



Facultad de Psicología

Trabajo de Título

**Estrés Percibido y Estrategias de Afrontamiento Utilizadas frente a la Pandemia por
COVID-19, de los Trabajadores Informales: Estudio Correlacional
desde una Perspectiva de Género**

POR:

Maritza V. Machuca Escalona

Susana A. Moreno Alfaro

Elba A. Pacheco Pérez

PROFESOR GUIA:

Karina A. Jaramillo Maureira

Abril 2022

Resumen

Se realiza un estudio correlacional que analiza el estrés percibido y las estrategias de afrontamiento utilizadas, desde una perspectiva de género en los trabajadores informales de la Región Metropolitana en el período 2020-2021 durante la pandemia por Covid-19. La muestra está conformada por hombres y mujeres en edades entre los 19 y 70 años. Los resultados de este estudio indican que existe convergencia respecto de los roles de género, donde la mujer es la principal encargada de las labores del hogar y el hombre es el sostenedor de la familia. Se observan diferencias respecto de las estrategias de afrontamiento utilizadas según el género. No se observan diferencias en el estrés percibido como se esperaba encontrar, esto podría explicarse debido al impacto psicosocial que afectó a todos por igual durante la pandemia.

Palabras Clave: Trabajo Informal, Perspectiva de Género, Pandemia, Covid-19, Estrés Percibido, Estrategias de Afrontamiento.

Abstract

A parallel study was carried out on casual workers to analyze, from a gender perspective, the perceived stress and the coping strategies used during the Covid-19 pandemic. This segment consisted of men and women between the ages of 19 and 70. The results of this study confirm what was anticipated regarding the gender roles within a household, where the woman is the main responsible for the domestic chores and the man is the main provider. Differences with respect to coping strategies used by each gender were observed, whereas none were noticed in perceived stress, as expected. This might be due to the psychological impact that has affected everyone during the pandemic.

Keywords: Informal Work, Gender Perspective, Covid -19, Pandemic, Perceived Stress, Coping Strategies.

Introducción

El día 11 de marzo de 2020, luego de un arduo estudio respecto de las consecuencias sanitarias que generaba la rápida propagación del virus SARS-CoV-2 más conocido como Covid-19, registrado inicialmente en una localidad de China; la Organización Mundial de la Salud catalogó a esta enfermedad como una pandemia (Ministerio de Salud [MINSAL], 2020-a).

Frente a este escenario, los gobiernos de todo el mundo implementaron una serie de medidas excepcionales con la intención de enfrentar esta crisis (Aguirre et al., 2021) y Chile no estuvo exento de ello. Específicamente en la capital, el confinamiento de todo el Gran Santiago fue decretado el día 15 de mayo del 2020 (MINSAL, 2020-b), generando graves consecuencias psicosociales y económicas (Aguirre et al., 2021).

Bajo este contexto, los trabajadores informales y sus familias fueron uno de los grupos que se vieron especialmente perjudicados, pues son mayoritariamente personas con bajo nivel de calificación e ingresos, que están fuera del sistema de seguridad social, y que, por lo tanto, se encuentran más desprotegidos ante una crisis económica y con mayor riesgo de caer en la pobreza (Aguirre et al., 2021). Más aún si se considera que la escasez de oportunidades laborales y la falta de empleo, disminuye sustancialmente el acceso a la obtención de recursos, lo que repercute negativamente en el bienestar psicológico de quienes se ven afectados (Benach et al., 2015).

Como todo lo referente a la pandemia por Covid-19 resulta ser un fenómeno aún en desarrollo, es difícil predecir con exactitud las consecuencias psicológicas y emocionales que arrastra este fenómeno, no obstante, un ejercicio que permitiría la explicación del proceso de estrés y las repercusiones en la salud mental, es la medición del estrés percibido y las

estrategias de afrontamiento en personas que se encuentran en situaciones particularmente demandantes “y su función está en consonancia con las estrategias que los individuos llevan a cabo para la consecución de objetivos específicos” (Nova et al., 2010).

El presente estudio busca verificar la relación entre el estrés percibido y las estrategias de afrontamiento utilizadas para manejarlo, en los trabajadores informales de la Región Metropolitana que durante la pandemia por Covid-19 vieron limitadas sus libertades personales, dadas las medidas sanitarias impuestas por el gobierno; todo esto desde una perspectiva de género, puesto que, a pesar de que tanto hombres como mujeres han sido afectados, según la información entregada por Ipsos, el 24% de las personas en Chile consideran que el impacto negativo ha sido mayoritariamente para las mujeres (Suez, 2021), siendo ellas quienes “siguen concentradas en áreas de la economía informal” (Chant y Pedwell, 2008), lo que las posiciona en un lugar de mayor vulnerabilidad e inestabilidad económica.

Pregunta de Investigación

¿Cuál es la relación entre el estrés provocado por las medidas sanitarias implementadas durante la pandemia por Covid-19 y en las estrategias de afrontamiento para manejarlo desde una perspectiva de género en los trabajadores informales de la Región Metropolitana en el periodo 2020-2021?

Relevancia

Si bien la mayor parte de la población comprendió que las medidas restrictivas eran necesarias para el control de la propagación del virus, a su vez, resulta significativo, registrar el enorme impacto psicológico que tendrán las consecuencias del brote pandémico del Covid- 19 (Cahill, 2021).

Considerando que el trabajo es un factor de carácter económico indispensable para la

satisfacción de necesidades primarias, así como un medio por el cual se favorece el establecimiento de relaciones sociales interpersonales, contribuye a la participación cívica y a la integración de roles de identidad social y de estatus (Jahoda, 1982, citado por Blanch, 2001), el presente estudio busca analizar cómo afecta esta inestabilidad a los trabajadores informales, desde una perspectiva de género.

A inicios del año 2021, el gobierno sumó a las medidas preventivas, la modificación de las restricciones en la venta de ciertos productos calificados como “no esenciales”. Las autoridades definieron los bienes esenciales “en cuatro categorías: 1) Relativos a la subsistencia de la persona, 2) Relativos al teletrabajo o educación a distancia, 3) Relativos al funcionamiento, conservación y seguridad del inmueble y 4) Otros bienes” (Canal 13, 2021).

Si bien esta definición determinó cuáles eran los bienes indispensables para la subsistencia de las personas, la medida produjo múltiples repercusiones tanto en el comercio establecido, como en el sector informal. En redes sociales se publicó la frase “todo trabajo es esencial para quien vive de él” (matias_empreendedor, 2021), argumentando que, si no era posible vender sus productos y/o servicios, no sería posible obtener los recursos económicos para subsistir, incluyendo los bienes esenciales (Miller, 2021).

Si a esto le sumamos que son “Las mujeres (quienes) tienen más probabilidades que los hombres no solo de trabajar en el sector informal, sino también de hacerlo en las categorías más precarias y peor pagadas de ese sector” (Fondo Monetario Internacional [FMI], 2020), es que se torna relevante abordar el estudio desde una perspectiva de género, indagando cómo los roles socialmente asignados afectan en la percepción del estrés, así como en las estrategias de afrontamiento en situaciones particularmente demandantes, como sucedió durante la cuarentena

en el contexto de pandemia.

Objetivo General

Analizar el estrés percibido frente a las restricciones sanitarias y las estrategias de afrontamiento utilizadas durante la pandemia por Covid-19 desde una perspectiva de género en los trabajadores informales de la Región Metropolitana en el período 2020-2021.

Objetivos Específicos

- Determinar el estrés percibido en hombres y mujeres trabajadores informales, respecto de las restricciones sanitarias impuestas durante la pandemia por Covid -19 en la Región Metropolitana.
- Determinar las estrategias de afrontamiento utilizadas frente al estrés percibido en hombres y mujeres trabajadores informales, respecto de las restricciones sanitarias impuestas durante la pandemia por Covid -19 en la Región Metropolitana.
- Relacionar en función del género, el estrés percibido en hombres y mujeres trabajadores informales, respecto de las restricciones sanitarias impuestas durante la pandemia por Covid -19 en la Región Metropolitana.
- Relacionar en función del género, las estrategias de afrontamiento utilizadas frente al estrés percibido en hombres y mujeres trabajadores informales, respecto de las restricciones sanitarias impuestas durante la pandemia por Covid -19 en la Región Metropolitana.
- Relacionar el estrés percibido frente a las restricciones sanitarias y las estrategias de afrontamiento utilizadas durante la pandemia por Covid-19 en función del género en los trabajadores informales de la Región Metropolitana en el periodo 2020-2021.

