto de bienestar psicológico empezó a ser estudiado desde dos enfoques principales; Saldaña et al. (2020) sostienen que el término posee sus orígenes en dos tendencias filosóficas: la corriente hedónica y la corriente eudaimónica. La primera corriente es definida por Ryan y Deci (2000) como un tipo de felicidad subjetiva que se construye sobre la experiencia, o en palabras de Iturrieta (2018), como la “valoración que una persona hace de su propia vida, en términos de la preponderancia de sentimientos positivos sobre los negativos” (p. 85). Por otro lado, la segunda corriente es referida a un sentimiento de expresión personal, orientado a desarrollar las potencialidades humanas (Waterman, 1993).

De esta manera, Ryff (1989) desarrolla el modelo multidimensional del bienestar psicológico desde una perspectiva eudaimónica e incluye factores de la corriente humanista como

la autorealización y desarrollo de capacidades individuales; la autora engloba al término en seis dimensiones: autonomía, autoaceptación, propósito en la vida, relaciones positivas con otros, dominio del entorno y crecimiento personal. Este modelo abarca no solo el potencial de desarrollo de las capacidades individuales, sino también es consciente de las fluctuaciones y diferencias en el desarrollo de cada dimensión. Este modelo multidimensional ha permitido el avance científico para el estudio riguroso del bienestar psicológico (Rosa y Quiñones, 2012).

Es aquí que el bienestar psicológico puede conceptualizarse desde la perspectiva de García et al. (2016) como aquello que denota un sentimiento positivo y un pensamiento constructivo que la persona concibe acerca de ella misma, se construye con base en la experiencia y se vincula con aquellos aspectos sociales, personales, físicos y psíquicos del sujeto. El bienestar psicológico se complementa con un adecuado funcionamiento en las áreas físicas, sociales y psíquicas de las personas (García-Viniegras et al., 2000).

Por su parte Diener (2000) plantea una definición para el estudio del bienestar psicológico dividida en tres dimensiones principales: la valoración del individuo en términos de su propia vida, la capacidad de las personas en colocar los afectos positivos sobre los que el individuo considere negativos, así como la facultad de definir con claridad una virtud o capacidad que posean.

Esto ha llevado a que el bienestar psicológico pueda ser estudiado desde dos perspectivas, una donde los factores externos influyen de manera directa en el bienestar de la persona, y otra donde los recursos internos del individuo priman en su percepción de vida y bienestar. Dado que los factores externos tienen una naturaleza más compleja de estudiar, la mayoría de investigadores han optado por enfocarse en los recursos internos de los sujetos (Constant y D'Aubeterre, 2011).

Bajo estas referencias, Sánchez (2013) basó su investigación sobre el bienestar psicológico desde un modelo multidimensional, al enfocarse principalmente en la capacidad del individuo para reflexionar sobre la satisfacción de sus vidas así como la frecuencia e intensidad de las emociones positivas, y toma en consideración a la felicidad percibida como un factor subjetivo del individuo. De este modo, para estudiar el bienestar psicológico utilizó cuatro subescalas: la primera llamada bienestar psicológico subjetivo, la cual se encarga de evaluar la felicidad o bienestar, la segunda dimensión evaluada es el bienestar material, esta variable se resume a los ingresos económicos y bienes materiales cuantificables, la subescala de bienestar laboral refiere a la satisfacción en el trabajo como un factor importante para el bienestar y salud general, la insatisfacción de este factor es una de las principales fuentes de estrés, por último, se encuentra la subescala de relaciones con

la pareja, en donde las relaciones satisfactorias son un factor importante para el bienestar y felicidad de la persona. Con base en esta investigación, el autor desarrollaría la Escala de Bienestar Psicológico [EBP].

De esta manera, para explorar el bienestar psicológico dados los objetivos de esta investigación se utilizó el modelo de Sánchez (2013) junto a la tercera edición de la [EBP] que está bajo su autoría, la cual evalúa cuatro subescalas: bienestar psicológico subjetivo, bienestar material, bienestar laboral y relaciones con la pareja.

Para el presente estudio es importante relacionar las variables de estrategias de afrontamiento y bienestar psicológico dentro del ámbito de cuidado, atención y protección de personas; Saldaña et al. (2020) refieren que el estrés y los factores de riesgo psicosociales son comúnmente responsables del desarrollo de enfermedades en los trabajadores, de tal manera que influyen directamente en su productividad. En consecuencia, un ambiente laboral desfavorable puede afectar la salud de sus miembros y depende de cómo se maneje este ámbito, para que se dé un desarrollo positivo de bienestar, caso contrario los efectos pueden traducirse en enfermedades físicas y mentales (Durán, 2010).

De acuerdo con Navarro et al. (2018) los profesionales cuyo trabajo es enfocado a menores de edad en situación de peligro por desprotección o abandono, ven un aumento de los riesgos psicosociales a los que se enfrentan. Estos riesgos se incrementan debido a la sensibilidad de la información que obtienen durante su trabajo, ya sean las problemáticas que abordan, o las consecuencias que sus intervenciones o decisiones tienen sobre los menores (Heliz et al., 2015).

Desde la posición de León (2017) el trabajo orientado a la atención de adultos mayores requiere de mucho tiempo, esfuerzo y dedicación, sin embargo no siempre se realiza de manera eficiente por diversas razones. Con todas las necesidades que deben de solventar al realizar su labor, los trabajadores de esta área pueden llegar a ignorar sus propias necesidades y no desempeñarse de manera efectiva e informan que menudo les resulta difícil cuidarse a sí mismos en términos de ejercicio, nutrición y visitas médicas.

En este contexto, Mosquera (2017) postula que pueden existir circunstancias o factores proclives a modificarse, otras que no puedan hacerlo, así como situaciones que ya no dependen del individuo, por ello, el aceptar esta diferenciación resulta importante dentro del proceso de afrontamiento, puesto que facilita la identificación del tipo de estrategia a utilizar acorde con la situación que pueda generar conflicto. Es así como se concede una alta responsabilidad a las

estrategias de afrontamiento, ya que moderan la relación entre las exigencias laborales con el bienestar psicológico, de esta manera permiten que en el ámbito de cuidado, atención y protección de personas se pueda facilitar e incrementar el bienestar psicológico y se disminuya el desgaste profesional.

Una vez expuestas las diferentes perspectivas de estudio de las estrategias de afrontamiento y el bienestar psicológico, es importante referenciar las investigaciones llevadas a cabo alrededor del tema. Los múltiples estudios señalan la importancia de las estrategias de afrontamiento ante el manejo de situaciones que generen conflicto, su relación con en el bienestar psicológico y cómo estos dos constructos pueden relacionarse con el desempeño laboral.

Un estudio realizado en España dirigido por Navarro et al. (2018) centró su investigación en el empleo de Estrategias de Afrontamiento respecto al Estrés Laboral y el Síndrome de Burnout en 113 trabajadores de diversos puestos de prestación de servicios, quienes trabajan con niños, niñas y adolescentes en riesgo de exclusión social. Los resultados reflejaron que las dimensiones de solución de problemas de aproximación conductual y aceptación o resignación de evitación cognitiva presentaron puntajes más elevados, en contraste, la reevaluación positiva y búsqueda de guía y soporte están poco presentes. Los autores señalan que la ausencia de estrategias de aproximación al problema supone un factor de riesgo, puesto que este tipo de estrategias mitigan el aumento del estrés. Se concluyó que aquellos trabajadores que no tienen acceso a una guía de apoyo, ya sea por trabajar aislados o por cuestiones relacionadas con el ambiente laboral pueden padecer más dificultades a la hora de obtener una respuesta de afrontamiento adecuada.

Estos resultados se asemejan con los obtenidos por Batista y Aruanno (2021) cuyo estudio realizado en Buenos Aires se orientó a identificar respuestas de afrontamiento en 242 empleados que cambiaron su modalidad de trabajo presencial a teletrabajo, lo cual representa un gran estresor. Se encontró una tendencia a emplear estrategias de aproximación cognitivas, como la reevaluación positiva, y conductuales como la búsqueda de guía y soporte, así como respuestas de evitación conductual, como la búsqueda de recompensas alternativas. Los investigadores señalan que los datos recopilados son de suma relevancia al momento efectuar normativas orientadas a brindar apoyo a los trabajadores ante situaciones que conlleven cambios repentinos e impredecibles dentro de su espacio laboral.

A nivel nacional, Andrade (2022) determinó la relación existente entre las estrategias de afrontamiento y el Síndrome de Burnout en personal del Hospital Básico Yerovi Mackuart en la

ciudad de Salcedo, durante la pandemia de COVID-19. La investigación fue conformada por 65 personas del personal administrativo y de salud. Los resultados en cuanto a las estrategias de afrontamiento identificadas fueron la de solución de problemas, la cual permite que los trabajadores intenten solucionar la situación que les genera estrés de manera directa y concreta, y la reevaluación positiva, la cual trata de identificar el lado positivo de las situaciones vividas derivadas del cuidado de pacientes, la importancia de su trabajo y la satisfacción que tienen en el mismo. La autora concluye que el personal que utiliza estrategias de aproximación al problema tiene menos riesgo de adquirir el Síndrome de Burnout.

En complemento, Vasco (2011) en su trabajo realizado en un centro geriátrico de Ambato, refiere que al existir un ambiente laboral estresante, donde las condiciones de trabajo no son las más óptimas y aceptables, sumado a los bajos salarios, pocos incentivos y reconocimientos laborales, la incapacidad del personal para trabajar con poblaciones vulnerables que requieren un alto nivel de atención puesto que se necesita de amplios conocimientos en este campo; llevan a los individuos que están bajo su cuidado a ser blanco de maltrato en diversas formas, tales como el maltrato físico, abandono, maltrato psicológico, maltrato económico o material, maltrato sexual, autonegligencia, maltrato terapéutico y sobreprotección; esto como consecuencia directa del estrés al que se encontraban sometidos.

Respecto al bienestar psicológico, Peña et al. (2015) lideraron un estudio en la ciudad de México orientado a analizar la percepción de bienestar laboral del talento humano de una maquiladora, cuya muestra estuvo conformada por 85 empleados. Los resultados indicaron que los trabajadores poseen un adecuado nivel general de Bienestar Psicológico y Laboral al encontrarse en un 80%, lo cual puede generar un buen desarrollo de aspectos organizacionales como menor índice de rotación, mejor desempeño laboral y mayor involucramiento en su trabajo. A nivel individual las dimensiones de Bienestar de Pareja (86%) y Bienestar Psicológico Subjetivo (82%) presentaron niveles más altos; estas variables se relacionan con términos de percepción de la relación, satisfacción con la vida, el afecto positivo o negativo y una autoestima alta. Por otro lado las subescalas de Bienestar Material (74%) y Bienestar Laboral (68%) indicaron niveles más bajos, que según los autores puede traducirse en inquietud respecto a su futuro económico y laboral.

