

AFRONTAMIENTO DEL ESTRÉS EN INTERNOS DE UN ESTABLECIMIENTO PENITENCIARIO DE PERÚ, 2021

Coping with stress in inmates of a Peruvian Penitentiary Establishment, 2021

Delia Meylin Tataje Zegarra*

Universidad Mayor de San Marcos. Facultad de Psicología. Departamento de Postgrado. Lima, Perú
<https://orcid.org/0000-0002-3896-832X>

Fecha de recepción: 9 de enero de 2023

Fecha de aceptación: 15 de febrero de 2023

Fecha de publicación: 6 de marzo de 2023

Resumen

La investigación tuvo por objetivo describir los estilos de afrontamiento al estrés en internos de un establecimiento penitenciario de Perú, 2021, para ello la metodología fue de enfoque cuantitativo con alcance transeccional y diseño no experimental descriptivo. El instrumento usado fue el Inventario Multidimensional de Estimación del Afrontamiento, el cual fue validado en el Perú por Casuso (1996) y Cassaretto et al. (2016). La muestra estuvo conformada por 288 internos (215 sentenciados y 73 procesados) del establecimiento penitenciario de Lurigancho, dicha muestra fue seleccionada, mediante un muestreo no probabilístico, de tipo intencional. Posterior al procesamiento de la data, resulta que el estilo de afrontamiento con mayor frecuencia de uso es aquel Centrado en la tarea (27.4%). Por otro lado, con respecto al uso dependiendo de las circunstancias, el 58% usa el estilo centrado en el problema, 58% usa el estilo Centrado en las emociones y 50% usa otros estilos, todos ellos independientemente de cuál sea la situación jurídica en la que se encuentren. Se concluye que el estilo de afrontamiento Centrado en la tarea es el que usa con mayor frecuencia la muestra de esta investigación.

Palabras claves. Afrontamiento, estrés, estilos de afrontamiento.

Abstract

The objective of the research was to describe the styles of coping with stress in inmates of a penitentiary establishment in Peru, 2021, for this the methodology was a quantitative approach with a cross-sectional scope and a descriptive non-experimental design. The instrument used was the Multidimensional Coping Estimation Inventory, which was validated in Peru by Casuso (1996) and Cassaretto et al. (2016). The sample consisted of 288 inmates (215 sentenced and 73 prosecuted) of the Lurigancho penitentiary establishment, this sample was selected, by means of a non-probabilistic demonstration, of an intentional type. After processing the data, it turns out that the front style with the highest frequency of use is that Focused on the task (27.4%). On the other hand, regarding the use depending on the circumstances, 58% use the problem-Focused style, 58% use the emotion-Focused style, and 50% use other styles, all of them regardless of the legal situation in the one that is found It is concluded that the task-focused coping style is the one most frequently used by the sample of this research.

Keywords. Coping, stress, coping styles.



Este es un artículo Open Access publicado bajo la licencia Creative Commons Atribución 4.0 International. (CC-BY 4.0)

* Psicóloga. delia.tataje@unmsm.edu.pe

INTRODUCCIÓN

El estrés es una problemática que afecta a la población a nivel mundial y ello ocurre sin distinción de raza, sexo, nivel económico u otras características sociodemográficas (Ávila, 2014; García y Heredia, 2018; Alvites, 2019). En China, se obtuvo que más del 30% de la población experimentó estrés donde, incluso, más de la mitad de ellos lo sufrieron en niveles altos, reportándose mayor intensidad en sujetos con edades entre 18 y 30 años (Qiu et al., 2020; Wang et al., 2020). En el Perú, el Instituto Nacional de Salud Mental (INSM, 2021) ha determinado que alrededor del 52.2% de ciudadanos de Lima Metropolitana padece de altos niveles de estrés.

Existe un sinnúmero de investigaciones sobre este tema en diferentes contextos; sin embargo, en el Perú no se encuentran investigaciones recientes en recintos penitenciarios y, a nivel internacional, son pocas las investigaciones, que abordan esta problemática en dicho contexto, entorno en el cual se encuentran inmersos sujetos con problemas a nivel cognitivo, emocional y conductual, sobre todo por lo señalado por Ospina y Bedoya (2019) y Avilés (2017), quienes refieren que los presos deben hacer frente a las constantes demandas intramurales tales como su institucionalización, reyertas, motines u otras situaciones que, a mediano o largo plazo, desencadena la prisionalización de estos. Dichas demandas no solo se presentan intramuros, ya que frecuentemente se observa en los sujetos incertidumbre de cómo podrán desarrollarse a nivel laboral y afrontar las demandas que le genera la vida extramuros debido a la estigmatización que trae consigo el haber estado recluido en prisión (Galán y Moraleda, 2018; Escaff et al., 2013).