Marco Teórico

Pandemia Global: Covid-19

A principios de diciembre del año 2019 en la ciudad de Wuhan, China, se reportaron los primeros casos de una serie de pacientes que fueron hospitalizados por una enfermedad caracterizada por neumonía e insuficiencia respiratoria, a causa de una cepa nueva de coronavirus (SARS-CoV-2) (Ferrer, 2020). Esta situación generó alarma en la Organización Mundial de la Salud (OMS), que luego de estudiarla a cabalidad y por motivos de la rápida propagación, decretó estado de pandemia el 11 de marzo del año 2020 (Serrano-Cumplido et al., 2020).

A raíz de esta situación, los gobiernos, a nivel mundial, tomaron medidas con el fin de controlar la transmisión del virus y Chile no fue la excepción (MINSAL, 2020-c).

Situación Sanitaria en Chile

Nuestro país se vio enfrentado al primer caso de Covid-19 el día 3 de marzo del año 2020 (MINSAL, 2020-c), lo que detonó que las autoridades gubernamentales decretaran el cierre de los establecimientos educacionales como primera medida sanitaria y posteriormente, a medida que la situación se intensificó, se anunció el cierre de fronteras y el estado de excepción constitucional de catástrofe para todo el territorio nacional (MINSAL; 2020-d). Poco tiempo después, el día 21 de marzo del mismo año, el Ministerio de Salud informaba el primer caso de fallecimiento por Covid-19 en Chile, lo que dispuso el comienzo de medidas mayormente restrictivas como fue el toque de queda, el uso obligatorio de mascarilla y el cierre de entidades comerciales, entre otros. Conjuntamente a estas disposiciones, las personas diagnosticadas con la enfermedad y sus contactos estrechos debían realizar cuarentena total por 14 días (MINSAL, 2020-d).

Concretamente en Santiago

En la capital del país, las medidas sanitarias relacionadas a la cuarentena comenzaron a regir el día 26 de marzo del año 2020, cuando se dictó confinamiento total para las comunas de Providencia, Lo Barnechea, Vitacura, Santiago, Las Condes, Ñuñoa e Independencia. Lo que buscaba complementar el toque de queda indefinido que ya se había oficializado, desde el día 22 de marzo del mismo año para todo el territorio nacional (MINSAL, 2020-c).

Después de implementar durante casi dos meses cuarentenas reversibles y dinámicas, el aumento en los contagios, provocaron que las autoridades decretaran el mayor confinamiento desde el inicio de la pandemia: el día 15 de mayo del año 2020 se anunciaba la cuarentena total en todo el Gran Santiago, dejando al 90% de los capitalinos reclusos en sus hogares sin libertad de desplazamiento en la vía pública (MINSAL, 2020-b).

Para el día 19 de julio del año 2020, se anunció “El plan paso a paso”. Esta propuesta, que hasta la actualidad rige en la capital, define qué actividades se pueden realizar en cada comuna de acuerdo con sus resultados sanitarios, dividiéndose en cinco pasos: Cuarentena (fase 1), Transición (Fase 2), Preparación (Fase 3), Apertura Inicial (Fase 4) y Apertura avanzada (Fase 5) (División de Organizaciones Sociales, 2020). Con estas medidas la mayor parte de la movilidad en la Región Metropolitana se había recuperado, para agosto del mismo año, “a pesar de la vigencia, al menos formal, de cuarentena (fase 1) en más del 70% de las comunas” (Goic et al., 2020).

Para el año 2021, el plan “paso a paso” se fue renovando en virtud del avanzado proceso de vacunación, el fortalecimiento de la infraestructura sanitaria, la estrategia de testeo, trazabilidad, aislamiento y una mirada multisectorial. Pudiendo así, para finales de septiembre del mismo año, terminar con la vigencia del estado de catástrofe (Gobierno de Chile, s/f).

En diciembre del año 2021, los cuatro ejes definidos como prioritarios fueron: continúan los cinco pasos de la estructura inicial del plan; se eliminaron las restricciones de movilidad, pero se mantuvieron las regulaciones de aforo, sobre todo en espacios cerrados; el pase de movilidad continuó otorgando mayores libertades y la diferenciación de aforos en reuniones particulares y espacios públicos se mantuvieron, además se reforzaron las medidas de autocuidado, como exigencia del uso de mascarilla y el distanciamiento físico (Gobierno de Chile, s/f).

Consecuencias en la Economía

Las medidas no farmacológicas, causaron importantes consecuencias en la economía, situación que generó preocupación por la estabilidad laboral, la disminución de ingresos económicos, sentimientos de incapacidad para proteger a la familia y el desamparo en caso de aislamiento, afectando así el entorno biopsicosocial de la población (Quintana y Lozano, 2020), lo que dejó en evidencia la vulnerabilidad de los trabajadores, a propósito de la incertidumbre del presente y del futuro respecto a las condiciones laborales (Carbajal y Peñarrieta, 2020).

Según la Organización Mundial de la Salud, cuando existe un ambiente laboral complejo, se ve afectada la salud mental de los trabajadores, quienes, a pesar de no presentar un trastorno mental, ciertas patologías pueden ser causadas o agravadas por este, como el estrés (Organización Mundial de la Salud [OMS], 2019).

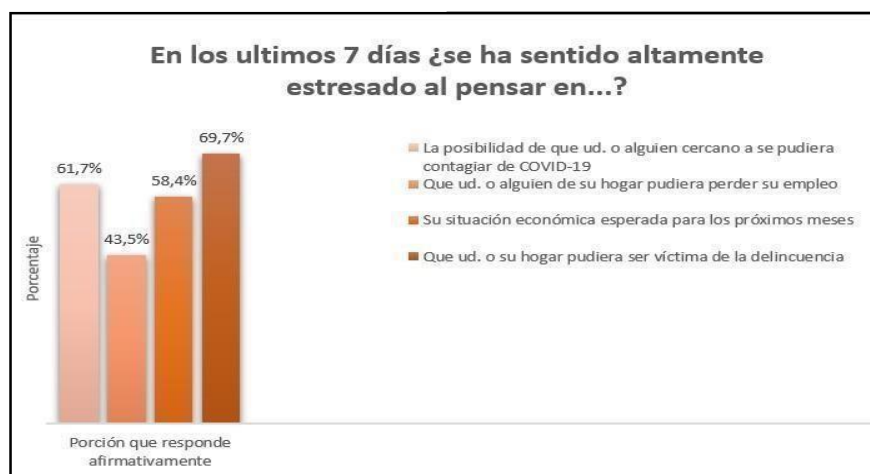
En nuestro país, la Asociación Chilena de Seguridad (ACHS) y el Centro UC de Encuestas y Estudios Longitudinales, han realizado diversas investigaciones con el objetivo de dar a conocer de forma periódica la situación de la salud mental en Chile, midiendo su evolución y profundizando en los factores asociados que afectan la salud mental. La muestra representativa fue de 1.437 personas, en un rango etario de 21 a 68 años. El tercer estudio,

realizado en abril del 2021, al consultar respecto de ciertos factores estresores, la proporción de personas de la muestra que respondió afirmativamente a lo preguntado, reveló que un 58.4% consideró como estresante su situación económica esperada en los próximos meses y un 43.5% indicó sentirse estresado al pensar en la posibilidad de que alguien de su hogar pudiera perder su empleo (Bravo et al., 2021). (Figura 1).

En una situación de crisis económica, como la vivida a raíz de la pandemia, uno de los principales factores de riesgo, relacionados con la salud mental, es la falta de trabajo y la falta de expectativas de solución del problema a corto plazo. Y es que, a fin de cuentas, el trabajo resulta ser la piedra angular en la vida de las personas, ya que, aparte de proporcionar recursos económicos, entrega una serie de valores de gran relevancia en el enriquecimiento y evolución del ser humano (Táboas, 2021).

Figura 1

Termómetro de la salud mental en Chile. Tercera ronda



Nota. Adaptado de Bravo et al., 2021, https://www.achs.cl/portal/centro-de-noticias/Documents/Termometro_SM_version3.pdf

Es necesario mencionar que esta pandemia se presentó en un momento económico, político y social bastante complejo a nivel país, puesto que surgió posterior al denominado “estallido social”, en “tiempos de bajo crecimiento económico y elevados niveles de informalidad laboral” (Cabezas, 2020).

Trabajo Informal y Diferencias de Género

El concepto de trabajo informal está determinado por la Organización Internacional del Trabajo y es el mismo que se utiliza en Chile. Este se define como “todas las actividades económicas y ocupaciones que, en la legislación o en la práctica, no están cubiertas o están insuficientemente contempladas por sistemas formales” (Oficina Internacional del Trabajo [OIT], 2013). Esta terminología tiene su origen a raíz del crecimiento de la población activa, la mayor participación de las mujeres en el campo laboral, el incremento del éxodo hacia las ciudades y la disminución del empleo en la economía formal (Bustamante et al., 2009).