Por su parte, Granados (2017) realizó una investigación enfocada a describir y analizar el bienestar psicológico en 60 trabajadores pertenecientes a una Unidad de Recolección de Evidencias del Ministerio público de Guatemala. Los resultados tras la aplicación de la EBP

señalaron que más del 50% de los participantes se encontraron en un nivel alto de bienestar psicológico; las subescalas de bienestar laboral y relaciones de pareja obtuvieron una puntuación más alta, mientras que las subescala de bienestar subjetivo y bienestar material fueron las menos puntuadas. Se pudo concluir que el nivel de bienestar psicológico de este grupo poblacional se encontraba en un nivel promedio alto, lo que significa que existe un equilibrio entre su vida laboral, social y familiar, esto se relaciona con la felicidad y la satisfacción subjetiva que pueden tener los individuos en diferentes ámbitos de su vida.

En cuanto a las investigaciones realizadas en nuestro contexto, se destacan los aportes de Vásquez (2019) quien buscó identificar la relación entre la actividad física y el bienestar psicológico en 62 trabajadores de la Unidad Educativa Pasos de la ciudad de Cuenca. Se encontró un alto índice de Bienestar Psicológico Subjetivo, Bienestar Material y Bienestar Laboral, los cuales se complementan con la práctica de actividades recreativas dentro del ámbito laboral, en este caso, realizar actividad física resultó importante para mantener un adecuado bienestar psicológico en los trabajadores. Estos datos pueden relacionarse con un estudio que buscó analizar el bienestar general en 63 cuidadores formales de niños y adolescentes con discapacidad de tres instituciones de la ciudad de Cuenca, el cual puso en evidencia que aquellas personas que experimentan un sentido de pertenencia, que buscan un propósito para su vida y se comprometen con su trabajo de cuidado, tienden a desarrollar la capacidad de buscar metas o experiencias óptimas que les permitan seguir en su crecimiento personal y profesional (Gutiérrez y Romero, 2021).

En este sentido, puesto que se ha evidenciado que las estrategias de afrontamiento podrían repercutir en el bienestar psicológico, los autores del presente estudio identificaron como problema de investigación la probabilidad de que al trabajar con niñas, adolescentes y adultos mayores que requieren de un alto nivel de cuidado, atención y protección, el personal técnico y administrativo de la Casa Hogar Miguel León se someta constantemente a un clima laboral muy demandante, el cual podría perjudicar su bienestar psicológico, así como la calidad de servicio que se brinda a estas personas. Por tal motivo, el interés de esta investigación se enfocó en obtener información respecto a las estrategias de afrontamiento y el bienestar psicológico en los trabajadores de la casa hogar, a modo de enriquecer los programas de capacitación continua que ejecuta la institución con el fin de salvaguardar la salud mental y física de sus empleados y fortalecer el rendimiento óptimo en las actividades que desempeñan.

Al tomar en cuenta las consideraciones anteriores, se plantearon las siguientes preguntas de investigación: ¿Cuáles son las estrategias de afrontamiento y los niveles de bienestar psicológico dentro del personal objeto de estudio? ¿Existen diferencias o semejanzas en las estrategias de afrontamiento utilizadas en cada área de trabajo? ¿Cuáles son las dimensiones del bienestar psicológico presentes en el personal técnico y administrativo? Para dar respuesta a las incógnitas planteadas, el estudio tuvo como objetivo general describir las estrategias de afrontamiento y bienestar psicológico que caracterizan al personal técnico y administrativo de la Casa Hogar Miguel León de la ciudad de Cuenca, durante el período 2022; los objetivos específicos se orientaron a identificar las diferencias o semejanzas en las estrategias de afrontamiento utilizadas por cada área de trabajo, y analizar el bienestar psicológico subjetivo, laboral, material y de pareja en dichas áreas.

Proceso metodológico

El estudio se centró en un enfoque de investigación cuantitativa debido a que se llevó a cabo un análisis de datos recopilados a través de diferentes instrumentos estandarizados. Posee un alcance descriptivo que permitió analizar las variables de estrategias de afrontamiento y bienestar psicológico, de esta manera se pudo observar las propiedades y características de la población estudiada para luego poder describirlas de manera objetiva. La investigación es de tipo transversal dado que se evaluó el estado de las variables anteriormente descritas en un periodo de tiempo único, y tiene fin no experimental (Hernández et al., 2014).

Población y muestra

La investigación se llevó a cabo en la Casa Hogar Miguel León de la ciudad de Cuenca durante el periodo abril-agosto del año 2022. En lo que respecta a la población se contó con 32 trabajadores quienes laboran en áreas de cuidado, protección y atención a niñas, adolescentes y adultos mayores. En relación al sexo biológico, fue conformada por hombres y mujeres respectivamente. No fue necesario el cálculo de la muestra, puesto se trabajó con la población total de empleados que dispone la institución.

Criterios de inclusión y exclusión.

Para la inclusión se tomó en cuenta a hombres y mujeres pertenecientes al personal administrativo, personal técnico especializado y personal técnico de cuidado. Se excluyó a personas que lleven a cabo un voluntariado, personas que no tengan un contrato vigente con la institución, estudiantes que efectúen pasantías dentro de la casa hogar y personas con algún parentesco o relación cercana a los usuarios de la casa hogar.

Métodos de recolección de información.

Para la recolección de datos personales de los participantes se aplicó una *ficha sociodemográfica* de elaboración propia, cuyos datos permitieron obtener características como: edad, sexo, área de trabajo, zona de residencia, estado civil, si tiene pareja o no.

Para evaluar las estrategias de afrontamiento se utilizó el *Inventario de Respuestas de Afrontamiento para Adultos [CRI-A]* (Kirchner y Forns, 2010) dirigido a personas desde los 18 a 90 años, de aplicación individual y con una duración aproximada de 15 a 30 minutos. Consta de dos partes, en la primera la persona detalla una situación difícil o problema más importante que haya atravesado en los últimos 12 meses, para posteriormente valorar en una escala tipo Likert 10 apartados relacionados al problema o situación estresante. La segunda parte consta de 48 ítems

divididos en ocho sub escalas que se relacionan a diferentes estrategias de afrontamiento: *Análisis lógico (AL)*, *Reevaluación positiva (RP)*, *Búsqueda de guía y soporte (BG)*, *Solución de problemas (SP)*, *Evitación cognitiva (EC)*, *Aceptación o resignación (AR)*, *Búsqueda de recompensas alternativas (BR)* y *Descarga emocional (DE)*. Las cuatro primeras evalúan estrategias de aproximación al problema y las otras cuatro evalúan las estrategias de evitación del problema; dentro de las mismas, las dos primeras de cada agrupación determinan una manera de enfrentar el problema de manera cognitiva y las dos últimas por la vía conductual. La calificación del instrumento nos permite obtener un puntaje de cada dimensión y obtener un perfil de afrontamiento con la estrategia predominante del individuo (pueden ser más de una). La versión del inventario aplicado es la versión original adaptada al español y al contexto latinoamericano, con un Alfa de Cronbach de 0.85.

El bienestar psicológico se evaluó mediante la *Escala de Bienestar psicológico [EBP]* (Sánchez, 2013) la cual se puede aplicar desde los 17 a 90 años con un tiempo promedio de aplicación de 20 a 25 minutos y posee un Alfa de Cronbach de 0.94. La escala consta de 65 ítems y evalúa cuatro subescalas del bienestar: *bienestar psicológico subjetivo*, *relaciones de pareja*, *bienestar material* y *bienestar laboral*. Esta escala puede calificarse con las puntuaciones de cada subescala así como un puntaje general de bienestar que depende de los valores obtenidos en cada una, a mayor puntaje mayor bienestar, para ello se utilizará el baremo en percentiles por rango de edad y sexo.

Procedimiento para recolección de información

De manera inicial se solicitó llevar a cabo el estudio en la institución mediante un oficio dirigido a la Directora de la Casa Hogar Miguel León, una vez aprobado se coordinó el tiempo y horarios de cada empleado o empleada a razón de no interrumpir sus actividades laborales, se procuró que el lugar de aplicación sea en un ambiente libre de ruido y de distractores externos a modo que sea más fácil la resolución de las preguntas, posteriormente se aplicaron la ficha sociodemográfica y los dos instrumentos de manera presencial, en adición los investigadores monitorearon en todo momento el proceso con el fin de resolver alguna inquietud, el tiempo de aplicación de los dos instrumentos fue de aproximadamente hora por persona, y para finalizar la recolección de información se consiguió a cabalidad en el lapso de tres semanas.

Consideraciones éticas

La investigación se apegó a los principios éticos establecidos por la American Psychological Association [APA] (2010) descritos a continuación. A: beneficencia y no maleficencia en el uso de datos, al igual que en la resolución de los conflictos de interés; los resultados brindarán información pertinente para el desarrollo de intervenciones apropiadas que beneficien a la sociedad y población de estudio. B: fidelidad y responsabilidad para con la investigación; el manejo de datos se llevará a cabo de forma apropiada al abordar adecuadamente a la población apoyándose en las normas del comportamiento profesional de esta manera guardar los intereses de la población. C: integridad y honestidad en el proceso; puesto que los profesionales de la salud mental se preocupan por cumplir sus compromisos de forma transparente al evitar asumir compromisos poco claros o imprudentes. D: justicia; el psicólogo clínico es consciente y forma parte de su labor que las personas involucradas en un proceso se beneficien de él desde una perspectiva imparcial, además de extender los resultados para el resto de la sociedad. E: respeto por los derechos y la dignidad de las personas que se presten partícipes del estudio; todas las personas tienen sus derechos y el profesional respetara su dignidad, valor, privacidad, y confidencialidad con la aplicación del consentimiento informado.

Al tomar en cuenta estos principios, se garantizó la confidencialidad de los participantes mediante una previa socialización de la investigación, posteriormente se les entregó un consentimiento informado el cual se aplicó de forma escrita, dispusieron de 24 horas para decidir si participar o no en el proyecto y en consecuencia, firmar el documento que contendrá los siguientes apartados: que en los instrumentos de recolección de datos no se registrarán los nombres ni números de cédula de los participantes, de esta manera se asegura su total anonimato; que el acceso a la información recabada estará en manos de la institución participante del proyecto y los autores del estudio emplearán los resultados únicamente con fines académicos; que la información obtenida se guardará en una base de datos administrada exclusivamente por los dos investigadores, quienes se comprometen a utilizarla con total responsabilidad y ética; finalmente, que los resultados pueden servir como base para futuras investigaciones relacionadas.

El principal benefactor de este estudio fue la Casa Hogar Miguel León, cuyos resultados servirán para elaborar programas de prevención y promoción, capacitaciones, talleres, planes de mejora en la funcionalidad de la institución, etc., que puedan potenciar el bienestar psicológico y fortalecer las estrategias de afrontamiento en sus trabajadores, con el fin de reducir los posibles

problemas derivados de las actividades cotidianas que desempeñan en su espacio laboral. Se debe recalcar que tanto el protocolo de investigación como el modelo de consentimiento informado fueron previamente revisados y aprobados por el Comité de Bioética en Investigación del Área de la Salud (COBIAS) de la Universidad de Cuenca.