Las situaciones mencionadas líneas arriba son factibles de generar un grado importante de estrés en ellos; por ello, ha de tenerse en cuenta que el afrontamiento será necesario para la regulación y control de los estresores (Macías et al., 2013); sin embargo, lo preocupante resulta en si el afrontamiento es el adecuado o no, lo anterior debido a que el uso frecuente de estilos adecuados de afrontamiento, aquellos orientados a la emoción y al problema, mejora las habilidades sociales, predisponen al mantenimiento del bienestar psicológico y actúan como factores

protectores frente a conductas inadecuadas, como la reincidencia en delinquir o el consumo de sustancias psicoactivas; sin embargo, ello no ocurre cuando son los estilos inadecuados los que predominan en su uso (Guevara et al., 2001; Matalinares et al., 2016; Morales, 2017).

A pesar que el estrés también está asociado a un final satisfactorio, como la adaptación necesaria que ocurre para un adecuado desenvolvimiento del organismo en su medio, muchas veces este término es sinónimo de problemática o consecuencias negativas en el sujeto que lo padece (Espinoza et al., 2018). En base a lo anterior, la tensión, derivada del estrés, juega un papel trascendental en dichas consecuencias ya que, como lo señalan Ávila (2014) y Perez et al., (2014) es capaz de contribuir al desarrollo de enfermedades a raíz de las demandas continuas que exigen un máximo rendimiento del cuerpo, las cuales afectan al sistema inmune, provocando vulnerabilidad en el organismo para padecer infecciones (García y Heredia, 2018). Hay que tener en cuenta que, además del impacto negativo que genera el estrés a nivel de la salud, esta también impacta negativamente en otras áreas del ser humano como lo son las relaciones personales, labores y funciones desarrolladas a nivel académico o profesional.

El significado del término estrés ha tomado diferentes perspectivas con el transcurso de los años, de tal manera que Selye (1946), uno de los primeros en estudiarlo, lo definió como la respuesta ocurrida como consecuencia de cualquier estímulo capaz de generar demandas en el sujeto; sin embargo, transcurrido el tiempo, Coyne et al. (1981), Lazarus (2000) y Lazarus y Folkman (1984) en su modelo de Teoría Transaccional señalan que el estrés es un proceso dinámico en el cual se le da énfasis al papel de los recursos del sujeto en el desencadenamiento del estrés, es así que el afrontamiento ocurriría posterior a la evaluación primaria (se evalúa al estresor, determinándose si este es estresante, amenazante o simplemente es insignificante) y la evaluación secundaria (se evalúa los recursos que cuenta y lo que puede hacer con ellos para afrontar dicha situación) que realiza el sujeto con finalidad de reducir las demandas que le solicita dicho acontecimiento u objeto. En consecuencia, el afrontamiento del estrés es una transacción entre

la agrupación de operaciones a nivel cognitivo-conductual, dinámicas, llevadas a cabo con la finalidad de superar y sobrellevar las demandas que sugieren los estresores (Lazarus, 2000; Lazarus y Folkman, 1984; Folkman y Lazarus, 1985; Rodríguez et al., 2009).

El afrontamiento puede ser visto de manera situacional y disposicional, estrategias y estilos de afrontamiento respectivamente (Chau et al., 2002), estas últimas hacen referencia a una mayor estabilidad en la forma de responder a una situación u objeto estresante, mientras que las primeras son aquellas que dependerán de la situación específica que demande el afrontamiento (Lazarus, 2000; Lazarus y Folkman, 1984).

En Estados Unidos, LaCourse et al. (2019) realizaron una investigación en internos de un penal de dicho país, donde se obtuvo que los estilos de afrontamiento de mayor uso son aquellos orientados a las emociones. Luke et al. (2021), también encontraron dicho estilo como predominante en una muestra de 366 internos de un penal de máxima peligrosidad en Australia. Agbakwuru y Awujo (2016) encontraron que, en jóvenes privados de su libertad en un Establecimiento Penitenciario (E.P.) de Mediana Seguridad y Carcelario de Colombia, el estilo de afrontamiento centrado en las emociones fue el de mayor uso.

En Polonia, Skowroński y Talik, (2018) hallaron que, en internos de una prisión de dicho país el estilo de afrontamiento enfocado en la tarea es el de mayor frecuencia en su uso. Por otro lado, Leszko et al. (2019) realizaron una investigación en 5 prisiones de Polonia, en donde concluyeron también que el estilo enfocado en el problema es el de uso más común.

En base a lo descrito líneas arriba, se considera trascendental evaluar y describir la muestra en base a los estilos de afrontamiento del estrés usados por estos a fin de conocer en qué medida usan aquellos estilos considerados como adecuados e inadecuados.

MÉTODO Y MATERIALES

La investigación fue de enfoque cuantitativo, con alcance transeccional y diseño no experimental, descriptivo. Lo anterior debido a que dichas

características de metodología hicieron factible la medición en un momento único y estimación de la variable de afrontamiento al estrés para que, en base a ello, se pueda analizar estadísticamente a la población de estudio sin que esta sea alterada en dicha variable (Armijo et al., 2021; Hernández et al., 2014).