Según la OIT un trabajador es considerado informal si al ser asalariado o del servicio doméstico no cuenta con cotizaciones de salud ni previsión social, o si es familiar no remunerado del hogar, trabajador por cuenta propia o empleador propietario de una empresa del sector informal que pertenece al sector productivo que opera a pequeña escala, tiene un nivel bajo de organización y no está conformada como una corporación legalmente constituida (Tejada, 2018). Estos trabajadores no cuentan con acceso a salud, pensiones o seguros ante la pérdida de su empleo, y se encuentran desprotegidos frente a accidentes y actividades ilegales. En diversas ocasiones, estas personas y sus familias viven en situación de pobreza a pesar de tener empleo, no solo porque generan menores ingresos, sino que también porque están sujetos a mayor inestabilidad laboral (Aguirre et al., 2021).

Dado lo anterior, es importante hacer énfasis en este grupo de personas que finalmente

carecen de la protección que brinda el marco legal vigente, como son las cotizaciones de salud y AFP, seguro de cesantía, previsión de salud y por ende acceso a subsidio de incapacidad laboral (licencias médicas), seguros contra accidentes laborales o mutualidad, estabilidad en el ingreso mensual y la ley de protección al empleo (Dirección del Trabajo, s/f). Sobre todo, teniendo en cuenta que este sector está conformado mayoritariamente por individuos más vulnerables como lo son las mujeres, los jóvenes y los adultos mayores (Aguirre et al., 2021).

En nuestro país se identifican principalmente dos grupos dentro de los trabajadores informales que se consideran mayormente vulnerables: en primer lugar, están los trabajadores por cuenta propia, que corresponden a propietarios de la unidad económica donde trabajan y desarrollan sus actividades de manera individual en el sector informal. No tienen actividades registradas en el Servicio de Impuestos Internos (SII) y no separan los gastos de la unidad económica de los del hogar. Claros ejemplos de esta categoría son los vendedores ambulantes, el dueño de un almacén sin registro en el SII, o un prestador de servicios sin boleta, como un gasfiter (Aguirre et al., 2021). El segundo grupo corresponde a los trabajadores dependientes precarizados, definidos como aquellos que trabajan como empleados públicos o privados o como servicio doméstico, cuyo contratante no realiza cotizaciones previsionales a partir del vínculo laboral. Estos no tienen contrato ni entregan un recibo por su trabajo. Como ejemplo de ello, se puede mencionar a los repartidores o trabajadores de plataformas digitales, el personal doméstico, los obreros del sector agrícola, o trabajadores subcontractados, entre otros (Aguirre et al., 2021). Ambos grupos concentran múltiples formas de desprotección e inseguridad, siendo los más golpeados en tiempos de pandemia, ya que sus ingresos disminuyeron o dejaron de percibirlos en su totalidad, dado que su sustento depende enteramente de su trabajo y, teniendo en consideración su nivel de vulnerabilidad, la única forma que tienen de subsistir es

con la ayuda del Estado (Castiglioni, 2020). Para este grupo de personas se implementó un aporte por parte del gobierno que, si bien popularmente fue catalogado como insuficiente, representó la única ayuda otorgada por el ejecutivo a la que las personas naturales pudieron optar: el Ingreso Familiar de Emergencia (IFE). Este se implementó en junio de 2020 y consistió en un aporte pensado en los hogares que vieron disminuidos sus recursos debido a que no podían trabajar a causa de la emergencia producida por el virus Covid-19 (Ministerio de Desarrollo Social y Familia, 2021).

Sector Informal desde una Perspectiva de Género

En cuanto a los motivos que llevan tanto a hombres como a mujeres a trabajar de manera informal, la razón principal que los impulsa es el haber sufrido un largo periodo de cesantía. Debido a las diversas medidas sanitarias que el gobierno dictaminó en la Región Metropolitana, por motivos de la pandemia global, la economía informal se presentó en la vida de las personas como una alternativa para obtener ingresos “sobre todo para la población más pobre y con menores posibilidades de integrarse al sector formal de la economía” (Ochoa, s/f).

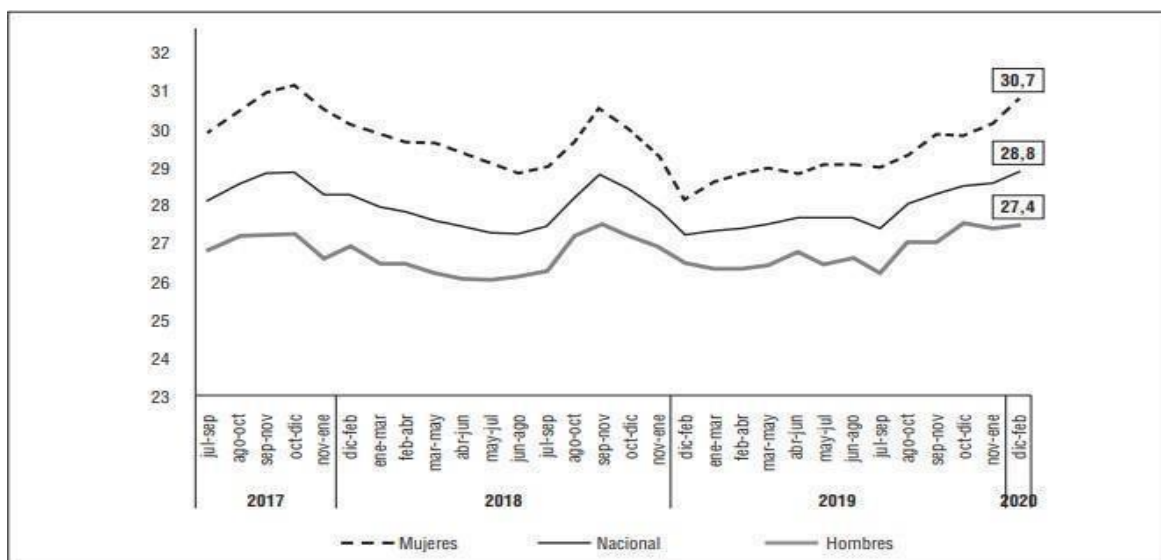
En el caso de las mujeres, un segundo motivo para optar por el trabajo informal es la posibilidad de generar dinero de forma diaria (Bustamante et al., 2009). Lo que se convirtió en una necesidad preponderante, sobre todo cuando las estadísticas señalaron que aproximadamente el 62% de la población que estuvo sin trabajo durante el 2021 fueron mujeres (Instituto Nacional de Estadística [INE], 2021). “La mayoría de las personas que no encuentran empleo en el sector formal recurren entonces al sector informal de empleos independientes y por cuenta propia” (Moyano et al., 2008), situación que deja en evidencia el motivo por el cual las mujeres han presentado un mayor aumento en esta actividad (Figura 2).

Asimismo, el trabajo informal surge para las mujeres como una alternativa idónea para

obtener un ingreso fuera de las jerarquías, muchas veces misóginas del empleo formal, donde las jefaturas y las políticas de las organizaciones legitiman esa cultura de género y las autoridades suelen abusar de la relación de subordinación, reforzando conductas verticales (Bueno, 2009). Es importante mencionar que aquellas personas que ejercen un empleo informal se encuentran mayormente vulnerables, desprotegidas jurídica y reglamentariamente, e incluso muchas veces se les confunde con delincuentes lo que provoca cierto prejuicio, discriminación y represión, sin importar que en su gran mayoría estos trabajadores producen bienes o servicios legales (OIT, 2002, como se citó Moyano et al., 2008).

Figura 2

Evolución de la tasa de ocupación informal en Chile



Nota. Adaptado de Aguirre et al, 2021,

https://repositorio.uc.cl/xmlui/bitstream/handle/11534/45770/N%C2%B020122_Trabajadores%20informales.pdf?sequence=1

Estrés y Estrategias de Afrontamiento

El estrés es un proceso natural del organismo. Ante ciertas condiciones que para el individuo resultan desafiantes o representan una amenaza, el cuerpo genera una respuesta automática, que implica la “movilización de recursos físicos, mentales y conductuales para hacerles frente, y que a veces perturban el equilibrio emocional de la persona” (Orlandini, 1999). Si este mecanismo de defensa se encuentra en constante tensión, obliga al organismo a exigirse al máximo y con el tiempo podría desencadenar problemas de salud (Ávila, 2014).

Ávila (2014), señala que las circunstancias que provocan estrés en un individuo podrían ser insignificantes para otro, puesto que cada persona posee distinta tolerancia a la adversidad, por lo que su umbral para enfrentar el estrés sería distinto. Asimismo, indica que los factores desencadenantes de estrés son variados y señala diez categorías de estresores: circunstancias que exigen procesar información rápidamente, estímulos ambientales perjudiciales, percepción de amenaza, funciones fisiológicas alteradas por enfermedades y/o adicciones, confinamiento y aislamiento, bloqueo en los intereses personales, presión grupal, frustración, no concretar objetivos planeados y relaciones sociales fallidas o complicadas.