La presente investigación declaró las siguientes posiciones de los autores para evitar conflicto de intereses una vez concluido el estudio: no se podrá utilizar la base de datos por un autor sin el consentimiento del otro, ni para presentación en eventos, ni para publicación. Además, se expresaron los consentimientos de ambos en las dos cláusulas que se plasman al inicio del documento final del Trabajo de Titulación una vez sustentado, esto en relación con la licencia y autorización para la publicación del trabajo de investigación en el repositorio institucional, y la de propiedad intelectual, donde se manifiesta que todas las ideas, opiniones y contenidos son de exclusiva responsabilidad de los autores.

Presentación y análisis de resultados

A continuación se exponen los resultados del proceso investigativo al tomar en consideración los objetivos planteados inicialmente. A modo que la comprensión de este apartado se cumpla a cabalidad, de primera mano se presentan las variables sociodemográficas de los participantes, posteriormente se da paso a la descripción de los resultados tras la aplicación de los instrumentos que responden al objetivo general y se finaliza con la identificación y análisis de los datos respectivos para cumplir con los objetivos específicos de la investigación.

Características sociodemográficas de la población

Los resultados principales de las variables sociodemográficas se pueden observar en la Tabla 1; la población estuvo conformada por 32 personas distribuidas en tres áreas de trabajo dentro de la Casa Hogar Miguel León de la ciudad de Cuenca. Predomina el personal de mujeres con una edad media de $M=38$ y $DE=12$, mientras que los hombres poseen una edad media de $M=31$ y $DE=4$. El 37.5% de las personas son solteras, el 37.5% se encuentran casadas, un 15.6% mantienen una unión libre, mientras que un 9.4% están divorciadas, por otra parte, el 65.6% de la población se encuentra en una relación sentimental, mientras que el 34.4% no tiene pareja.

Tabla 1

Descriptivos de variables sociodemográficas

Variable	Categoría	Porcentaje
Sexo	Hombre	18.7
	Mujer	81.3
Nivel de instrucción	Primaria	3.1
	Bachillerato	34.4
	Tercer Nivel	53.1
	Técnico	9.4
Área de trabajo	Administrativa	15.6
	Técnica especializada	34.4
	Técnica de cuidado	50
Zona de residencia	Urbano	75
	Rural	25

Resultados de la aplicación del CRI-A

En primera instancia, en la Tabla 2 se plasman aquellos valores en los que se encuentran agrupados la mayor cantidad de trabajadores, esto determina qué estrategias de afrontamiento son las que más utilizan al tomar como punto de referencia aquellas puntuaciones que están en el rango promedio y las que se ubican por encima de esta categoría; esto para dar respuesta al primer apartado del objetivo general de investigación.

Tabla 2

Estrategias de afrontamiento en la población total de trabajadores

Subescalas	AL	RP	BG	SP	EC	AR	BR	DE	Rango/categoría
	3	3	3	0	3	1	2	2	Considerablemente por encima del promedio
	2	6	3	6	2	7	4	7	Bastante por encima del promedio
	5	2	6	5	8	4	3	2	Algo por encima del promedio
Puntajes	13	10	7	12	7	9	12	8	Promedio
	5	5	7	4	6	4	6	7	Algo por debajo del promedio
	3	3	5	3	6	6	3	5	Bastante por debajo del promedio
	1	3	1	2	0	1	2	1	Considerablemente por debajo del promedio
Total de trabajadores	32	32	32	32	32	32	32	32	

Los resultados reflejan que la mayor cantidad de trabajadores dentro de la Casa Hogar Miguel León utilizan con más frecuencia estrategias de afrontamiento como el Análisis lógico (AL) y Solución de problemas (SP) ya que tienen puntuaciones más elevadas, seguido de la Búsqueda de recompensas alternativas (BR) que también posee una alta concentración de personas.

Kirchner y Forns (2010) describen al Análisis lógico como aquellos intentos cognitivos para prepararse mentalmente ante el estresor, sus consecuencias y en las diferentes alternativas para resolverlo; la Solución de problemas la definen como intentos conductuales que emprenden acciones para resolver de manera directa un conflicto. El Análisis lógico y la Solución de problemas tienen un foco de aproximación al problema de tipo cognitivo y conductual respectivamente, en donde se realizan esfuerzos de manera activa para identificar y entender una situación a modo de hacer frente o tratar de lidiar con un evento estresante, mediante la búsqueda de apoyo y la participación en actividades que resuelvan situaciones difíciles (Ebata y Moos, 1991).

El hecho de que los trabajadores empleen mayormente el Análisis lógico y Solución de problemas como estrategias de afrontamiento permiten determinar que en promedio la población estudiada posee un afrontamiento activo de situaciones conflictivas, esto coincide con el estudio realizado por Navarro et al. (2018) en el cual la Solución de problemas fue la respuesta de afrontamiento más utilizada y destaca que aquellas respuestas de aproximación al problema

disminuyen el aumento del estrés. Esta postura se complementa con lo expuesto por Andrade (2022) la cual concluye que el personal que utiliza estrategias de aproximación al problema tiene menos riesgo de adquirir afecciones físicas y mentales como el Síndrome de Burnout.

Respecto a la Búsqueda de recompensas alternativas, esta conceptualizada como intentos conductuales donde la persona se implica en diferentes actividades que les generen nuevas fuentes de satisfacción. Tiene un foco de evitación del problema el cual es caracterizado por aquellos esfuerzos cognitivos y conductuales para evitar pensar en la situación conflictiva y sus consecuencias, aceptar o resignarse a una situación, buscar acciones alternativas o expresar emociones como manera de afrontar el estrés. (Ebata y Moos, 1991).

El uso de esta tercera estrategia de afrontamiento por un número considerable de trabajadores evidencia una tendencia a que estos busquen otras actividades o fuentes de satisfacción con el fin de evitar pensar en la situación que les ha generado conflicto. Lo que se asemeja a lo encontrado por Montoya y Moreno (2012) quienes refieren que las respuestas evitativas son comúnmente utilizadas dentro del contexto laboral con el fin de enfrentar situaciones estresantes, sin embargo, explican que estas respuestas de afrontamiento pueden ser contraproducentes, ya que el evitar solucionar una situación conflictiva solo aplaza momentáneamente el malestar pero a la larga resulta en una fuente constante de estrés.

Resultados de la aplicación de la EBP

Para finalizar con el objetivo general del estudio, en la Tabla 3 se pueden apreciar las diferentes dimensiones que evalúa el EBP; el criterio de interpretación de los niveles de bienestar es que a mayor puntaje, mayor nivel de bienestar, al tener como base de análisis los niveles de bienestar promedio propuestos por el test de Escala de Bienestar Psicológico, es decir, aquellas personas que se encuentren por debajo del promedio necesitarán de un programa que les permita mejorar sus niveles de bienestar psicológico. Dicho esto, se describen los valores promedio de la población de la casa hogar y la comparación con los valores propuestos por la escala aplicada.

Tabla 3

Valores promedio del bienestar psicológico en comparación con los valores de la EBP.

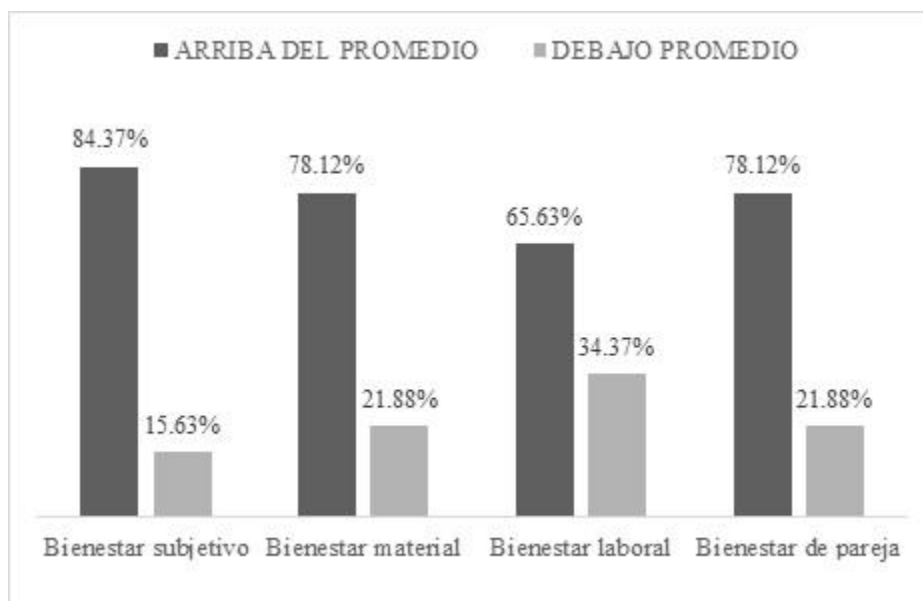
Dimensiones	Media n=32	Desv.	Media n= 1885	Desv.
Bienestar psicológico subjetivo	122.34	16.33	102.9	20.73
Bienestar material	38.62	7.25	33.48	8.90
Bienestar laboral	42.75	4.48	32.76	9.25
Bienestar de pareja	61.25	13.42	57.59	10.49

Los datos indican que a nivel general, los puntajes promedio de cada dimensión de bienestar psicológico en el personal de la Casa Hogar Miguel León se encuentran por encima del promedio propuesto por la EBP.

Dentro de la Figura 1 se puede observar el porcentaje de la población que logran superar los valores promedio de las dimensiones de bienestar, se debe hacer un especial énfasis en aquellas personas que no lograron superar el promedio, puesto que los programas de intervención deben estar enfocados en esta parte de la población.

Figura 1

Porcentaje de personas por encima y debajo del promedio de bienestar psicológico según la EBP.



Nota. Elaboración propia.

El bienestar psicológico subjetivo es la dimensión que más destaca, con un 84.37% de personas que superan el promedio; según la investigación de Granados (2017) los niveles de bienestar psicológico altos en trabajadores dependen de un equilibrio entre el bienestar laboral y la satisfacción subjetiva, lo que concuerda con la información recopilada. Es necesario hacer hincapié en la dimensión del bienestar subjetivo descrita por Sánchez (2013) como la felicidad que cada persona percibe en su vida, al explorar una etapa concreta vital que caracterice a la persona evaluada. Dados los resultados, la mayoría de la población se encuentra en su etapa adulta con una percepción alta de felicidad. Cabe recalcar que en los datos obtenidos al menos el 15.63% necesita apoyo psicológico que permita mejorar este bienestar.

El bienestar de pareja es considerado por Sánchez (2013) como la fuente primordial de felicidad, del total de la población, el 65% se encuentra en una relación sentimental, y de estas personas, el 78.12% se encuentran en valores por encima de la media. Estos resultados poseen similitudes con los obtenidos por Peña et al. (2015) quienes encontraron que el bienestar de pareja poseía puntajes más elevados debido a que las personas mantenían una buena percepción de relación sentimental, satisfacción con la vida y una autoestima alta.