La población de estudio fueron 939 internos del pabellón 1 del E.P. de Lurigancho, los cuales se encontraban bajo régimen de medio cerrado y con situación jurídica de procesados o sentenciados. De dicha cantidad de población, se seleccionó, de forma no probabilística, una muestra conformada por 333 internos, elegidos por conveniencia ya que se aplicó el instrumento de investigación, solo a aquellos internos que podían ser trasladados al auditorio por motivos de seguridad; sin embargo, dicha muestra fue reducida a 288 internos luego del análisis de curtosis, asimetría, puntuaciones Z y Mahalanobis. Por otro lado, se tomó como criterios de inclusión, además de contar con el consentimiento informado, pertenecer al pabellón 1 del E. P. de Lurigancho y saber leer y escribir; mientras que los criterios de exclusión fueron no pertenecer al pabellón 1, haberse negado a aceptar el consentimiento informado, no pertenecer al E. P. de Lurigancho, no saber leer ni escribir.

La técnica usada fue la encuesta; se usó el Inventario Multidimensional de Estimación del Afrontamiento (COPE), cuyos creadores fueron Carver et al. (1989), siendo validada en el Perú por Cassuso (1996). El instrumento de evaluación original está compuesto por 52 ítems distribuidos en 3 dimensiones denominadas *Estilos de afrontamiento al estrés*, estos son los centrados en el problema, en las emociones y otros estilos de afrontamiento, los cuales se distribuyen en 13 sub dimensiones denominadas *Estrategias* (afrontamiento activo, planificación, supresión de otras actividades, la postergación del afrontamiento, búsqueda de apoyo social, búsqueda de soporte emocional, reinterpretación positiva y desarrollo personal, aceptación, acudir a la religión, análisis de las emociones, negación, conductas inadecuadas y distracción). Las alternativas de respuesta del instrumento son politómicas, con valores que van del 1 al 4, donde 1 es Casi nunca hago esto, 2 es A veces hago esto, 3 es Usualmente hago esto y 4 es Hago esto con mucha frecuencia.

Con respecto a la validez y confiabilidad del instrumento, estos han sido demostrados en 3 estudios por los autores de la prueba, los cuales reportaron valores superiores a 0.30 de carga factorial en sus trece factores y 52 ítems y 0.60 de coeficiente de confiabilidad de alfa como mínimo, respectivamente. Para esta investigación, se consideró necesario analizar las propiedades psicométricas del instrumento, puesto no habían sido analizadas en ninguna población con características similares a las de sujetos privados de su libertad; es así que, luego de eliminar 8 ítems que no cumplían con las cargas factoriales adecuadas (inferiores a 0.30) y 13 ítems que covariaban con varios factores, se confirmó la validez del instrumento mediante el Análisis Factorial Confirmatorio (AFC), donde se obtuvo valores óptimos en el Índice de Ajuste Comparativo (CFI) con 0.944, en el índice de Tucker-Lewis (TLI) con 0.929, en el error de aproximación (RMSEA) con 0.0335 y chi cuadrado sobre grado de libertad (χ^2/df) con 1.32. Por otro lado, respecto a la confiabilidad del constructo, este refleja valores adecuados para los coeficientes de Alpha (α) con 0.841 y Omega (ω) con 0.844; por lo anterior, se concluye que el instrumento COPE presenta validez alcanzada en su estructura interna mediante el AFC y confiabilidad a través de los coeficientes de Alpha y Omega.

Con respecto al procedimiento de recolección de datos, se coordinó con el director del Centro Nacional de

Estudios Criminológicos y Penitenciarios (CENECP) para la aplicación del instrumento investigativo, con dicho fin, se trasladó a los internos al auditorio de dicho E. P.; así mismo, se tomó en cuenta a aquellos internos que sepan leer y escribir, que se encontraran en patio y que hayan brindado respuesta positiva al consentimiento informado.

El análisis de datos fue realizado con dos estadísticos, uno de ellos es SPSS, el cual fue usado para analizar la asimetría, curtosis y estadísticos descriptivos, comprendidos por la media y desviación estándar, necesarios para la limpieza de la data; por otro lado, el estadístico de Jamovi fue usado para analizar las propiedades psicométricas del instrumento, dichas propiedades son la validez analizada a través del AFC y la confiabilidad determinada mediante los coeficientes de alfa y omega.

RESULTADOS

En la tabla 1, con respecto al estilo Enfocado en el problema, se aprecia que 167 internos, representados por el 58%, lo usa circunstancialmente; es decir que su uso va depender del contexto u otras características que influirán en la elección de este estilo de afrontamiento; por otro lado, el 27.4% (79 internos) lo usa frecuentemente y solo 42 internos (14.6%) tiene un uso frecuente.

Tabla 1

Estilo de afrontamiento Centrado en el problema (n=288).

Muy pocas veces		Depende de las circunstancias		Frecuente	
N	%	n	%	n	%
42	14,6	167	58,0	79	27,4

Nota. Resultados obtenidos de la muestra de internos del E.P de Lurigancho, 2021.

En la tabla 2, respecto al uso del estilo de afrontamiento Centrado en las emociones, se tiene que 167 internos (58%) lo usa circunstancialmente, esto es según lo amerite la ocasión; por otro lado, el 21.9% (64 internos) lo emplea muy pocas; finalmente, el

uso frecuente del estilo de afrontamiento en mención, ocurre con una frecuencia ligeramente menor a la anterior, esta frecuencia es de 58 internos, los cuales representan el 20.1% del total de la muestra.