Cabe señalar que todos estos factores estuvieron presentes en el contexto de pandemia vivenciado. Incluso es preciso decir que, en comparación con otras pandemias, la del Covid-19 tiene algunas características que pudieron favorecer la aparición de mayores niveles de reacción al estrés: en primer lugar, al ser un virus desconocido, generó incertidumbre sobre su manejo, ocasionando consecuencias difíciles de prever. En segundo lugar, el número de casos positivos y de fallecimientos aumentó precipitadamente; y, en tercer lugar, la rápida difusión de información en las redes sociales generó desinformación y la transmisión de mitos (Palomino y Huarcaya, 2020). Bajo este escenario, no es de extrañar que en las investigaciones que se

realicen a futuro se encuentren altos niveles de reacción al estrés. Sumado a esto, es importante considerar que el impacto psicológico de una cuarentena es amplio, sustancial y puede durar mucho tiempo después de la exposición a la misma (Palomino y Huarcaya, 2020).

Medidas Restrictivas como Factor Estresor

Si bien las medidas sanitarias impuestas por el gobierno resultaron necesarias para disminuir el riesgo de contagio persona-a-persona, es también innegable que dichas medidas tuvieron efectos colaterales de índole psicológico, debido al impacto emocional que tanto el aislamiento forzado (en el caso de personas infectadas) como el distanciamiento social de una cuarentena (en el caso de personas sanas) pueden provocar. Es por esta razón, que la evidencia da cuenta de una significativa relación entre las medidas implementadas bajo el contexto de pandemia y una serie de condiciones resultantes como es: ansiedad, angustia y estrés (Rojas, 2020). “La incertidumbre y la vulnerabilidad han pasado a ser los nuevos habitantes de nuestro hogar, convertido en una pequeña prisión cotidiana” (Cahill, 2021).

A modo de definición podemos mencionar que cuarentena es la separación y restricción del movimiento de las personas que han estado potencialmente expuestas a una enfermedad contagiosa, para determinar si se enferman, lo que permite reducir el riesgo de propagar el virus (Brooks et al., 2020). Por lo que, debido a sus características, esta medida crea una amplia gama de problemas psicológicos y sociales, ya que las imposiciones que trae consigo pueden impactar negativamente en el bienestar global de los individuos, no solo en el corto plazo, sino también durante mucho tiempo después de haber concluido (Broche- Pérez et al., 2021).

Producto del Covid-19, así como también, debido a las medidas sanitarias impuestas por el gobierno, la población estuvo sometida a altos niveles de estrés pudiendo generar graves efectos en la salud psicológica y mental de las personas, mucho más cuando éstas se encuentran

en aislamiento social en el domicilio (Carbajal y Peñarrieta, 2020). Se han visto afectados los ámbitos sociales, laborales y la cotidianidad a la que se acostumbraba, obligando a la población a cambiar radicalmente la forma de trabajar, de socializar y de vivir (Rodríguez, 2021).

Entre las alteraciones psicológicas, es posible observar problemas pre-existentes (graves trastornos mentales, depresión, alcoholismo); problemas inducidos por la emergencia (duelo, aflicción no patológica, abuso de alcohol y otras sustancias, trastornos depresivos/ansiosos, incluyendo trastornos de estrés postraumáticos); y complicaciones originadas por la asistencia humanitaria (ansiedad como consecuencia de la desinformación respecto a la distribución de alimentos y recursos económicos) (Quintana y Lozano, 2020).

El hecho de desconocer como eliminar radicalmente o disminuir rápidamente esta pandemia, aunado a las secuelas económicas y sociales, como la cuarentena y el aislamiento social de las familias, sobre todo en aquellas personas vulnerables, aumentó los niveles de ansiedad, depresión, soledad, insomnio e incluso tristeza, desesperación y suicidio (Tacora, 2021). Investigaciones realizadas en China, señalan que “el miedo a lo desconocido y la incertidumbre pueden llevar a evolucionar a enfermedades mentales como pueden ser los trastornos de estrés” (Shigemura, 2020, como se citó en Ozamiz-Etxebarria et al., 2020).

Roles de Género como Factor Estresor

La diferencia entre sexo y género se puede explicar separando los términos: sexo biológico y género social. En donde el primero se determina a través de la biología y el segundo, resulta de un constructo social en función del sexo biológico del individuo. De esta forma, en base a los determinantes psicosociales y al contexto sociohistórico-cultural, se

construyen diversas características emocionales, comportamentales e intelectuales que la sociedad adopta naturalmente como propios, tanto para hombres como para mujeres (González, 2006), clasificándolas en los denominados roles de género.

Estudios científicos señalan que el rol masculino implica capacidad técnica, competitividad, agresividad y racionalidad, mientras que el rol femenino se relaciona con la capacidad de cuidar a los demás, pasividad y emotividad (González, 2006). De esta manera, el patrón determina que los hombres deben ser los proveedores económicos y jefes de la familia, administradores del poder económico, sexual y social; por otro lado, “a las mujeres se les educa para cultivar el sentimiento, ser abnegadas, tiernas, dependientes, pasivas, complacientes, etc.” (Segura y Pérez, 2016).

Frente al contexto pandémico, los hombres refirieron que el compromiso con el trabajo les generaba altos niveles de estrés, dado que es asociado como fuente de autoafirmación, realización, obtención de logros y aprendizaje. Mientras que las mujeres describían estresores por igual, el ámbito laboral, doméstico y familiar, lo que ocasionaba mayor agotamiento, traduciéndose en una disminución del descanso, que generaba malestar, alteraciones del sistema inmunológico, trastornos del sueño, sentimientos de culpa, baja autoestima, angustia, ansiedad, depresión, y tristeza (Táboas, 2021). Dado esto, es posible inferir que las mujeres sufren una carga adicional, puesto que las responsabilidades familiares continúan estando a su cargo.

Las demandas sociales que implican ser madre y participar en la sociedad producen un considerable grado de culpabilidad y una sobrecarga que genera estrés tanto físico como emocional (Martínez-Benloch, 2003, citado en González, 2006), razón por la cual “las mujeres informan de mayores niveles de distrés psicológico que los hombres” (González, 2006). Esto,

aunado al escenario pandémico, explica tácitamente por qué diversos estudios empíricos señalan que el pertenecer al sexo femenino se asocia con un mayor impacto psicológico, lo que se traduce en mayores niveles de estrés, ansiedad y depresión (Quintana y Lozano, 2020).

Estrategias de Afrontamiento Frente al Estrés Percibido

El estrés es el impulsor de una serie de mecanismos, llamados estrategias de afrontamiento, las cuales intervienen para permitir la contención de los eventos excesivos o desbordantes (Mora y Palacios, 2014). Estos podrían definirse como “los esfuerzos cognitivos y comportamentales de cambio que realiza la persona para controlar las demandas percibidas como estresantes” (Lazarus y Folkman, 1984, citado en González, 2006).

Aunque la puesta en marcha de estas estrategias de afrontamiento no siempre garantiza el éxito, sirven para generar, evitar o disminuir conflictos en los seres humanos, atribuyéndoles beneficios personales y contribuyendo a su fortalecimiento, por lo cual, se podría definir como una forma de manejar situaciones que puedan generar estrés en el individuo, con las que busca tolerar, minimizar, aceptar o ignorar aquello que sobrepasa sus capacidades, resignificando el estímulo, a través de las acciones, pensamientos, afectos y emociones que el individuo utiliza a la hora de abordar la situación desbordante, formando parte de los recursos psicológicos o psicosociales que el individuo utiliza para hacer frente a situaciones estresantes (Macías et al., 2013).

Lazarus y Folkman (1986, citado en Macías et al., 2013), señalan que existen dos tipos de afrontamiento: el dirigido a la emoción y el dirigido al problema. El primero se realiza partiendo de la evaluación en la que el individuo nota que no puede hacer nada para modificar las condiciones amenazantes del entorno, por lo que recurre a un grupo de procesos cognitivos

con los que intenta disminuir la alteración emocional, como son evitación, minimización, distanciamiento, atención selectiva, comparaciones positivas y la extracción de valores positivos de los sucesos negativos. El segundo, se da principalmente cuando las condiciones que se le presentan al individuo resultan evaluadas como susceptibles de cambio. Estas están dirigidas a la definición del problema, lo que significa que se busca una solución y se consideran diferentes opciones en función de la evaluación de los costos y beneficios.