El bienestar material presenta datos por encima de la media lo que indica niveles altos en esta dimensión de bienestar. Esto difiere con lo encontrado por Peña et al. (2015) en cuyo estudio el bienestar material indicó niveles más bajos, puesto que su población de estudio mostraba inquietudes respecto a su futuro laboral y económico. En este sentido el 21.88% de trabajadores tanto en el bienestar de pareja y el bienestar material requieren atención en estas dimensiones.

Los niveles de bienestar laboral presentan porcentajes por encima del promedio lo que sugiere que existe un buen ambiente laboral, que basados en los criterios de Sánchez (2013) mantiene una relación estrecha con el bienestar general, el autor añade que el no poseer condiciones óptimas laborales desencadena de manera significativa infelicidad, al ser el estrés laboral la amenaza directa al bienestar del trabajador. Esto concuerda con la evidencia encontrada por Saldaña et al. (2020) donde los trabajadores optimizarían su trabajo en dependencia del ambiente donde realicen sus labores, además, el estrés y los factores de riesgo psicosociales son comúnmente responsables del desarrollo de enfermedades en los trabajadores lo que influye directamente en su productividad.

A esto, Durán (2010) añade que un ambiente laboral desfavorable puede afectar la salud de sus miembros y en dependencia de cómo se maneje este ámbito, puede devenir en un desarrollo positivo de bienestar, caso contrario, los efectos pueden traducirse en enfermedades físicas y mentales. Con estos detalles se puede afirmar que todas las personas que se encuentran por debajo del promedio necesitan apoyo psicológico con el fin incrementar sus niveles de bienestar. Dicho esto, el 65.63% de personas se encuentran por encima del promedio, en contraste, el 34.38% requiere de atención psicológica.

Los resultados de la investigación muestran un panorama favorable, dados los altos niveles de bienestar laboral con el bienestar psicológico subjetivo. Esto evidencia que los trabajadores de la Casa Hogar Miguel León poseen un ambiente adecuado de trabajo, así como factores que les permiten ver sus vidas con felicidad. Más del 75% de todos los trabajadores se encuentran en

niveles por encima del promedio en bienestar de pareja y material. No obstante, es necesario un plan de intervención que permita el desarrollo de habilidades psicológicas en aquel porcentaje de la población que no alcanzan los valores promedio de las dimensiones evaluadas por la EBP, de esta manera se da cumplimiento al objetivo general del estudio.

Estrategias de afrontamiento por área de trabajo

En este apartado se exponen los resultados más relevantes en cuanto a las estrategias de afrontamiento utilizadas por el personal en cada área de trabajo dentro de la Casa Hogar Miguel León, como lo son: el área técnica especializada, área técnica de cuidado y área administrativa. Se optó por dividir a la totalidad de trabajadores por área para que de esta manera se pueda determinar si existen semejanzas o diferencias en cuanto a las respuestas de afrontamiento más utilizadas en cada subdivisión, lo que da respuesta al primer objetivo específico del estudio.

La cantidad de datos en los que se encuentran agrupados el mayor número de trabajadores del área técnica especializada evidencian que esta población hace uso de varias estrategias de afrontamiento. Sin embargo, por la cantidad de personas que las emplean en promedio, la Solución de problemas (SP) es la estrategia de afrontamiento que más destaca, tal y como lo muestra la Tabla 4.

Tabla 4

Estrategias de afrontamiento en el área técnica especializada

Subescalas	AL	RP	BG	SP	EC	AR	BR	DE	Rango/categoría
Puntajes	0	0	1	0	1	0	1	1	Considerablemente por encima del promedio
	1	3	0	1	1	1	2	3	Bastante por encima del promedio
	2	0	4	2	2	2	1	0	Algo por encima del promedio
	5	3	2	6	3	4	3	3	Promedio
	2	3	3	1	2	1	2	2	Algo por debajo del promedio
	0	1	0	1	2	2	1	3	Bastante por debajo del promedio
	0	1	1	0	0	1	1	0	Considerablemente por debajo del promedio
Total de trabajadores	11	11	11	11	11	11	11	11	

Respecto al área técnica de cuidado, en la Tabla 5 se puede evidenciar que en esta subdivisión de trabajo el Análisis lógico (AL) es la respuesta de afrontamiento que más personas utilizan.

Tabla 5

Estrategias de afrontamiento en el área técnica de cuidado

Subescalas	AL	RP	BG	SP	EC	AR	BR	DE	Rango/categoría
	1	2	1	0	1	1	1	1	Considerablemente por encima del promedio
	1	3	2	4	1	4	1	3	Bastante por encima del promedio
Puntajes	3	1	2	2	6	2	1	1	Algo por encima del promedio
	7	5	3	5	2	3	8	6	Promedio
	1	1	4	3	3	3	3	4	Algo por debajo del promedio
	2	2	4	1	3	3	2	1	Bastante por debajo del promedio
	1	2	0	1	0	0	0	0	Considerablemente por debajo del promedio
Total de trabajadores	16	16	16	16	16	16	16	16	

Los resultados la reflejan que no existen diferencias considerables en cuanto al uso de estrategias de afrontamiento respecto a las áreas de trabajo mencionadas, puesto que su ámbito de actuación es muy similar. La distinción entre el área técnica de cuidado respecto al área técnica especializada se da debido a que muchos cuidadores solo cuentan con la preparación técnica más no con una especialización.

Debido a que en el área técnica especializada el personal debe manejar muchos conocimientos en cuanto a la atención de niñas, adolescentes y adultos mayores, estos se encuentran expuestos constantemente a riesgos laborales, que de acuerdo con Heliz et al. (2015) estos riesgos pueden incrementarse dada la sensibilidad de la información que obtienen respecto a las problemáticas abordadas o las consecuencias que conlleven sus intervenciones y decisiones sobre los menores de edad. De igual manera se da con los adultos mayores, tal como lo expresa León (2017) quien señala que al trabajar con esta población que posee muchas necesidades por solventar, se puede llegar a ignorar las propias necesidades y a no desempeñar una labor de manera efectiva.

Finalmente, en la Tabla 6 se puede apreciar que los trabajadores del área administrativa emplean mayormente la Búsqueda de guía y soporte (BG) como estrategia de afrontamiento ante situaciones conflictivas.

Tabla 6

Estrategias de afrontamiento en el área administrativa

Subescalas	AL	RP	BG	SP	EC	AR	BR	DE	Rango/categoría
	1	1	1	0	1	0	0	0	Considerablemente por encima del promedio
	0	0	1	1	0	2	1	1	Bastante por encima del promedio
	0	1	0	1	0	0	1	1	Algo por encima del promedio
Puntajes	1	2	2	1	2	2	1	0	Promedio
	2	1	0	0	0	0	1	1	Algo por debajo del promedio
	1	0	1	1	1	1	0	1	Bastante por debajo del promedio
	0	0	0	1	1	0	1	1	Considerablemente por debajo del promedio
Total de trabajadores	5	5	5	5	5	5	5	5	

La diferencia encontrada entre el área administrativa con el área técnica especializada y de cuidado son la cantidad de trabajadores que corresponden al personal administrativo y las funciones que desempeñan, puesto que el trabajo no lo realizan de manera directa con las niñas, adolescentes y adultos mayores, sino más bien desde el ámbito de la gestión, organización, planificación, etc., de los recursos humanos, financieros y técnicos de la Casa Hogar Miguel León.

En cuanto a las semejanzas se encontró que en las tres áreas de trabajo se ha podido evidenciar la presencia de estrategias de afrontamiento con un foco de aproximación y evitación al problema, por ende no existen respuestas de afrontamiento que predominen. Los resultados se complementan con los de Batista y Aruanno (2021) en donde aquellos trabajadores que estaban sometidos a estresores tenían una tendencia a emplear estrategias de aproximación al problema para lidiar con los mismos. Al seguir esta línea, Gonzáles et al. (2002) refirieron que las estrategias activas y dirigidas a la resolución de conflictos tienen relación con un nivel alto de bienestar, en cambio aquellas estrategias que pretenden evitar los problemas presentan un bajo nivel bienestar.

Por tanto, las estrategias de afrontamiento que emplean este grupo de trabajadores van en función de los riesgos laborales y a las actividades que llevan a cabo con los usuarios dentro de la casa hogar, puesto que el área técnica trabaja de manera directa con las personas, mientras que el área administrativa se dedica principalmente a labores de oficina. El aceptar que si bien sus funciones son distintas pero que trabajan con una misma población que requiere de un tratamiento multidisciplinario, es la principal motivación para tratar de encontrar soluciones a las situaciones

difíciles que puedan presentarse y a su vez brindar un servicio que cumpla con los estándares de calidad. Esto se encadena con lo expuesto por Mosquera (2017) quien señala que existen situaciones que pueden o no modificarse y otras que ya no dependen de la persona, por lo que aceptar esta diferencia es de suma importancia dentro del proceso de afrontamiento ya que permite identificar la mejor respuesta de afrontamiento a utilizar ante una situación que genere conflicto.

La utilización de estas estrategias de afrontamiento de aproximación al problema, determina que ante las demandas laborales que representa el trabajar con una población vulnerable dentro de la casa hogar, los miembros de las tres áreas emplean estrategias que les impulsan a la resolución activa de conflictos, el manejo eficaz de situaciones problemáticas, su cuidado personal y un desempeño laboral adecuado. Estos resultados muestran similitud con lo expuesto por Parsons et al. (1996) respecto a que las estrategias de afrontamiento y su influencia en el bienestar psicológico, donde consideran que mediante el uso de respuestas de afrontamiento eficaces y al dejar de lado aquellas que resultan poco productivas para el afrontamiento del estrés, el ser humano desarrolla sus potencialidades.

Análisis de las dimensiones de Bienestar

En la Tabla 7 se presentan los valores que permitió contestar el segundo objetivo específico, aquí se observa el porcentaje de personas de cada área que se encuentra por encima del promedio respecto a las cuatro dimensiones de bienestar psicológico:

Tabla 7

Porcentaje de personas por encima del promedio de bienestar psicológico por área de trabajo según la EBP.

	Área administrativa	Área técnica especializada	Área técnica de cuidado
Bienestar psicológico subjetivo	100	81.81	81.25
Bienestar material	80	90.9	68.75
Bienestar Laboral	80	100	100
Bienestar de pareja	100	66.66	72.72

El área administrativa refleja que más del 80% de personas pertenecientes a esta área posee niveles de bienestar por encima del promedio en todas las dimensiones, al destacar el bienestar psicológico subjetivo y de pareja, el bienestar laboral muestra un porcentaje menor en comparación con el resto de áreas de trabajo. El área técnica especializada por su parte, muestra mejores niveles de bienestar material, sin embargo, presenta un porcentaje menor de bienestar de pareja en comparación con las otras áreas de trabajo, por último, dentro del área técnica de cuidado, los

porcentajes que más destacan son el de bienestar psicológico subjetivo y de bienestar laboral, el porcentaje de bienestar de pareja es más alto que el del área técnica especializada pero menor al área administrativa. El área de cuidado presenta un porcentaje menor de bienestar material en comparación con el resto de áreas.