Tabla 2

Estilo de afrontamiento Centrado en las emociones (n=288).

Muy pocas veces		Depende de las circunstancias		Frecuente	
n	%	n	%	n	%
63	21,9	167	58,0	58	20,1

Nota. Resultados obtenidos para la muestra de internos del E. P. de Lurigancho, 2021.

En la tabla 3 se evidencia que la mitad de la muestra; es decir, 144 internos, usa otros estilos de afrontamiento circunstancialmente; por otro lado, 126 internos, representados por el 43.8% de la muestra, usa

dichos estilos con muy poca frecuencia y solo un 6.3% (18 internos) tienen una incidencia frecuente del uso de este estilo.

Tabla 3

Otros estilos de afrontamiento (n=288).

Muy pocas veces		Depende de las circunstancias		Frecuente	
n	%	n	%	n	%
126	43,8	144	50,0	18	6,3

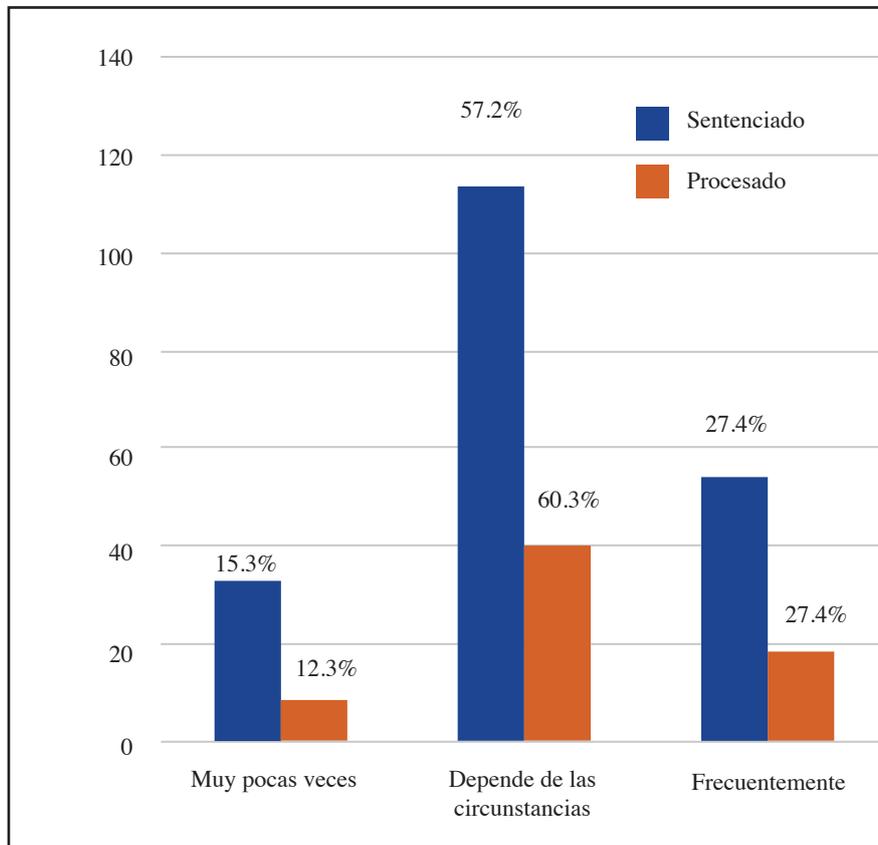
Nota. Resultados obtenidos para la muestra de internos del E. P. de Lurigancho, 2021.

En la figura 1 se tiene la distribución del estilo Enfocado en la tarea de acuerdo a la situación jurídica, en ella se indica que la mayor parte de los internos usa ocasionalmente ese estilo de afrontamiento, independientemente de su situación jurídica, 57.2% de sentenciados (59 internos) y 60.3% de procesados (20 internos). Por otro lado, 33 internos en situación

jurídica de sentenciados (15.3%) y 9 internos procesados (12.3%) usan muy pocas veces dicho estilo, incrementando el número de casos cuando este estilo es usado frecuentemente, esto es que 27.4% de internos, cualquiera sea su situación, la usa con dicha frecuencia.

Figura 1

Estilo de afrontamiento Centrado en el problema según situación jurídica (n=288).