Estrategias de Afrontamiento en Función del Género

Hombres y mujeres perciben el estrés desde una perspectiva diferente, lo cual puede ser explicado a través del rol de género, producto del proceso histórico de construcción social, y en base a esto, utilizan distintas estrategias de afrontamiento (Cabanach, 2013). La evidencia científica señala que las mujeres presentan estrategias centradas en la emoción, mientras que los hombres emplean destrezas enfocadas en la acción y reportan un menor nivel de estrés (Berra et al., 2014). Todo esto debido a que las estrategias centradas en el problema parecen ser utilizadas en condiciones de estrés controlable, a diferencia de las estrategias centradas en las emociones que tienden a ser utilizadas cuando se percibe un nivel de estrés incontrolable, como, por ejemplo, el experimentado ante el peligro de muerte (Macías et al., 2013), lo que puede ser similar a la situación enfrentada en pandemia.

Según los estándares adoptados socialmente, resulta apropiado que las mujeres puedan hablar de sus problemas de salud y expresar una amplia gama de emociones, pudiendo identificar todo tipo de síntomas (González, 2006), pues “prima la búsqueda del apoyo social como principal mecanismo de respuesta a las situaciones problemáticas” (Cabanach et al., 2013). Por su parte, los hombres son reacios a compartir sus sentimientos, lo cual puede entenderse como una forma de proteger su identidad, ya que expresar sus emociones podría

significar vulnerabilidad, lo que puede entenderse como un signo de debilidad. De esta manera, es bien sabido, que ellos no piden ayuda para resolver sus problemas emocionales; muy por el contrario, interiorizan el estrés, o usan drogas, alcohol o tabaco en mayor medida, corren más riesgos innecesarios y, por ello, tienen más accidentes (Jansz, 2000, citado en González, 2006).

A raíz de todo lo expuesto se presume que el mayor impacto del confinamiento, así como las consecuencias psicológicas atribuidas a la pandemia, recaería mayormente en las mujeres, considerando que los factores de: inestabilidad laboral, las estrategias de afrontamiento empleadas, así como las tareas atribuidas al rol femenino, depositan en la mujer una mayor sobrecarga respecto de los hombres.

Hipótesis

Respecto a la relación entre el género y el estrés percibido por los trabajadores informales a causa de las restricciones sanitarias durante la pandemia en función del género, se estima que el estrés percibido es mayor en las mujeres en comparación a los hombres.

Respecto a la relación de las estrategias de afrontamiento en función del género, se cree que tanto los trabajadores como las trabajadoras informales emplearon distintas estrategias, ya que, debido a las pautas comportamentales definidas por los roles de género, las mujeres se permiten expresar y verbalizar lo que sienten, con el fin de encontrar una solución al problema. Mientras que los hombres interiorizan y reprimen sus emociones.

Respecto de la relación entre el estrés percibido frente a las restricciones sanitarias y las estrategias de afrontamiento utilizadas durante la pandemia por Covid-19, se cree que existe relación, pues, al tratarse de un contexto impredecible, donde la propia vida y la de quienes les rodean se ve expuesta, el estrés percibido conseguiría agudizar las estrategias de afrontamiento

utilizadas tanto en hombres como en mujeres trabajadores informales.

Marco Metodológico

Tipo de Estudio

El paradigma en el cual se basó la presente investigación es post-positivista, ya que pone énfasis en la recopilación de información, datos y evidencia, que permite argumentar de manera sólida, dejando a un lado sesgos personales, proporcionando mayor validez al estudio (Herrera, 2017, p.34). A través de un enfoque cuantitativo, se buscó confirmar o refutar las hipótesis expuestas desde una postura objetiva, utilizando métodos de análisis organizados y representativos de la población (Arteaga, 2020), estudiando este fenómeno social desde una arista general que permitió, a través de la medición numérica, el conteo y la función estadística, establecer con exactitud patrones de comportamiento en un determinado contexto (Malagón et al., 2014).

Con el fin de alcanzar los objetivos propuestos, el estudio fue de tipo correlacional, lo que pretendió medir la relación entre dos variables de una población específica (estrés percibido y estrategias de afrontamiento entre hombres y mujeres trabajadores informales), en un lugar determinado (Región Metropolitana) y en un período específico (años 2020- 2021), sin adentrarse en su causalidad (Vallejo, 2002).

En cuanto al diseño, este fue observacional de corte transversal, pues la medición se enfocó en un intervalo de tiempo determinado (octubre-noviembre 2021), sin un seguimiento posterior (García, 2004) y sin mayor intervención por parte de los investigadores (Rodríguez y Mendivelso, 2018).

Participantes

La estrategia de muestreo utilizada fue de tipo no probabilístico por conveniencia, ya que las unidades de la muestra fueron determinadas de acuerdo a su fácil disponibilidad y proximidad geográfica (Ozten y Manterola, 2017).

La encuesta fue respondida por 93 personas, sin embargo, fueron excluidos 25 participantes por poseer características contenidas en los criterios de exclusión. De esta manera, de una muestra de 68 participantes entre 19 a 70 años, que aceptaron voluntariamente formar parte del estudio, con un promedio de 37.9 años y una desviación estándar de 11.4; se obtuvo una muestra de 42 mujeres y 26 hombres, lo que representa al 61.8% y al 38.2% respectivamente.

Criterios de Inclusión

Fueron considerados aquellos hombres y mujeres trabajadores informales, que durante el período 2020-2021 habitaron la Región Metropolitana y que siendo mayores de 18 años dieron su consentimiento para participar.

Criterios de Exclusión

Fueron excluidas las personas que contaban con contrato de trabajo formal, adicional a la actividad informal.

Instrumentos

Escala de Estrés Percibido (EEP). Fue creado por Cohen, Kamarck y Mermelstein en 1983 y es uno de los instrumentos más usados para evaluar el estrés (Calderón et al., 2017). Esta escala fue diseñada para medir el grado en el que las personas evalúan las situaciones de la vida cotidiana como estresantes. Este cuestionario consta de 14 ítems en escala de Likert con

clasificaciones: nunca, pocas veces, a veces, frecuentemente y siempre, con una valoración de 0 a 4 puntos (Véase Anexo II). Si bien esta escala está diseñada para medir el estrés en condiciones normales, se utilizó una versión modificada, que fue utilizada en Colombia (Campo-Arias et al., 2020), para medir el nivel de estrés aplicado al contexto de pandemia. En este estudio, al igual que en Colombia, se aplicaron 10 de los 14 ítems originales. Sólo se modificó el encabezado del documento original para considerar todo el período de pandemia y no sólo los últimos siete días como indica el cuestionario utilizado en ese país.

Este instrumento se considera confiable y válido ya que ha sido empleado en varios países, grupos poblacionales, grupos etarios y diversos entornos, y fue validado en Chile por Vera y Wood en 1994 (Meza, 2014). Es una escala que tiene una adecuada consistencia interna de 0.83 y con alfa de Cronbach entre 0.82 a 0.85 (Torres-Lagunas et al., 2015).

Cuestionario de Afrontamiento del Estrés (CAE). Es una medida de autoinforme diseñada para evaluar siete estilos básicos de afrontamiento: (1) Focalizado en la solución del problema, (2) Autofocalización negativa, (3) Reevaluación positiva, (4) Expresión emocional abierta, (5) Evitación, (6) Búsqueda de apoyo social, y (7) Religión (Véase Anexo I). Este instrumento nace a partir de las conceptualizaciones de Lazarus y Folkman, (1984), quienes han defendido que las estrategias de afrontamiento pueden ser estables a través de diferentes situaciones estresantes, la versión utilizada para este análisis será la de Sandin y Chorot creada el 2003. El cuestionario está confeccionado en una escala de Likert de 42 ítems con clasificaciones: nunca, pocas veces, a veces, frecuentemente y siempre con una valoración respectiva de 0 a 4 puntos (Sandín y Chorot, 2003).

El CAE presenta una fiabilidad entre excelente y aceptable, los coeficientes de fiabilidad de Cronbach para las siete subescalas varían entre 0.64 y 0.92 (media = 0.79) (Sandín

y Chorot, 2003). Es válido ya que los resultados demostraron una clara estructura factorial de siete factores que representaban los siete estilos básicos de afrontamiento. Las correlaciones entre los factores fueron bajas o moderadas (Sandín y Chorot, 2003). Si bien no se ha encontrado un estudio de validez en Chile, ha sido utilizado en nuestro país por la Universidad de Concepción en los estudios: “Estrés percibido, afrontamiento y personalidad resistente en mujeres infértiles” y “Afrontamiento y rumiación frente a eventos adversos y crecimiento postraumático en estudiantes universitarios”, además en la tesis “Recursos y estrategias para mitigar y responder a situaciones post desastre: el caso de familias damnificadas del terremoto/tsunami del 27-f de 2010 en proyecto de reconstrucción CNT Tumbes”, así como también se utilizó una adaptación del instrumento en la Universidad de Magallanes en su estudio “Miedo a volar: Componentes y formas de afrontamiento de un grupo de patagones que viven en aislamiento relativo”.