Si bien se analizaron los porcentajes de aquellas personas que se encuentran por encima del promedio es necesario destacar que aquellas personas por debajo de esta medida necesitan de un programa que les permita aumentar sus niveles de bienestar. El área administrativa muestra la necesidad de intervención en el 20% de personas dentro del bienestar material y laboral. El 33.24% de personas dentro del área técnica especializada necesita apoyo para aumentar los niveles de bienestar de pareja, el 18.19% en bienestar psicológico subjetivo y 9.1% en bienestar material. Por último, el área técnica de cuidado requiere apoyo en el bienestar material y de pareja, al tener porcentajes de 31.25% y 27.28% respectivamente.

Conclusiones

La Casa Hogar Miguel León cuenta con servicios dedicados al cuidado de niñas, adolescentes mujeres y adultos mayores en condiciones de vulnerabilidad, la institución tiene una trayectoria de 152 años de servicios a la comunidad, las actividades dentro de la Casa Hogar han llegado a ser un referente para las instituciones que se dedican a actividades similares dentro de las que supervisa el Ministerio de Inclusión Económica y Social (MIES), la misma se encarga de brindar los parámetros a cumplir para una óptima prestación de servicios, además de realizar evaluaciones anuales a la Casa Hogar, dada esta primicia, la institución se encuentra en un proceso constante de mejora para brindar un óptimo servicio a niñas, adolescentes y adultos mayores.

En respuesta al objetivo general del estudio en lo que respecta a las estrategias o respuestas de afrontamiento, se pudo concluir que la población total de trabajadores hace uso de varias estrategias de afrontamiento, en este caso el Análisis lógico, Solución de problemas y Búsqueda de recompensas alternativas presentan puntuaciones más elevadas por lo que fueron descritas para comprender su uso en el ámbito del cuidado, atención y protección de personas en estado de vulnerabilidad.

Con la implementación de Análisis lógico y la Solución de problemas como respuestas de afrontamiento, se concluye que los trabajadores de la Casa Hogar Miguel León se enfrentan de manera activa a los estresores presentes en su trabajo por lo que desempeñan su labor de manera eficiente sin descuidar sus necesidades físicas y mentales. Con la Búsqueda de recompensas alternativas se concluyó que los trabajadores complementan el afrontamiento directo de situaciones conflictivas con otras actividades que le generen satisfacción, lo que a su vez denota un empleo de estrategias de afrontamiento eficientes al momento de resolver y afrontar situaciones problemáticas.

Al seguir la línea del objetivo general de investigación, el bienestar psicológico del personal técnico y administrativo de la Casa Hogar Miguel León muestra valores altos de bienestar psicológico a nivel general, cuyos mayores puntajes se encuentran en las dimensiones de bienestar psicológico subjetivo y de pareja, de igual forma, existen valores altos en el bienestar material, se toma en consideración que el foco de intervención debe estar centrado en aquellas personas que no alcanzan los valores promedio de bienestar.

Respecto al primer objetivo específico, se puede concluir que las diferencias se hallan únicamente en la cantidad de trabajadores pertenecientes al área técnica y el área administrativa,

así como el ámbito en el que desempeñan sus labores. No obstante, se visualizó que pese a estas diferencias, las respuestas de afrontamiento que se emplean en las tres áreas de trabajo son similares, y que estas dependen de las actividades y funciones específicas que lleven a cabo.

En cuanto al segundo objetivo específico, el análisis permitió observar que el área administrativa muestra valores de bienestar más altos en comparación con el resto de áreas de trabajo a excepción del bienestar laboral. El área técnica de cuidado presenta porcentajes más elevados de aquellas personas que no alcanzaron niveles promedio de bienestar psicológico, por lo que se debe hacer un programa especial para esta área de trabajo.

Para finalizar, se concluye que los altos índices de bienestar psicológico en el personal técnico y administrativo de la Casa Hogar Miguel León se deben un ambiente de trabajo favorable en el cual desarrollan sus actividades y a las respuestas de afrontamiento que emplean ante situaciones estresantes. Si bien existen riesgos laborales al trabajar con poblaciones vulnerables, estos son sobrellevados de manera activa y directa por los trabajadores mediante el uso de estrategias de afrontamiento efectivas que llevan a la resolución de conflictos, al cuidado de su salud mental y física, y a un desempeño laboral adecuado.

Dentro de las limitaciones de la investigación se encontraron principalmente la adquisición de los instrumentos físicos dado el costo y dificultad para importarlos al país, así como la coordinación para aplicar los instrumentos por los horarios cambiantes de los empleados, esto se debió a sus actividades de intervención constante con los usuarios, por lo que la aplicación de los test en periodos extendidos de tiempo se dificultó.

Recomendaciones

Se recomienda que dentro de la institución existan espacios donde los trabajadores del área técnica y administrativa puedan socializar aquellas preocupaciones que les aquejan a modo de canalizar de manera efectiva sus emociones y se implementen estrategias de afrontamiento con un enfoque de aproximación al problema, con el fin velar por su salud física y mental a la vez que brinden los servicios pertinentes de manera profesional y eficiente, sin dar paso a la vulneración de ningún derecho de los usuarios de la Casa Hogar Miguel León.

Con lo anterior mencionado, se recomienda implementar talleres grupales que ayuden a la población estudiada a desarrollar nuevas estrategias para mejorar la vida familiar y de pareja, estos talleres pueden estar enfocados a la vida de pareja, en temas como la comunicación asertiva, sexualidad, responsabilidad afectiva, dependencia emocional, entre otros. De igual forma, realizar actividades que promuevan el desarrollo de la autoestima, autoconcepto, inteligencia emocional entre otros factores que puedan fortalecer las aptitudes individuales de cada trabajador y que el cuidado que se brinda dentro de la institución continúe con los estándares de calidad requeridos.

Para finalizar, resulta pertinente continuar con la investigación de las estrategias de afrontamiento y bienestar psicológico en el personal que presta servicios de cuidado, atención y protección a personas en estado de vulnerabilidad en todas sus dimensiones, por lo que se recomienda que se lleven a cabo más estudios a futuro que analicen estos constructos a modo de fortalecer la salud mental y física en esta población de trabajadores cuya labor resulta muy importante en nuestra sociedad actual.

Referencias

- Andrade, M. (2022). *Estrategias de Afrontamiento y Síndrome de Burnout en personal hospitalario durante la pandemia COVID-19*. [Tesis de Licenciatura, Pontificia Universidad Católica del Ecuador]. <https://repositorio.pucesa.edu.ec/bitstream/123456789/3557/1/77853.pdf>
- American Psychological Association [APA] (2010). *Principios éticos de los psicólogos y código de conducta*. Facultad de Psicología, Universidad de Buenos Aires. http://www.psicologia.unam.mx/documentos/pdf/comite_etica/Codigo_APA.pdf
- Alfonso, B., Calcines, M., Monteagudo, R. y Nieves, Z. (2015). Estrés académico. *Rev. EDUMECENTRO*, 7(2), 163-178. http://scielo.sld.cu/scielo.php?pid=S2077-28742015000200013&script=sci_abstract
- Batista, A. y Aruanno, Y. (2021). *Respuestas de afrontamiento en trabajadores de Buenos Aires que tuvieron que cambiar su modalidad de trabajo presencial a teletrabajo debido a la pandemia mundial del COVID-19*. Universidad de Buenos Aires, Argentina. ISSN: 2618-2238. <https://www.aacademica.org/000-012/149.pdf>
- Bedoya, F., Matos, L. y Zelaya, E. (2014). Niveles de estrés académico, manifestaciones psicosomáticas y estrategias de afrontamiento en alumnos de la facultad de medicina de una universidad privada de Lima en el año 2012. *Rev Neuropsiquiatr*, 77(4), 262-270. <http://www.scielo.org.pe/pdf/rnp/v77n4/a09v77n4.pdf>
- Caicedo, S., Jiménez, E., Pulido, J. y Joven, R. (2015). Factores de riesgo psicosocial y Síndrome de Burnout en trabajadores de una empresa dedicada a la recreación y el entretenimiento educativo infantil en Bogotá D.C. *Revista de la Universidad Industrial de Santander. Salud*, 47(1), 47-60. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=343839277007>
- Cano, F., Rodríguez, L. y García, J. (2007). Adaptación Española del Inventario de Estrategias de Afrontamiento. *Actas Españolas de Psiquiatría*, 35(1), 29-39. https://www.researchgate.net/publication/235419673_Adaptacion_Espanola_del_Inventario_de_Estrategias_de_Afrontamiento
- Chávez, A. (2006). *Bienestar psicológico y su influencia en el rendimiento académico de estudiantes de nivel medio superior*. [Tesis de Maestría, Universidad de Colima]. http://digeset.uco.mx/tesis_posgrado/Pdf/ALFONSO_CHAVEZ_URIBE.pdf

- Constant., A. y D´Aubeterre, M. (2011). Validación de la Escala de Bienestar Psicológico en una muestra multiocupacional venezolana. *Revista CES Psicología*, 4(1), 52-71. <https://www.redalyc.org/pdf/4235/423539418005.pdf>
- Diener, E. (2000). Subjective well-being: The science of happiness and a proposal for a national index. *American Psychologist*, 55(1), 34-43. <https://doi.org/10.1037/0003-066X.55.1.34>
- Durán, M. (2010). Bienestar psicológico: el estrés y la calidad de vida en el contexto laboral. *Revista Nacional de Administración*, 1(1), 71-84. <https://doi.org/10.22458/rna.v1i1.285>
- Ebata, A. T. y Moos, R. H. (1991). Coping and adjustment in distressed and healthy adolescents. *Journal of Applied Developmental Psychology*, 12(1), 33-54. [https://doi.org/10.1016/0193-3973\(91\)90029-4](https://doi.org/10.1016/0193-3973(91)90029-4)
- Frydemberg, E. y Lewis, R. (1997). ACS: *Escalas de afrontamiento para adolescentes* (Manual de adaptación española). Madrid: TEA.
- García, F., Manquían, E. y Rivas, G. (2016). Bienestar psicológico, Estrategias de Afrontamiento y Apoyo Social en cuidadores informales. *Psicoperspectivas*, 15(3), 101-111. <https://www.scielo.cl/pdf/psicop/v15n3/art10.pdf>
- García-Viniegras, V., Carmen, R. y González, I. (2000). La categoría bienestar psicológico: Su relación con otras categorías sociales. *Revista Cubana de Medicina General Integral*, 16(6), 586-592. https://www.researchgate.net/publication/242241780_La_categoria_bienestar_psicologic_o_Su_relacion_con_otras_categorias_sociales
- González, R., Montoya, I., Casullo, M. y Bernabéu, J. (2002). Relación entre estilos y estrategias de afrontamiento y bienestar psicológico en adolescentes. *Psicothema*, 14(2), 363-368. <https://www.psicothema.com/pdf/733.pdf>
- Granados, J. (2017). *Bienestar psicológico del personal de la Unidad de Recolección de Evidencias del Ministerio público*. [Tesis de Licenciatura, Universidad Rafael Landívar]. <http://recursosbiblio.url.edu.gt/tesiseortiz/2018/05/42/Granados-Jeany.pdf>
- Gutiérrez, A. y Romero, P. (2021). Bienestar en Cuidadores Formales de Niños y Adolescentes con Discapacidad. *Eureka*, 18(2), 130-152. <https://www.psicoeureka.com.py/sites/default/files/articulos/eureka-18-1-15.pdf>