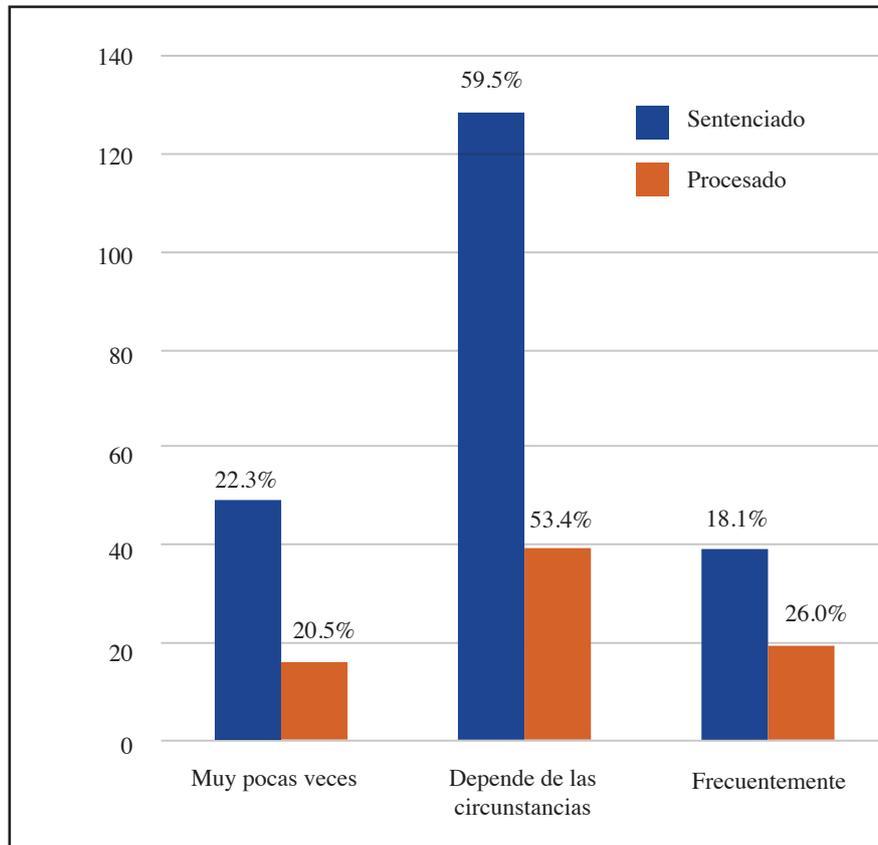
Nota. Resultados obtenidos para la muestra de internos del E. P. de Lurigancho, 2021.

En la figura 2, sobre el estilo de Centrado en las emociones de acuerdo a la situación jurídica de la muestra, 128 internos sentenciados (59,5%) y 39 procesados (53,4%), usan este estilo de afrontamiento circunstancialmente. Por otro lado, en aquellos internos con situación jurídica de procesados, se

observa ligera superioridad en la incidencia del uso frecuente respecto al menor uso de este estilo, cabe resaltar que ello no ocurre en la condición jurídica de sentenciados, puesto que el uso menor de este estilo de afrontamiento (22,3%) ocurre con una incidencia superior al uso frecuente (18,1%).

Figura 2

Estilo de afrontamiento Centrado en las emociones según situación jurídica (n=288).



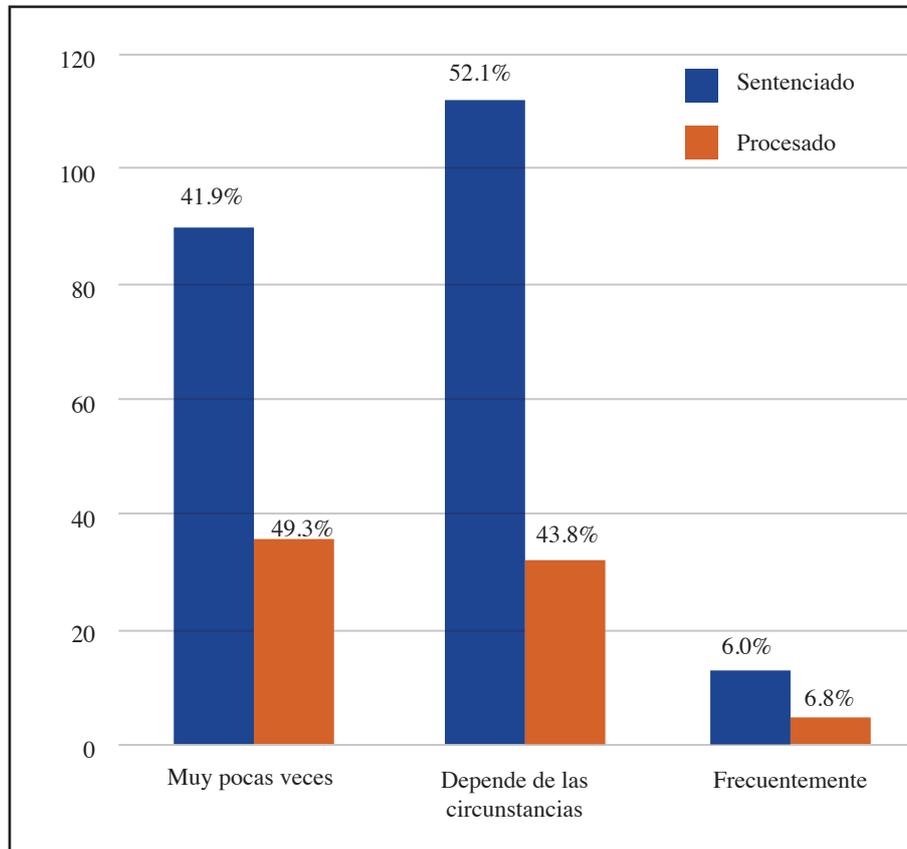
Nota. Resultados obtenidos para la muestra de internos del E. P. de Lurigancho, 2021.