Procedimientos

La encuesta, que incluía los cuestionarios antes mencionados, fue enviada por email o *WhatsApp* bajo el formato de *Google Forms*, por lo que cada participante la realizó de forma individual sin ningún tipo de manipulación por parte de las investigadoras. De esta manera, una vez contestada, fue devuelta por la misma vía que se entregó, para así, proceder a tabular los resultados y realizar los análisis pertinentes para la obtención de los indicadores.

Resguardos Éticos

Para que una investigación sea ética no basta sólo con no hacer plagio y utilizar correctamente las normas APA, sino que también es necesario cumplir con los tres principios éticos relevantes para la práctica de investigación con personas, como son: el respeto, el beneficio y la justicia. Para esto es fundamental, que los participantes ingresen al estudio de

forma voluntaria y con toda la información adecuada (Richaud, 2007).

La herramienta utilizada para informar a los participantes de los aspectos relevantes de nuestra investigación fue el consentimiento informado (Véase Anexo III). Mediante este documento los participantes autorizaron la utilización de sus datos, así como del contenido y resultados que arroje el estudio (Meo, 2010). Además de contener el motivo del estudio, entregó información de la universidad y el contacto tanto de las investigadoras como de la profesora guía, permitiendo autenticar la información y a la vez, generar un canal para aclarar posibles dudas que surgieran durante el proceso. Una vez que el participante leyó toda la información debía confirmar su participación y luego responder la encuesta inicial, seguida por los cuestionarios utilizados como instrumentos de medición. Se debe recalcar que la colaboración fue anónima y voluntaria, por lo que tuvieron la libertad de declinar su participación en cualquier momento (Meo, 2010).

Plan de Análisis de Datos

Para el análisis de datos, la herramienta utilizada fue Jamovi, la cual permite realizar “cálculos estadísticos complejos de una manera sencilla y eficiente” (Universitat Oberta de Catalunya, s/f) haciendo posible comprobar o refutar las hipótesis planteadas.

En cuanto al análisis inferencial, se evaluaron las variables categóricas utilizando la prueba de Chi Cuadrado, dado que “permite determinar si dos variables cualitativas están o no asociadas” (Romero, 2011).

Asimismo, se utilizó una prueba T de *Student* para comparar el promedio de las muestras independientes (hombres y mujeres), permitiendo conocer si estas dos variables numéricas diferían entre sí (Sánchez, 2015).

Para evaluar la correlación entre dos variables numéricas se utilizó la Prueba de *Spearman*, prueba no paramétrica que “permite identificar si dos variables se relacionan en una función monótona (es decir, cuando un número aumenta, el otro también o viceversa)” (García et al., 2019).

Resultados

Características Psicosociales

La Tabla 1 muestra la relación entre las características psicosociales y el género de los participantes, en ella se destaca que el sostenedor de la familia es principalmente el hombre, con 80.8%, con valor de p de 0.004. Respecto de las tareas domésticas, un 92.5% de las mujeres contestaron que estaban a su cargo, representando un valor de p de 0.001. En ambas variables se evidencia una relación estadísticamente significativa, dado que el valor de p es menor a 0.05. Las variables “Apoyo para sobrellevar la pandemia”, “Trabajó sólo o en equipo”, “Convivencia durante la pandemia” y “Variación de ingresos” no evidenciaron relación con el género, dado que el resultado de p fue mayor a 0.05. Sin embargo, en la pregunta sobre variación de ingresos, el 70.6% del total de la muestra indica una disminución de estos.

Estrés Percibido en Hombres y Mujeres

Tal como se observa en la Tabla 2, en la cual se describe estadísticamente los resultados del estrés percibido según el género de los participantes, el grupo de los hombres presenta un promedio de estrés percibido de 16.7 y las mujeres de 16.2.

Respecto de la comparación del estrés percibido en hombres y mujeres, en la Tabla 3, se evidencia que no existió relación entre el estrés percibido y el género, ya que el valor de p es 0.715, por lo que no hay relación estadísticamente significativa entre las variables.

Estrategias de Afrontamiento

En la Tabla 4, que entrega una descripción estadística de las estrategias de afrontamiento utilizadas en hombres y mujeres, observamos que el promedio de las dimensiones: “Focalización en la solución”, “Reevaluación positiva”, “Auto focalización negativa” y “Expresión emocional abierta” son similares, a diferencia de las dimensiones: “Evitación”, “Religión” y “Búsqueda de apoyo social”, donde los promedios tienden a ser diferentes. En el caso de la “Reevaluación positiva”, si bien se observa una diferencia en los promedios, de un 21.9 para los hombres y 24.5 para las mujeres, esta diferencia no es estadísticamente significativa, ya que el valor de p es de 0.136.

La Tabla 5, que expone la relación entre las estrategias de afrontamiento y el género de los participantes, indica que existe relación entre el género y las variables: “Evitación”, “Religión” y “Búsqueda de apoyo social”, dado que el valor de p es menor a 0.05. Asimismo, el promedio de estas tres dimensiones indica que son más utilizadas por las mujeres.

Relación entre el Estrés Percibido y las Estrategias de Afrontamiento

En la Tabla 6, que presenta la relación entre las estrategias de afrontamiento y el estrés percibido, se observa que entre el estrés percibido general y las dimensiones “Autofocalización negativa” y “Reevaluación positiva” existe relación estadísticamente significativa, dado que el valor de p es menor a 0.05. Respecto al índice de *Spearman* es positivo en “Autofocalización negativa” y negativo en la dimensión “Reevaluación positiva”.

Al observar la muestra de hombres de forma independiente, existe relación estadísticamente significativa en las dimensiones “Autofocalización negativa” y “Expresión emocional abierta”, siendo el valor de p menor a 0.05. Además, en ambas dimensiones el índice de *Spearman* es positivo.

Respecto de las mujeres, las dimensiones “Reevaluación positiva” y “Religión”, reflejan una relación estadísticamente significativa entre las variables, donde p es menor a 0.05. Por otro lado, se observa que el índice de *Spearman* es negativo.

Discusión

Los resultados de la presente investigación evidencian que, con respecto a la relación entre el estrés percibido por los trabajadores informales a causa de las restricciones sanitarias durante la pandemia en función del género, tanto hombres como mujeres perciben el estrés de manera similar, esta aseveración se extrae de la prueba estadística aplicada (T de Student), donde los promedios obtenidos fueron similares (hombres 16.7 y mujeres 16.2), lo que contrasta con la información encontrada en la literatura, que señala que el estrés afecta en mayor medida a las mujeres (González, 2006), por lo tanto, no se pudo verificar la primera hipótesis, que señala que el género afecta en la percepción del estrés, donde se esperaba que fuera mayor en las mujeres. Esto podría deberse, por una parte, a que las repercusiones psicológicas ocasionadas por la pandemia resultan ser transversales en ambos géneros, y si a esto le sumamos que el 70.6% de la muestra vio disminuidos sus ingresos, sería posible suponer un aumento en el estrés percibido, ya que como lo señala Benach et al., (2015), la escasez de recursos repercute negativamente en el bienestar psicológico de quienes se ven afectados. Por otra parte, es importante recordar que la muestra de hombres es menor a treinta, por lo que los resultados obtenidos deben ser considerados con precaución al asumir representatividad en la población general de hombres.

Al desglosar la información obtenida, un 92.5% de las mujeres declaró que las tareas domésticas estaban a su cargo y por su parte un 80.8% de los hombres manifestó ser el sostenedor de la familia, esta información coincide con el constructo social que atribuye a la

mujer el rol de cuidadora y encargada de las labores del hogar y a los hombres la responsabilidad de ser el sostenedor de la familia (Herrera, 2000). De esta manera, si bien la literatura señala que a las dos variables expuestas se les atribuyen mayores niveles de estrés, esto no se evidencia en la presente investigación, ya que, al no contar con indicadores previos, no es posible aseverar un incremento o disminución en la percepción del estrés en ambos géneros.