- Heliz, J., Navarro, I., Tortosa, N. y Jodra, P. (2015). Análisis de factores de riesgo de la profesión de educado en diferentes contextos residenciales de la Provincia de Alicante. *Revisa sobre la infancia y la adolescencia*, 9(2), 47-59. <http://doi.org/10.4995/reinad.2015.3877>
- Hernández, R., Fernández, C. y Baptista, P. (2014). *Metodología de la investigación: Roberto Hernández Sampieri, Carlos Fernández Collado y Pilar Baptista Lucio (6a. ed)*. México D.F., México: McGraw-Hill.
- Iturrieta, S. (2018). Masificación, segmentación y fragmentación de la educación superior chilena: Bienestar subjetivo de profesionales. *Revista de Ciencias Sociales Ve*, 24(2), 83-96. <https://doi.org/10.31876/rsc.v24i3.24926>
- Jiménez, M., Amarís, M. y Valle, M. (2012). Afrontamiento en crisis familiares: el caso del divorcio cuando se tienen hijos adolescentes. *Salud Uninorte*, 28(1), 99-112. <https://www.redalyc.org/pdf/817/81724108011.pdf>
- Kirchner, T. y Forns, M. (2010). *Adaptación española del Inventario de Respuestas de Afrontamiento de R.H. Moos*. Universidad de Barcelona. Madrid: TEA.
- Lazarus, R. y Folkman, S. (1986). Estrés y procesos cognitivos. *Evaluación, afrontamiento y consecuencias adaptativas*. Nueva York: Martínez Roca.
- León, K. (2017). *Estrés del cuidador del adulto mayor Hospital Geriátrico San Isidro Labrador*. [Tesis de Maestría, Universidad de San Martín de Porres]. https://repositorio.usmp.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12727/4778/leon_qkb.pdf?sequence=3&isAllowed=y
- Marsollier, R. y Aparicio, M. (2011). El Bienestar Psicológico en el Trabajo y su vinculación con el Afrontamiento en situaciones conflictivas. *Psicoperspectivas*, 10(1), 209-220. <https://doi.org/10.5027/psicoperspectivas-Vol10-Issue1-fulltext-125>
- Moos, R. H. (1984). Context and coping: Toward a unifying conceptual Framework. *American Journal of Community Psychology*, 12(1), 5-25. <https://doi/10.1007/BF00896933>
- Moos, R. H. (2002). The mystery of human context and coping: an unraveling of clues. *American Journal of Community Psychology*, 30(1), 67-88. <http://doi.org/10.1023/A:1014372101550>
- Moos, R. H. y Holahan, C. J. (2003). Dispositional and Contextual Perspectives on Coping: Toward an Integrate Framework. *Journal of Clinical Psychology*, 59(12), 1387-1403. <https://doi.org/10.1002/jclp.10229>

- Montoya, P. Moreno, S. (2012). Relación entre Síndrome de Burnout, Estrategias de Afrontamiento y Engagement. *Psicología desde el Caribe*, 29(1), 205-227. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=21323171011>
- Mosquera, L. (2017). *Bienestar Psicológico y Estrategias de Afrontamiento de cuidadores formales de adultos mayores institucionalizados en la ciudad de Cali*. [Tesis de Licenciatura, Universidad de San Buenaventura]. http://bibliotecadigital.usb.edu.co/bitstream/10819/5058/1/Bienestar_psicologico_Cuidadores_Mosquera_2017.pdf
- Navarro, I., López, B., Heliz, J. y Real, M. (2018). Estrés Laboral, Burnout y Estrategias de Afrontamiento en trabajadores que intervienen con menores en riesgo de exclusión social. *Aposta. Revista de Ciencias Sociales*, 78, 68-96. <http://apostadigital.com/revistav3/hemeroteca/inavarro.pdf>
- Parsons, A., Frydenberg, E. y Poole, C. (1996). Overachievement and Coping Strategies in Adolescent Males. *British Journal of Educational Psychology*, 66(1), 109-114. <https://doi.org/10.1111/j.2044-8279.1996.tb01180.x>
- Peña, J., Aguillón, A. y Decanini, M. (2015). Análisis de la percepción del capital humano de una organización maquiladora en relación al bienestar psicológico y laboral. *Revista Iberoamericana de Ciencias*, 2(2), 133-144. <http://www.reibci.org/publicados/2015/marzo/0700108.pdf>
- Rosa, Y. y Quiñones, B. (2012). El bienestar psicológico en el proceso de ayuda con estudiantes universitarios. *Revista Griot*, 5(1), 7-17. <https://revistas.upr.edu/index.php/griot/article/view/1772/1569>
- Ryan, R. y Deci, E. (2000). Self-determination Theory and the facilitation of intrinsic motivation, social Development, and well-being. *American Psychologist*, 55(1), 68-78. <https://doi.org/10.1037/0003-066X.55.1.68>
- Ryff, C. (1989). Beyond Ponce de Leon and life satisfaction: New directions in quest of successful ageing. *International Journal of Behavioral Development*, 12(1), 35-55. <https://doi.org/10.1177/016502548901200102>.
- Saldaña, C., Polo, J., Gutiérrez, O. y Madrigal, B. (2020). Bienestar psicológico, Estrés y Factores Psicosociales en trabajadores de instituciones gubernamentales de Jalisco-México. *Revista*

de Ciencias Sociales Ve, 26(1), 134-140.

<https://www.redalyc.org/journal/280/28063104003/28063104003.pdf>

Sánchez, J. (2013). *Escala de Bienestar Psicológico (3ra. ed.)*. Madrid: TEA Ediciones, S.A.

Vásquez, V. (2019). *Actividad física y bienestar psicológico en adultos de la unidad educativa PASOS en el año 2019*. [Tesis de Licenciatura, Universidad del Azuay].

<https://dspace.uazuay.edu.ec/bitstream/datos/8973/1/14618.pdf>

Vasco, M. (2011). *El Estrés Laboral de los cuidadores y el maltrato que sufren los adultos mayores del Centro Geriátrico “Hogar del Anciano” del Hospital Provincial Ambato en la provincia de Tungurahua*. [Tesis de Licenciatura, Universidad Técnica de Ambato].

https://repositorio.uta.edu.ec/bitstream/123456789/7044/1/monica_vasco.pdf

Waterman, A. (1993). Two conceptions of happiness: Contrast of personal expressiveness (eudaemonia) and hedonic enjoyment. *Journal of Personality and Social Psychology*, 64(4), 678-691. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.64.4.678>

Anexos

Anexo 1: Operacionalización de las variables

Variable	Concepto	Instrumento a utilizar	Dimensiones	Indicadores
Estrategias de afrontamiento (Ordinal)	Ideas y comportamientos que utiliza un individuo para lograr resultados óptimos ante un evento estresante, para lograr estabilidad en la respuesta emocional o para cambiar el conflicto (Jiménez et al., 2012).	Inventario de Respuestas de Afrontamiento para adultos (CRIA) Versión original adaptada al español (Kirchner y Forns, 2010).	Análisis lógico (AL). Reevaluación positiva (RP). Búsqueda de guía y soporte (BG). Solución de problemas (SP). Evitación cognitiva (EC). Aceptación o reasignación (AR). Búsqueda de recompensas alternativas (BR). Descarga emocional (DE).	Aproximación al problema: AL, RP, BG, SP). Evitación del problema: EC, AR, BR, DE. Tipo cognitivo: AL, RP, EC, AR. Tipo conductual: BG, SP, BR, DE. Los puntajes más altos demostrarán las estrategias más utilizadas por la persona.
Bienestar psicológico (ordinal)	Constructo que denota un sentimiento positivo y un pensamiento constructivo que la persona concibe acerca de ella misma, se construye en base a la experiencia y se vincula con aquellos aspectos sociales, personales, físicos y psíquicos del sujeto Chávez (2006).	Escala de bienestar psicológico (EBP) Sánchez (2013). 3ra edición.	Bienestar psicológico subjetivo (BP). Bienestar material (BM). Bienestar Laboral (BL). Relaciones con la Pareja (RP). Total bienestar psicológico (TBP).	BP: Puntaje máximo de la subescala 150. BM; Puntaje máximo de la subescala 50. BL: Puntaje máximo de la escala 50. RP: Puntaje máximo de la escala 75. TBP: Puntaje máximo de la escala 325. Bajo los criterios de cada escala será, a mayor puntaje mayor bienestar psicológico clasificados como Bajo, Medio y Alto.

Anexo 2: Ficha sociodemográfica

SECCIÓN 1: DATOS PERSONALES														
SEXO:		Hombre.....		Mujer.....		EDAD:				Actualmente, ¿cuenta con pareja sentimental?				
GÉNERO:		Masculino.....		Femenino.....		LGBTI+.....								
NIVEL DE INSTRUCCIÓN:		Primaria....		Bachillerato.....		Tercer Nivel....		Técnico.....						
ESTADO CIVIL:														
Soltero/a		Casado/a		Unión libre/a		Viudo/a		Divorciado/a		SI..... NO.....				
ÁREA DE TRABAJO:							ZONA DE RESIDENCIA:							
Administrativo				Área técnica especializada				Área técnica de cuidado			Urbano		Rural	

Anexo 3: Inventario de Respuestas de Afrontamiento (CRI-A)

Instrucciones

Este cuestionario contiene preguntas que se refieren a aquellos problemas significativos que han tenido trascendencia en su vida. Por favor, piense en los problemas más importantes o las situaciones más estresantes que le hayan sucedido en los últimos doce meses (por ejemplo, problemas con un familiar o un amigo, la enfermedad o muerte de un pariente o amigo, un accidente o enfermedad, problemas económicos o de trabajo, etc.). Elija uno de ellos y descríballo brevemente en los espacios correspondientes. Si no ha tenido ningún problema relevante, escriba una lista con los problemas menos importantes que ha enfrentado en este último tiempo y luego elija uno de ellos para relatarlo.

Descripción del Problema:

Conteste, por favor, cada una de las preguntas que se refieren al problema o situación que describió anteriormente, ponga una cruz en el casillero seleccionado.