La figura 3 refleja que, en la situación jurídica de sentenciado, hay un predominio del uso circunstancial de otros estilos de afrontamiento; sin embargo, en la condición jurídica de procesado, la incidencia es mayor en el empleo menor de este estilo (52,1% que

representan 112 sentenciados y 49,3% que representan 32 procesados, respectivamente). Por otro lado, el 6% de la muestra de sentenciados y el 6,8% en situación de procesados usa frecuentemente otros estilos de afrontamiento.

Figura 3

Otros estilos de afrontamiento según situación jurídica (n=288).



Nota. Resultados obtenidos para la muestra de 288 internos del E. P. de Lurigancho, 2021.

DISCUSIÓN

Los resultados concluyen que, los estilos de afrontamiento que son usados con mayor frecuencia son aquellos centrados en el problema, representado por un 27,4% de la muestra (79 internos). Lo descrito anteriormente avala los resultados obtenidos por Skowroński y Talik (2018), quienes obtienen valores de la media de las estrategias que pertenecen a dicho estilo superiores a 10, concluyendo también que dicho estilo es frecuente en su muestra; asimismo, se concuerda con Leszko et al. (2019) en sus resultados de investigación. Por otro lado, se discrepa con los resultados obtenidos por LaCourse (2019), quien indica que dicho estilo de afrontamiento obtiene niveles altos para su uso poco frecuente (Media=49.33).

Con respecto al estilo de afrontamiento con menor frecuencia de uso, la presente investigación concluye que dicho estilo es Otros estilos de afrontamiento, ya que se evidencia que el 43.8% de la muestra la usa muy pocas veces. Lo anterior sostiene los resultados hallados por Luke et al. (2020), quienes también señalan que dichos estilos son usados muy pocas veces (Media= 7.46 para jóvenes adultos y Media=7.80 para adultos), Skowronski y Talik (2018) obtuvieron una media de 8 en el uso poco frecuente de dicho estilo de afrontamiento, Lizarraga (2020) también concluye que dicho estilo es el que se usa con menor frecuencia, ya que obtuvo una media de 4.94 en otros estilos de afrontamiento. Sin embargo, se discrepa con lo hallado por LaCourse et al. (2019) y Rubio (2018) quienes

encuentran que el estilo de afrontamiento usado con menor frecuencia es aquel orientado en el problema (Media=49.33, 9.9% y 8%, respectivamente).

Con respecto a los niveles de los estilos de afrontamiento según la situación jurídica de los internos, la mayor parte de internos con condición jurídica de sentenciados usa circunstancialmente los estilos Centrados en el problema, en las emociones y otros estilos, los tres representados por el 57.2%, 59.5% y 52.1%, respectivamente, lo mismo ocurre para la situación jurídica de procesados, donde el 60.3% y 53.4% de internos usan los estilos centrados en el problema y la emoción ocasionalmente; sin embargo, ello no ocurre para otros estilos de afrontamiento, ya que el 49.3% lo emplea muy pocas veces, seguido de aquel porcentaje (43.8%) que lo usa dependiendo de las circunstancias. Dichos resultados no han sido reportados en otras investigaciones anteriores debido a que no se han encontrado investigaciones que analicen el afrontamiento en base a la situación jurídica de los internos.

Los resultados detallados líneas arriba, no cumplen con lo señalado por Guevara et al., (2001), Matalinares et al., (2016) y Morales (2017), quienes indican que, los estilos enfocados en el problema y emociones, cuando son usados con mayor frecuencia, actúan como medios protectores frente a conductas inadecuadas que pueden ser tomadas como producto del estrés. Esto no concuerda con las características de la población de estudio, ya que gran parte de ellos han infringido la ley a través de conductas inadecuadas; por tanto, se esperaba mayor frecuencia de uso de otros estilos de afrontamiento; sin embargo, es probable que, lo señalado por dichos autores, haya sido como resultado del análisis realizado en una población de estudiantes universitarios con características que difieren a jóvenes que han delinquido. Por ello, cabe la posibilidad que, para una muestra de reclusos, dicha afirmación pueda ser alterada por características de dichos sujetos, de tal manera que estilos como aquellos que afrontan el problema, resulten ser perjudiciales para la conducta adecuada de internos. Por lo anterior, se recomienda hacer mayores estudios en dicha población, con la finalidad de ampliar el conocimiento actual de personas privadas de su libertad.

Cabe resaltar que, las limitaciones experimentadas han sido, en su mayoría, por el difícil acceso a la población de estudio, ello teniendo en cuenta que, al inicio de la emergencia sanitaria, el 100% de la misma fue diagnosticada con COVID, lo cual hizo que todas las coordinaciones fuesen postergadas en fecha.