Respecto a la relación de las estrategias de afrontamiento en función del género, los resultados obtenidos señalan que existe relación estadísticamente significativa con las variables: “Evitación”, de tipo emotivo, la cual procura la no confrontación del problema y podría ser manifestada en estilos como el fantasear (Sandín y Chorot, 2003, como se citó en Sandín y Chorot, 2003, como se citó en Muñoz, 2017); “Religión”, la cual está enfocada a la emoción, permitiendo a la persona encontrar un espacio de confianza y esparcimiento de la tensión (Sandín y Chorot, 2003, como se citó en Muñoz, 2017); y “Búsqueda de apoyo social”, la cual se enfoca en el problema e implica la ayuda de otros para manejar el evento estresante (Sandín y Chorot, 2003, como se citó en Muñoz, 2017). Si bien las estrategias “Religión” y “Búsqueda de apoyo social” presentan una relación estadísticamente significativa en ambos sexos, el promedio señala que son más utilizadas por el género femenino, lo que concuerda con la literatura revisada, donde se menciona que las mujeres tienden a expresar sus emociones (González. 2006). Solo se pudo verificar parcialmente la segunda hipótesis, ya que, si bien se corrobora que hombres y mujeres utilizaron estrategias diferentes, estas no fueron las esperadas de acuerdo con la literatura revisada, por lo que se sugiere continuar estudiando este tema para así poder contar con una explicación más acabada respecto de este punto.

Respecto de la relación entre el estrés percibido frente a las restricciones sanitarias y las

estrategias de afrontamiento utilizadas durante la pandemia por Covid-19, los resultados señalan que en ambos géneros existe una relación estadísticamente significativa en las variables “Autofocalización negativa” y “Reevaluación positiva”. En el caso de la “Autofocalización negativa”, se refleja que a mayor estrés percibido aumenta el uso de esta estrategia, de tipo emotivo, en la cual el individuo busca su propia responsabilidad en el problema y se culpa por la situación” (Sandín y Chorot, 2003, como se citó en Muñoz, 2017). En el caso de la “Reevaluación positiva”, la cual resulta ser una estrategia emotiva que permite ver el lado positivo de las cosas, realizando un reencuadre de la situación, comprendiéndola como “no tan mala” (Sandín y Chorot, 2003, como se citó en Muñoz, 2017), los resultados señalan que a mayor estrés percibido es menor el uso de esta estrategia.

Respecto del grupo de hombres, existe relación estadísticamente significativa en las variables “Autofocalización negativa”, mencionada anteriormente y “Expresión emocional abierta”, estrategia centrada en la emoción, permitiendo el desahogo del estrés, generando un efecto catártico (Sandín y Chorot, 2003, como se citó en Muñoz, 2017). En ambos el índice de Spearman es positivo, lo que refleja que a mayor percepción del estrés aumenta el uso de las estrategias mencionadas. Esto refleja que, si bien la autofocalización negativa se enfoca en la culpa, la persona se permite expresar abiertamente sus emociones, siendo esta última herramienta un factor positivo.

Si observamos la relación del estrés percibido y las estrategias de afrontamiento en las mujeres, se observa una relación estadísticamente significativa entre las estrategias de afrontamiento: “Religión”, la cual está enfocada en la emoción, permitiendo a la persona encontrar un espacio de confianza y esparcimiento de la tensión (Sandín y Chorot, 2003, como se citó en Muñoz, 2017), y “Reevaluación positiva”, la cual resulta ser una estrategia emotiva

que permite ver el lado positivo de las cosas, realizando un reencuadre de la situación y comprendiéndola como “no tan mala” (Sandín y Chorot, 2003, como se citó en Muñoz, 2017). De esta forma, podemos mencionar que ambas “están dirigidas a minimizar los efectos del estresor, abordándolo de forma directa” (Gantiva et al., 2009). No obstante, los resultados arrojaron que mientras mayor es el estrés percibido, menor es el uso de estas estrategias, lo cual resulta ser perjudicial, ya que esto impide identificar oportunidades en situaciones adversas y así enfocarse en la reducción de los efectos potencialmente dañinos (Gantiva et al., 2009).

Observando ambos fenómenos mencionados anteriormente, sólo fue posible verificar parcialmente la tercera hipótesis, ya que hubo una relación estadísticamente significativa en algunas estrategias de afrontamiento y no en su totalidad.

Por tanto, en virtud de la información anterior y como respuesta a la pregunta de investigación, si bien se puede aseverar una relación entre el estrés percibido por las medidas restrictivas y las estrategias de afrontamiento utilizadas para manejarlo, no fue posible identificar diferencias significativas desde una perspectiva de género, ya que los hombres y mujeres que participaron del presente estudio percibieron el estrés de manera similar y en ambos se visualizó el uso de estrategias centradas en la emoción, las cuales son utilizadas cuando se percibe un nivel de estrés incontrolable (Macías et al., 2013), lo que es atinente a la situación enfrentada durante la pandemia.

El principal aporte de esta investigación es dar visibilidad a los trabajadores informales de la Región Metropolitana, que, de acuerdo con el presente estudio, se infiere que fue uno de los grupos más olvidados durante la cuarentena, sobre todo durante el año 2020 e inicios del 2021, al no considerar que las medidas restrictivas impuestas por el ejecutivo no les autorizó a trabajar, impidiéndoles obtener los ingresos necesarios para su sustento.

Se considera que no fue posible plasmar, en toda su dimensión, cómo este grupo se vio afectado ante las restricciones sanitarias, lo que podría deberse a que el enfoque de la investigación no permite profundizar en la experiencia de los participantes. De la misma forma, en el área psicosocial, hubiera sido beneficioso incluir preguntas que pudieran dar cuenta de aspectos fundamentales para comprender de forma más acabada el impacto sobre la percepción del estrés que generaron las medidas restrictivas a las que se vieron sometidos los participantes. La propia pandemia y las medidas restrictivas fueron una limitación para llegar a una cantidad mayor de personas, ya que muchos de los trabajadores informales no están digitalizados, por lo que no fue posible llegar a este grupo de individuos. Por esto, sería importante considerar que la generalización de los resultados no es atingente para toda la población que trabaja de forma informal.

Si bien surge la necesidad de continuar indagando sobre el tema, en la presente investigación fue posible obtener información relevante acerca de la relación entre las estrategias de afrontamiento en función del género y la percepción del estrés frente a las restricciones sanitarias aplicadas durante la pandemia. Los resultados generaron nuevos supuestos, como, por ejemplo, que el hecho de ser dueña de casa y tener la responsabilidad de ser el sustento del hogar no haya arrojado una percepción del estrés mayor en mujeres, esto podría atribuirse a la normalización que como sociedad se ha internalizado con respecto al rol de género y la aceptación que ha tenido en las personas las funciones que debe realizar cada uno; o que las mujeres ya no son tan pasivas y, por tanto, logran afrontar el estrés de forma independiente. Estas conjeturas podrían ser utilizadas como base para futuras exploraciones científicas.

A raíz de lo anterior, se sugiere realizar nuevas investigaciones con una muestra mayor

de trabajadores informales y más equitativa respecto del género, con el fin de que la obtención de resultados sea más representativa. Asimismo, se propone abrir nuevas líneas de investigación centradas en la realización de nuevos análisis con una muestra que cumpla con los criterios de la presente investigación con el fin de observar la percepción del estrés en contexto de normalidad y, de esta manera, compararlos con los parámetros obtenidos en pandemia. Además, se sugiere realizar un estudio cualitativo que permita complementar esta investigación para comprender en profundidad, desde la experiencia, por ejemplo, por qué los roles de género no afectarían necesariamente en la percepción del estrés.

Referencias

Aguirre, J.; Gallego, F.; Hojman, A.; Jiménez, H.; Martínez, C.; Morandé, M.; Pedro, P; y

Trimarchi, E. (mayo de 2020). *Propuestas de apoyo económico para los trabajadores informales vulnerables durante la emergencia del Covid-19*.

https://repositorio.uc.cl/xmlui/bitstream/handle/11534/45770/N%C2%B0%20122_Trabajadores%20informales.pdf?sequence=1

Arteaga, G. (1 de octubre de 2020). *Enfoque cuantitativo: métodos, fortalezas y debilidades*.

<https://www.testsiteforme.com/enfoque-cuantitativo/>

Ávila, J. (2014). El estrés un problema de salud del mundo actual. *Revista Con-Ciencia*,

2(1), 117-125. [http://www.scielo.org.bo/scielo.php?pid=S2310-](http://www.scielo.org.bo/scielo.php?pid=S2310-02652014000100013&script=sci_arttext)

[02652014000100013&script=sci_arttext](http://www.scielo.org.bo/scielo.php?pid=S2310-02652014000100013&script=sci_arttext)

Avilés, P., Cova, F., Bustos, C. y García, F. (2014). Afrontamiento y rumiación frente a eventos adversos y crecimiento postraumático en estudiantes universitarios.

Liberabit, 20(2), 281-292.

[http://www.scielo.org.pe/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1729-](http://www.scielo.org.pe/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1729-48272014000200009&lng=es&tlng=es)

[48272014000200009&lng=es&tlng=es](http://www.scielo.org.pe/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1729-48272014000200009&lng=es&tlng=es).