Señale “N” si su respuesta es **NO**

Señale “GN” si su respuesta es **GENERALMENTE NO**

Señale “GS” si su respuesta es **GENERALMENTE SI**

Señale “S” si su respuesta es **SI**

	N	GN	GS	S
1. ¿Tuvo que enfrentar un problema como este antes?				
2. ¿Sabía que ese problema le iba a pasar?				
3. ¿Tuvo tiempo para prepararse para enfrentar este problema?				
4. ¿Cuándo sucedió este problema? ¿Pensó en él como una amenaza?				
5. ¿Cuándo sucedió este problema? ¿Pensó en él como un desafío?				
6. Este problema, ¿fue causado por algo que usted hizo?				
7. Este problema, ¿Fue causado por algo que alguien hizo además de usted?				
8. ¿Hubo algo positivo al enfrentar este problema?				
9. ¿Se resolvió este problema o situación?				
10. Si el problema está resuelto, ¿se resolvió en forma favorable para usted?				

Por favor, señale en:

(0) Si su respuesta es **NUNCA**

(1) Si su respuesta es **UNA O DOS VECES**

(2) Si su respuesta es **ALGUNAS VECES**

(3) Si su respuesta es **MUCHAS VECES**

	0	1	2	3
1. ¿Pensó en diferentes formas de solucionar estos problemas?				
2. ¿Se dijo cosas a sí mismo para sentirse mejor?				
3. ¿Hablo con su esposo/a u otro familiar sobre estos problemas?				
4. ¿Hizo un plan de acción para enfrentar esos problemas y lo cumplió?				
5. ¿Trató de olvidar todo?				
6. ¿Sintió que el paso del tiempo cambiará las cosas, que esperar era lo único que podía hacer?				
	0	1	2	4
7. ¿Trató de ayudar a otros a enfrentar problemas similares?				
8. ¿Se descargó con otras personas cuando se sintió enojado, deprimido o triste?				
9. ¿Trató de salir de la situación, como para verla desde afuera y ser más objetivo?				
10. ¿Se dijo a usted mismo/a que las cosas podían ser peores?				
11. ¿Habló con algún amigo de estos problemas?				
12. ¿Se esforzó tratando de hacer algo para que las cosas funcionaran?				

13. ¿Trató de evitar pensar en el problema?				
14. ¿Se dio cuenta que no tenía control sobre los problemas?				
15. ¿Se dedicó a nuevas actividades como nuevos trabajos o distracciones?				
16. ¿Hizo algo arriesgado tratando de tener una nueva oportunidad?				
17. ¿Se imaginó una y otra vez qué decir o hacer?				
18. ¿Trató de ver el lado positivo de la situación?				
19. ¿Habló con algún profesional (médico, psicólogo, sacerdote, etc.)?				
20. ¿Decidió lo que quería hacer y trató firmemente de conseguirlo?				
21. ¿Se imaginó o soñó un tiempo o un lugar mejor del que Ud. vivía?				
22. ¿Pensó que el destino se ocuparía de todo?				
23. ¿Trató de hacer nuevos amigos?				
24. ¿Se mantuvo alejado de la gente en general?				
25. ¿Trató de prever o de anticiparse a cómo resultaría todo?				
26. ¿Pensó cuánto mejor estaba usted comparándose con otras personas con el mismo problema?				
27. ¿Buscó la ayuda de personas o de grupos con los mismos problemas?				
28. ¿Trató de resolver los problemas, al menos en dos formas diferentes?				
29. ¿Evitó pensar en el problema, aun sabiendo que en algún momento debería pensar en él?				
30. ¿Aceptó los problemas, porque pensó que nada se podía hacer?				
31. ¿Leyó, miró televisión, o realizó alguna otra actividad como forma de distracción?				
32. ¿Gritó como forma de desahogarse?				
33. ¿Trató de encontrarle alguna explicación o significado a esa situación?				
34. ¿Trató de decirse a sí mismo que las cosas mejorarían?				
35. ¿Trató de averiguar más sobre esa situación?				
36. ¿Trató de aprender cómo hacer más cosas por sí mismo?				
37. ¿Deseó que los problemas hubieran desaparecido o pasado?				
38. ¿Esperó que sucediera lo peor?				
39. ¿Le dedicó más tiempo actividades recreativas?				
40. ¿Lloró y descargó sus sentimientos?				
41. ¿Trató de prever o de anticiparse a los nuevos pedidos que le harían?				
42. ¿Pensó cómo podrían estos sucesos cambiar su vida en un sentido positivo?				
43. ¿Rezó pidiendo ayuda o fuerza?				
44. ¿Tomó las cosas de una por vez?				
45. ¿Trató de negar lo serio que eran en realidad, los problemas?				
46. ¿Perdió la esperanza de que alguna vez las cosas volvieran a ser como eran antes?				
47. ¿Volvió al trabajo o a otras actividades que lo ayudaran a enfrentar las cosas?				
48. ¿Hizo algo que pensó que no iba a funcionar, pero por lo menos intentó hacer algo?				

Anexo 4: Escala de Bienestar Psicológico (EBP)

INSTRUCCIONES 1

A continuación encontrará una serie de afirmaciones sobre sentimientos que las personas podemos experimentar en cualquier etapa de nuestra vida. Por favor, al leer cada frase vea si usted *en esta etapa de su vida*, se siente así. Conteste de forma espontánea. No es necesario que piense demasiado acerca de cada frase.

De forma sencilla y rápida vea si usted en estos momentos de su vida se siente o no de esa manera.

Aparecerán frases parecidas a esta que se pone como:

EJEMPLO:

“Me siento muy ilusionado”

Si usted, en esta etapa de su vida, no se siente así en ninguna ocasión, tendrá que marcar, en la hoja de respuestas, una cruz en una de las casillas que están a continuación del recuadro donde dice *nunca*; si algunas veces sí que se siente ilusionado, pondrá una cruz frente al recuadro de *algunas veces*; si esto le ocurre más a menudo, pondrá una cruz frente a *bastantes veces*; si con mucha frecuencia se siente usted así pondrá una cruz frente a *casi siempre*; si, prácticamente, usted se siente de esta forma en casi todos los momentos, pondrá una frente al recuadro *siempre*.

Suponemos que el que va a contestar jamás se siente ilusionado. Por eso en la hoja de respuestas, se ha puesto una cruz en la primera casilla, debajo de la palabra *ejemplo*.

Marque usted una cruz en la casilla que mejor se ajuste a su caso después de leer cada una de las frases que aparecen en la página siguiente. Fíjese en que el número que está delante de cada frase es el mismo que el de la columna de la hoja de respuestas en que va a contestar.

POR FAVOR NO DEJE NINGUNA PREGUNTA SIN CONTESTAR

GRACIAS

		Nunca o casi nunca	Algunas veces	Bastante	Casi siempre	Siempre
1	Acostumbro a ver el lado favorable de las cosas.					
2	Me gusta transmitir mi felicidad a los demás.					
3	Me siento bien conmigo mismo.					
4	Todo me parece interesante.					
5	Me gusta divertirme.					
6	Me siento jovial.					
7	Busco momentos de distracciones y descanso.					
8	Tengo buena suerte.					
9	Estoy ilusionado/a.					
10	Se me han abierto muchas puertas en mi vida.					
11	Me siento optimista.					
12	Me siento capaz de realizar mi trabajo.					
13	Creo que tengo buena salud.					
14	Duermo bien y de forma tranquila.					
15	Me creo útil y necesario/a para la gente.					
16	Creo que sucederán cosas agradables.					
17	Creo que como persona (madre/padre/esposo, trabajador/a) he logrado las cosas que quería.					
18	Creo que valgo como cualquier otra persona.					
19	Creo que puedo superar mis errores y defectos.					
20	Creo que mi familia me quiere.					
21	Me siento “en forma”.					
22	Tengo muchas ganas de vivir.					

23	Me enfrento al trabajo y a mis tareas Con buen ánimo.					
24	Me gusta lo que hago.					
25	Disfruto de las comidas.					
26	Me gusta salir y ver a la gente.					
27	Me concentro con facilidad en lo que estoy haciendo.					
28	Creo que generalmente tengo buen humor.					
29	Siento que todo me va bien.					
30	Tengo confianza en mí mismo.					
31	Vivo con cierto grado de desahogo y bienestar.					
32	Puedo decir que soy afortunado/a.					
33	Tengo una vida tranquila.					
34	Tengo todo lo necesario para vivir.					
35	La vida me ha sido favorable.					
36	Creo que tengo una vida asegurada, sin grandes riesgos.					
37	Creo que tengo lo necesario para vivir cómodamente.					
38	Las condiciones en que vivo son cómodas.					
39	Mi situación es relativamente prospera.					
40	Estoy tranquilo sobre mi futuro económico.					

INSTRUCCIONES 2

Las siguientes frases describen posibles condiciones y efectos que las personas podemos experimentar en nuestro trabajo, sea este trabajo el propio de la casa o el trabajo fuera del hogar. Por favor, al leer cada frase vea si usted, EN SU TRABAJO, se ha sentido así.

Conteste de forma espontánea y sincera. No es necesario que piense demasiado acerca de cada frase. De forma sencilla y rápida vea si lo afirmado en cada frase le sucede o no. Después de leer cada frase marque con una cruz, en la hoja de respuestas, la casilla correspondiente a la contestación que mejor refleje las condiciones, efectos y sentimientos que usted experimenta en su trabajo.

Aparecerán frases parecidas a esta que se pone como:

EJEMPLO:

“Mi trabajo me hace feliz”

Si usted, en esta etapa de su vida, no se siente así en ninguna ocasión, tendrá que marcar, en la hoja de respuestas, una cruz en una de las casillas que están a continuación del recuadro donde dice NUNCA; si algunas veces sí que se siente ilusionado, pondrá una cruz frente al recuadro de ALGUNAS VECES; si esto le ocurre más a menudo, pondrá una cruz frente a BASTANTES VECES; si con mucha frecuencia se siente usted así pondrá una cruz frente a CASI SIEMPRE; si, prácticamente, usted se siente de esta forma en casi todos los momentos, pondrá una frente al recuadro SIEMPRE.

Suponemos que el que va a contestar se siente con frecuencia feliz en su trabajo. Por eso, en la hoja de respuestas, se ha puesto una cruz en la casilla frente al recuadro CON FRECUENCIA bajo la columna EJEMPLO.

Marque Ud. una cruz en la casi mejor se ajuste a su caso después de leer cada una de las frases que aparecen en la página siguiente. Fíjese en que el número que está delante de cada frase es el mismo que el de la columna de la hoja de respuestas en que va a contestar.

POR FAVOR NO DEJE NINGUNA PREGUNTA SI CONTESTAR.

GRACIAS

		Nunca	Algunas veces	Bastantes veces	Casi siempre	Siempre
1	Mi trabajo es creativo, variado, estimulante.					
2	Mi trabajo da sentido a mi vida.					

3	Mi trabajo me exige aprender cosa.					
4	Mi trabajo es interesante.					
5	Mi trabajo es monótono, rutinario, aburrido.					
6	En mi trabajo he encontrado apoyo.					
7	Mi trabajo me ha proporcionado independencia					
8	Me siento discriminado en mi trabajo.					
9	Mi trabajo es lo más importante para mí.					
10	Disfruto con mi trabajo					

INSTRUCCIONES 3

Las siguientes frases describen actitudes personales en relación con la sexualidad y las relaciones de pareja. Lea cada frase y decida hasta qué punto refleja sus pensamientos, sentimientos o actitudes. No hay respuestas verdaderas o falsas. Sencillamente, unas personas pensamos y sentimos de una manera y otra piensan de forma distinta.