CONCLUSIONES

El estilo de afrontamiento enfocado en la tarea es aquel que la población usa con mayor frecuencia; es decir, el 27.4% de internos lo usa frecuentemente y, el estilo de afrontamiento que es usado con menor frecuencia es otros estilos de afrontamiento, 126 internos lo usan muy pocas veces (43.8%)

La mayor parte de la población usa los tres estilos de afrontamiento circunstancialmente, esto es 58%, 58% y 50% usa los estilos centrados en la tarea, en las emociones y otros estilos, respectivamente.

La mayor parte de la población usa los tres estilos de afrontamiento circunstancialmente, independientemente de cuál sea su situación jurídica. Más del 50% de la muestra bajo situación jurídica de sentenciado, tiene uso circunstancial de cualquiera de los tres estilos de afrontamiento. Para la situación jurídica de internos procesados, más del 53% usa ocasionalmente los estilos centrados en el problema y emociones; sin embargo, el 49.4% usa muy pocas veces otros estilos de afrontamiento.

REFERENCIAS

- Agbakwuru, C., & Awujo, G. C. (2016). Strategies for Coping with the Challenges of Incarceration Among Nigerian Prison Inmates. *Journal of Education and Practice*, 7(23), 153–157. <https://files.eric.ed.gov/fulltext/EJ1112896.pdf>
- Alvites, C. G. (2019). Estrés docente y factores psicosociales en docentes de Latinoamérica, Norteamérica y Europa. *Propósitos y Representaciones*, 7(3). http://www.scielo.org.pe/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2307-79992019000300006

- Armijo, I., Aspillaga, C., Bustos, C., Calderón, A., Cortés, C., Fossa, P., Melipillan, R., Sánchez, A. y Vivanco, A. (2021). *Manual de Metodología de Investigación 2021*. Universidad del Desarrollo.
- Ávila, J. (2014). El estrés un problema de salud del mundo actual. *Revista Con-Ciencia*, 2(1), 115–124. http://www.scielo.org.bo/scielo.php?pid=S2310-02652014000100013&script=sci_arttext
- Avilés, E. (2017). El fenómeno de la prisionalización: complejo penitenciario Islas Marías / The prisionalization phenomenon: Islas Marías penitentiary complex. *Revista Iberoamericana de Las Ciencias Sociales y Humanísticas*, 6(12), 336–360. <https://doi.org/10.23913/ricsh.v6i12.137>
- Cassaretto, M. y Perez, C. C. (2016). Afrontamiento al Estrés: Adaptación del Cuestionario COPE en Universitarios de Lima. *Revista Iberoamericana e Diagnóstico y Evaluación*, 2(42). <https://www.redalyc.org/journal/4596/459653216010/html/>
- Casuso, L. (1996). *Adaptación de la prueba COPE sobre estilos de afrontamiento en un grupo de estudiantes universitarios de Lima*. [Tesis de pregrado, Pontificia Universidad Católica del Perú]. Repositorio PUCP.
- Chau, C., Morales, H. y Wetzell, M. (2002). Estilos de afrontamiento y estatus performance en un grupo de pacientes oncológicos hospitalizados. *Revista de Psicología de la PUCP*, 20(1). <https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/4630231.pdf>
- Coyne, J. C., Aldwin, C. & Lazarus, R. S. (1981). Depression and Coping in Stressful Episodes. *Journal of Abnormal Psychology*, 90(5), 439-447. <https://doi.org/10.1037//0021-843x.90.5.439>
- Escaff, E., Estévez, M. I., Feliú, M. P. y Torrealba, C. A. (2013). Consecuencias psicosociales de la privación de la libertad en imputados inocentes. *Revista Criminalidad*, 55(3), 291-308. <http://www.scielo.org.co/pdf/crim/v55n3/v55n3a07.pdf>
- Espinoza, A. A., Pernas, I. A. y González, R. L. (2018). Consideraciones teórico metodológicas y prácticas acerca del estrés. *Humanidades Médicas*, 18(3), 697-717. <http://scielo.sld.cu/pdf/hmc/v18n3/1727-8120-hmc-18-03-697.pdf>
- Folkman, S. & Lazarus, R. (1985). If it changes it must be a process: Study of Emotion and Coping During Three Stages of a College Examination. *Journal of Personality and Social Psychology*, 48(1), 150-170. <https://doi.org/10.1037//0022-3514.48.1.150>.
- Galán, D. A. y Moraleta, A. (2018). Reflexiones sobre el impacto de la privación de libertad en la dimensión emocional de los internos recluidos en los centros penitenciarios españoles. La educación emocional como complemento a la reinserción y reeducación. *Edetania*, 53(1), 225-240. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=6581960>
- García, C. y Heredia, C. (2018). Estrés crónico: ejemplo de interacción entre sistemas nervioso, inmuno y endocrino. *Revista Con-Ciencia*, 6(2). http://www.scielo.org.bo/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2310-02652018000200010
- Guevara, G., Hernández, H., & Flores, T. (2001). Estilos de afrontamiento al estrés en pacientes drogadependientes. *Revista de Investigación En Psicología*, 4(1), 53–65. <https://doi.org/10.15381/rinvp.v4i1.5007>
- Hernández, R., Fernández, C., & Baptista, P. (2014). *Metodología de la Investigación* (6th ed.). McGraw-Hill. <http://observatorio.epacartagena.gov.co/wp-content/uploads/2017/08/metodologia-de-la-investigacion-sexta-edicion.compressed.pdf>
- Instituto Nacional de Salud Mental (2021). *El 57.2% de limeños sufre de estrés debido a la pandemia de la COVID-19* [Nota de prensa]. <https://www.insm.gob.pe/oficinas/comunicaciones/notasdeprensa/2021/021.html>
- LaCourse, A., Listwan, S. J., Reid, S., & Hartman, J. L. (2019). Recidivism and Reentry: The Role of Individual Coping Styles. *Crime and Delinquency*, 65(1), 46–68. <https://doi.org/10.1177/0011128718790497>
- Lazarus, R. S. (2000). Toward better research on stress and coping. *American Psychologist*, 55(6), 665–673. <https://doi.org/10.1037/0003-066X.55.6.665>
- Lazarus, R. & Folkman, S. (1984). Stress: Appraisal and Coping. In M. D. Gellman & J. R. Turner (Eds.),