Probablemente estará de acuerdo con algunas frases y en desacuerdo con otras. En algunas de las afirmaciones quizá estés usted en parte de acuerdo pero, a la vez, en parte en desacuerdo. Por favor, exponga su opinión sobre cada frase marcando una cruz, en la hoja de respuestas, la casilla que mejor describa su actitud o sentimiento. Ante cada frase puede usted estar *“totalmente en desacuerdo”*, *“moderadamente en desacuerdo”*, *“en parte de acuerdo y en parte en desacuerdo”*, *“moderadamente de acuerdo”* o *“totalmente de acuerdo”*.

Las frases destinadas a las mujeres se presentan en la página siguiente y las destinadas a los varones al dorso de la de las mujeres.

POR FAVOR NO DEJE NINGUNA PREGUNTA SIN CONTESTAR.
GRACIAS

MUJERES		Totalmente en desacuerdo	Moderadamente en desacuerdo	Parte de acuerdo parte en desacuerdo	Moderadamente de acuerdo	Totalmente de acuerdo
1	Atiendo al deseo sexual de mi esposo/novio.					
2	Disfruto y me relajo con las relaciones sexuales.					
3	Me siento feliz como esposa/novia.					
4	La sexualidad sigue ocupando un lugar importante en mi vida.					
5	Mi esposo/novio manifiesta cada vez menos deseo de realizar el acto sexual.					
6	Cuando estoy en casa no aguanto estar con mi esposo/novio todo el día.					
7	Mis relaciones sexuales son ahora poco frecuentes.					
8	Mi pareja y yo tenemos una vida sexual activa.					
9	No temo expresar a mi esposo/novio mi deseo sexual					
10	A mi esposo/novio le cuesta conseguir una erección.					

UCUENCA

11	Mi interés sexual ha descendido.					
12	El acto sexual me produce dolores físicos, cosa que antes no me ocurría.					
13	Mi esposo/novio y yo estamos de acuerdo en muchas cosas.					
14	Hago con frecuencia el acto sexual.					
15	El acto sexual me proporciona placer.					

HOMBRES		Totalmente en desacuerdo	Moderadamente en desacuerdo	Parte de acuerdo parte en desacuerdo	Moderadamente de acuerdo	Totalmente de acuerdo
1	Atiendo al deseo sexual de mi esposa/novia.					
2	Disfruto y me relajo con las relaciones sexuales.					
3	Me siento feliz como esposo/novio.					
4	La sexualidad sigue ocupando un lugar importante en mi vida.					
5	Mi esposa/novia manifiesta cada vez menos deseo de realizar el acto sexual.					
6	Cuando estoy en casa no aguanto a mi esposa/novia, estar con ella todo el día.					
7	Mis relaciones sexuales son ahora poco frecuentes.					
8	Mi pareja y yo tenemos una vida sexual activa.					
9	No temo expresar a mi esposa/novia mi deseo sexual.					
10	Me cuesta conseguir una erección.					
11	Mi interés sexual ha descendido.					
12	El acto sexual me produce dolores físicos, cosa que antes no me ocurría.					
13	Mi esposa/novia y yo estamos de acuerdo en muchas cosas.					
14	Hago con frecuencia el acto sexual.					
15	El acto sexual me proporciona placer.					

Anexo 5. Consentimiento informado



UNIVERSIDAD DE CUENCA COMITÉ DE BIOÉTICA EN INVESTIGACIÓN DEL ÁREA DE LA SALUD

FORMULARIO DE CONSENTIMIENTO INFORMADO

Título de la investigación: Estrategias de afrontamiento y bienestar psicológico en el personal técnico y administrativo de la Casa Hogar Miguel León de la ciudad de Cuenca, periodo 2022.

Datos del equipo de investigación:

	Nombres completos	# de cédula	Institución a la que pertenece
Investigador	Naakam Miqueas Jimbicti Jimbiquiti	1400953269	Universidad de Cuenca
Investigador.	Daniel Enrique Rambay Zaruma	0104327812	Universidad de Cuenca

¿De qué se trata este documento?

Usted está invitado(a) a participar en este estudio que se realizará en la Universidad de Cuenca. En este documento llamado "consentimiento informado" se explica las razones por las que se realiza el estudio, cuál será su participación y si acepta la invitación. También se explica los posibles riesgos, beneficios y sus derechos en caso de que usted decida participar. Después de revisar la información en este Consentimiento y aclarar todas sus dudas, tendrá el conocimiento para tomar una decisión sobre su participación o no en este estudio. No tenga prisa para decidir. Si es necesario, lleve a la casa y lea este documento con sus familiares u otras personas que son de su confianza.

Introducción

Las estrategias de afrontamiento y el bienestar psicológico son conceptos ampliamente explorados dentro del campo de la salud mental. El trabajo con niñas, adolescentes y adultos mayores en condiciones de vulnerabilidad puede exigir esfuerzos adicionales, dado que se trabaja con un grupo poblacional con necesidades y cuidados especiales, por lo que para hacer frente a dichas exigencias, los trabajadores emplean una serie de estrategias de afrontamiento en situaciones estresantes con el fin de mantenerse dentro de un ambiente laboral estable, lo que a su vez deviene en el cuidado de su bienestar psicológico. Por tanto, al describir las variables de estrategias de afrontamiento y bienestar psicológico dentro del estudio, se pueden enriquecer los programas de capacitación continua existentes dentro de la institución, con el fin de mejorar la calidad de cuidado y servicio que la entidad brinda a sus usuarios. Se ha elegido a la población total de trabajadores de la Casa Hogar Miguel León, debido a que ejercen actividades en el área social, psicológica y de salud, en pro del cuidado y atención a esta población vulnerable.

Objetivo del estudio

El objetivo general de la investigación es describir las estrategias de afrontamiento y bienestar psicológico que caracterizan al personal técnico y administrativo de la Casa hogar Miguel León de la ciudad de Cuenca.

Descripción de los procedimientos

Como primer paso, se solicitará a la directora de la Casa hogar Miguel León el permiso respectivo para llevar a cabo la investigación dentro de la institución por parte de los estudiantes. Posteriormente, se entregará a 32 trabajadores el consentimiento informado, en el que aceptan o rechazan participar en la investigación. Las personas procederán a llenar los instrumentos respectivos: ficha sociodemográfica, Inventario de Respuestas de Afrontamiento y la Escala de Bienestar psicológico; la aplicación de los cuestionarios tendrá una duración aproximada de una hora, por lo que se pretende aplicar los dos instrumentos por día sin alterar en gran medida la jornada laboral de los participantes. La recolección de datos durará un aproximado de dos semanas. Finalmente, los datos obtenidos serán introducidos a una matriz digitalizada en el programa SPSS v.25 para el procesamiento estadístico para su análisis posterior.

Riesgos y beneficios

Previo al análisis de los riesgos y beneficios de la investigación, es importante mencionar que el acceso a la información recabada estará en manos de la institución participante del proyecto y de los autores del estudio, quienes emplearán los resultados únicamente con fines académicos. Del mismo modo, que la información obtenida de la población de estudio se guardará en una base de datos administrada exclusivamente por los dos investigadores, lo cuales se comprometen a utilizarla con total responsabilidad y ética. Finalmente, que los resultados obtenidos pueden servir como base para futuras investigaciones relacionadas.

Los riesgos dentro de los procesos de adquisición y análisis de datos podrían darse al momento de la recolección de información, ya que al ser dos escalas a aplicar puede existir inconsistencia en las respuestas, ya sea por fatiga de la persona que responda o por falta de interés, dicho esto se realizará una socialización que brinde información al personal para minimizar en el margen de lo posible dicho riesgo. Otro posible riesgo es que las horas destinadas a la recolección de información se deban extender debido a los horarios de los trabajadores, para ello se estructurará de forma óptima la aplicación de las escalas para evitar dicho riesgo.

El principal benefactor de esta investigación será la Casa Hogar Miguel León; esta investigación pondrá a conocimiento de sus autoridades las diferentes estrategias de afrontamiento de sus empleados, con esto será posible elaborar talleres de capacitación que puedan potenciar las habilidades de sus trabajadores así como reducir los posibles problemas que puedan derivar de una estrategia de afrontamiento que no haya dado buenos resultados. De igual forma, conocer el bienestar psicológico de sus trabajadores analizará si es necesario desarrollar planes de intervención psicológica para solventar los problemas que puedan afectar al bienestar psicológico de sus empleados, así como de estructurar planes de mejora en la funcionalidad de la institución.

Otras opciones si no participa en el estudio

Las personas están en toda la libertad de decidir sobre su participación en esta investigación, dicho esto, no existen alternativas de participación si la persona decide no contestar las escalas propuestas.

Derechos de los participantes

Usted tiene derecho a:

- 1) Recibir la información del estudio de forma clara;
- 2) Tener la oportunidad de aclarar todas sus dudas;
- 3) Tener el tiempo que sea necesario para decidir si quiere o no participar del estudio;
- 4) Ser libre de negarse a participar en el estudio, y esto no traerá ningún problema para usted;
- 5) Ser libre para renunciar y retirarse del estudio en cualquier momento;



- 6) Tener acceso a los resultados de las pruebas realizadas durante el estudio, si procede;
- 7) El respeto de su anonimato (confidencialidad);
- 8) Que se respete su intimidad (privacidad);
- 9) Recibir una copia de este documento, firmado y rubricado en cada página por usted y el investigador;
- 10) Tener libertad para no responder preguntas que le molesten;
- 11) Usted no recibirá ningún pago ni tendrá que pagar absolutamente nada por participar en este estudio.

Información de contacto

Si usted tiene alguna pregunta sobre el estudio por favor llame a los teléfonos 0968763476 que pertenece a Naakam Jimbicti; al 0992862275 que pertenece a Daniel Rambay, o envíe un correo electrónico a naakam.jimbicti@gmail.com o daniel.rambay@outlook.com

Consentimiento informado

He comprendido mi participación en este estudio. Me han explicado los riesgos y beneficios de participar en un lenguaje claro y sencillo. Todas mis preguntas fueron contestadas. Me permitieron contar con tiempo suficiente para tomar la decisión de participar y me entregaron una copia de este formulario de consentimiento informado. Acepto voluntariamente participar en esta investigación.

Nombres completos del/a participante	Firma del/a participante 	Fecha
Nombres completos del investigador	Firma del investigador 	Fecha
Nombres completos del/a investigador	Firma del/a investigador	Fecha

Si usted tiene preguntas sobre este formulario puede contactar al Dr. Vicente Solano Paucay. Presidente del Comité de Bioética de la Universidad de Cuenca, al siguiente correo electrónico: vicente.solano@ucuenca.edu.ec