- Encyclopedia of Behavioral Medicine* (1st ed.). Springer New York. <https://doi.org/10.1007/978-1-4419-1005-9>
- Leszko, M., Iwański, R. & Jarzębińska, A. (2019). The Relationship Between Personality Traits and Coping Styles Among First-Time and Recurrent Prisoners in Poland. *Frontiers in Psychology*, 10(1), 1–8. <https://doi.org/10.3389/FPSYG.2019.02969>
- Lizarraga, O. A. (2020). *Bienestar psicológico y afrontamiento al estrés en internos de un penal del Callao* [Tesis de maestría, Universidad San Martín de Porres]. Repositorio Académico USMP. https://repositorio.usmp.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12727/8766/LIZARRAGA_CO.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Macías, M. A., Madariaga, C., Valle, M. y Zambrano, J. (2013). Estrategias de afrontamiento individual y familiar frente a situaciones de estrés psicológico. *Psicología desde el Caribe*, 30(1), 123-145. <https://www.redalyc.org/pdf/213/21328600007.pdf>
- Matalinares, M. L., Díaz, G., Raymundo, O., Baca, D., Uceda, J., & Yaringaño, J. (2016). Afrontamiento del estrés y bienestar psicológico en estudiantes universitarios de Lima y Huancayo. *Revista de Investigación En Psicología*, 19(2), 105–126. <https://doi.org/10.15381/rinvp.v19i2.12894>
- Morales, F. M. (2017). Relaciones entre afrontamiento del estrés cotidiano, autoconcepto, habilidades sociales e inteligencia emocional. *European Journal of Education and Psychology*, 10(2), 41–48. <https://doi.org/10.1016/j.ejeps.2017.04.001>
- Ospina, Y. y Bedoya, D. M. (2019). Efectos psicológicos generados tras la ruptura de los lazos con el grupo primario de apoyo debido al fenómeno de prisionalización. *Interdisciplinaria*, 36(1). http://www.scielo.org.ar/scielo.php?pid=S1668-70272019000100012&script=sci_arttext&tlng=es
- Pérez, D., García, J., García, T. E., Ortiz, D. y Centelles, M. (2014). Conocimientos sobre el estrés, salud y creencias de control para la Atención Primaria de Salud. *Revista Cubana de Medicina General Integral*, 30(3). http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0864-21252014000300009
- Qiu, J., Shen, B., Zhao, M., Wang, Z., Xie, B. & Xu, Y. (2020). A nationwide survey of psychological distress among Chinese people in the COVID-19 epidemic: Implications and policy recommendations. In *General Psychiatry* (Vol. 33, Issue 2). BMJ Publishing Group. <https://doi.org/10.1136/gpsych-2020-100213>
- Rodríguez, M. L., Ocampo, I. Y. y Nava, C. (2009). Relación entre valoración de una situación y capacidad para enfrentarla. *Summa Psicológica UST*, 6(1), 25-41. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=3020310>
- Rubio, M. F. (2018). Estrategias de afrontamiento al estrés y bienestar psicológico en internos por el delito contra el patrimonio del establecimiento penitenciario Tarapoto, 2018. <https://hdl.handle.net/20.500.12692/29568>
- Selye, H. (1946). The general adaptation syndrome and the diseases of adaptation. *The Journal of Clinical Endocrinology*, 6(2), 117–230. <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/21025115/>
- Skowroński, B., & Talik, E. (2018). Coping with stress and the sense of quality of life in inmates of correctional facilities. *Psychiatr. Pol.*, 52(3), 525–542. <https://doi.org/10.12740/PP/77901>
- Wang, C., Pan, R., Wan, X., Tan, Y., Xu, L., Ho, C. S. & Ho, R. C. (2020). Immediate psychological responses and associated factors during the initial stage of the 2019 coronavirus disease (COVID-19) epidemic among the general population in China. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17(5). <https://doi.org/10.3390/ijerph17051729>