Barra E. y Vaccaro M. (2013). Estrés percibido, afrontamiento y personalidad resistente en mujeres infértiles. *Liberabit*, 19(1), 113-119.

[http://www.scielo.org.pe/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1729-](http://www.scielo.org.pe/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1729-48272013000100011&lng=es&tlng=es)

[48272013000100011&lng=es&tlng=es](http://www.scielo.org.pe/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1729-48272013000100011&lng=es&tlng=es).

Benach, J., Julià, M., Tarafa, G., Mir, J., Molinero, E. y Vives, A. (2015). La precariedad

- laboral medida de forma multidimensional: distribución social y asociación con la salud en Cataluña. *Gaceta Sanitaria*, 29(5), 375-378.
- <https://www.scielosp.org/article/ga/2015.v29n5/375-378/es/>
- Benítez, A., Velasco, C. y Vergara, R. (2020) Coronavirus: antecedentes sanitarios y económicos para la discusión. *Centro de Estudios Públicos*, (532), 1-18.
- https://www.cepchile.cl/cep/site/docs/20200421/20200421163154/pder532_abenitez_cvelasco_rvergara.pdf
- Berra, E.; Muñoz, S.; Vega, C.; Silva, A.; y Gómez, G. (2014). Emociones, estrés y afrontamiento en adolescentes desde el modelo de Lazarus y Folkman. *Revista Intercontinental de Psicología y Educación*, 16(1),37-57.
- <https://www.redalyc.org/pdf/802/80230114003.pdf>
- Blanch, J. M. (1 de enero de 2001). *Empleo y desempleo: ¿viejos conceptos en nuevos contextos?*.https://www.academia.edu/1937353/Empleo_y_desempleo_viejos_conceptos_en_nuevos_contextos
- Bravo, D., Errázuriz, A., Campos, D. y Fernández, G. (2021). *Termómetro de la Salud Mental en Chile ACHS-UC: Tercera Ronda*. [Archivo PDF].
- https://www.achs.cl/portal/centro-denoticias/Documents/Termometro_SM_version3.pdf
- Broche-Pérez, Y., Fernández-Castillo, E. y Reyes D. (2021). Consecuencias psicológicas de la cuarentena y el aislamiento social durante la pandemia de Covid-19. *Revista Cubana de Salud Pública*. 46(Suplemento especial).
- <https://www.scielosp.org/article/rcsp/2020.v46suppl1/e2488/es/>
- Brooks, S.; Webster, R.; Smith, L.; Woodland, L.; Wessely, S.; Greenberg, N.; y Rubin,

- G. (2020). *El impacto psicológico de la cuarentena y cómo reducirla: revisión rápida de las pruebas*. [Archivo PDF].
<https://apmadrid.org/Images/actividades/BROOKS%20SK%20et%20al.%20El%20impacto%20psicologico%20de%20la%20cuarentena%20%20y%20como%20reducirla.pdf>
- Bueno, C. (2009). El rol de las mujeres en los cambios y continuidades de la economía informal. *Argumentos*, 22(60), 211-239.
http://www.scielo.org.mx/scielo.php?pid=S0187-57952009000200011&script=sci_arttext
- Bustamante, M.; Díaz, R. y Villarreal, P. (2009). Economía informal: un análisis al comercio ambulante de la región del Maule, Chile. *Foro Empresarial*, 14(1), 35-57.
<https://www.redalyc.org/pdf/631/63111799002.pdf>
- Cabanach, R., Fariña, F., Freire, C., González, P. y Del Mar Ferradás, M. (2013). Diferencias en el afrontamiento del estrés en estudiantes universitarios hombres y mujeres. *European Journal of Education and Psychology*, 6(1), 19-32.
<https://revistas.uautonoma.cl/index.php/ejep/article/view/900>
- Cabezas, C. (2020). Pandemia de la Covid-19: tormentas y retos. *Revista Peruana de Medicina Experimental y Salud Pública*, 37(4), 603-604.
<https://www.scielosp.org/pdf/rpmesp/2020.v37n4/603-604/es>
- Calderón, C., Gómez, N., López, F., Otárola, N. y Briceño, M. (2017). Estructura Factorial de la Escala de Estrés Percibido (PSS) en una muestra de Trabajadores Chilenos. *Salud & Sociedad*, 8(3), 218-226. DOI: 10.22199/S07187475.2017.0003.00002

Campo-Arias, A., Pedrozo-Cortés, M. y Pedrozo-Pupoa, J. (2020). Escala de estrés percibido relacionado con la pandemia de Covid-19: una exploración del desempeño psicométrico en línea. *Revista Colombiana de Psiquiatría*, 49(4), 229– 230.
<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC7366950/>

Canal 13. (7 de abril de 2021). *Pandemia en Chile: Gobierno define listado de artículos esenciales*. <https://www.13.cl/programas/servicios-13/actualidad/pandemia-en-chile-gobierno-define-listado-de-articulos-esenciales>

Carbajal, M y Peñarrieta, M. (2020). *Estrés laboral en tiempos de pandemia, en trabajadores del área de atención al cliente de una empresa de telecomunicaciones de Lima, 2020*. [Tesis de licenciatura, Universidad Cesar Vallejos], Facultad de Ciencias de la Salud, Universidad Cesar Vallejos.
[https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/63430/Carbajal_BMT-Pe%
c3%b1arrieta_CMY-SD.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/63430/Carbajal_BMT-Pe%c3%b1arrieta_CMY-SD.pdf?sequence=1&isAllowed=y)

Castiglioni, R. (2020). La política chilena en tiempos de pandemia. Entre la (des)movilización social y la crisis sanitaria. *Nueva Sociedad* 287, p 68-79.
https://static.nuso.org/media/articles/downloads/4.TC_Castiglioni_287_web_IsWbYru.pdf

Chant, S. y Pedwell, C. (2008). *Las mujeres, el género y la economía informal: evaluación de los estudios de la OIT y orientaciones sobre el trabajo futuro*.
https://www.ilo.org/wcmsp5/groups/public/---dgreports/---gender/documents/publication/wcms_097015.pdf

División de Organizaciones Sociales (DOS) (20 de julio de 2020). *¿Gobierno anunció Plan*

“Paso a Paso Nos Cuidamos” para el desconfinamiento gradual en todo el país!.

<https://dos.gob.cl/gobierno-anuncio-plan-paso-a-paso-nos-cuidamos-para-el-desconfinamiento-gradual-en-todo-el-pais/> Dirección del Trabajo. (s/f). *¡Cuidarnos es tarea de todos!* <https://www.dt.gob.cl/portal/1626/w3-channel.html>

Ferrer, R. (2020). Pandemia por Covid-19: El mayor reto de la historia del intensivista.

Medicina intensiva, 44(6): 323–324.

<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC7151426/>

Fondo Monetario Internacional. (2020). *¿Qué es la economía informal?*.

<https://www.imf.org/external/Pubs/FT/fandd/spa/2020/12/pdf/what-is-the-informaleconomy-basics.pdf>

Gajardo, M. [@matias_emprendedor]. (6 de abril 2021). *Todo bien es esencial para quien*

vive de él [Foto]. Instagram. <https://www.instagram.com/p/CNVWotZn6Ng/>

García, J. (2004). Estudios descriptivos. *Nure Investigación*, 7.

<http://webpersonal.uma.es/de/jmpaez/websci/BLOQUEIII/DocbIII/Estudios%20descriptivos.pdf>

García-González, J., Sánchez-Sánchez, P., Orozco, M. y Obredor, S. (2019). Extracción de

Conocimiento para la Predicción y Análisis de los Resultados de la Prueba de Calidad de la Educación Superior en Colombia. *Formación Universitaria*, 12(4), 55-62.

<https://dx.doi.org/10.4067/S0718-50062019000400055>

Gantiva, C.; Viveros, A.; Dávila, A.; y Salgado, M. (2009). *Estrategias de afrontamiento*

en personas con ansiedad. Universidad Católica de Colombia.

<https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/4923985.pdf>

Gobierno de Chile. (s/f). *Actualización plan "Paso a Paso"*. Recuperado el 28 de diciembre

- de 2021 de <https://www.gob.cl/coronavirus/pasoapaso/>
- Goic, M., Olivares, M., Lara, E., Weintraub, G., Carranza, A., Covarrubia, J. y Basso, L. (2020). *Región Metropolitana en desconfiamiento: qué podemos aprender de la movilidad de agosto*. <https://isci.cl/wp-content/uploads/2020/09/VII-Reporte-Movilidad-RM-.pdf>
- Gonzales, M. (2006). *Estrés laboral, afrontamiento y sus consecuencias: el papel del género*. [Tesis de doctorado, Universidad de Valencia] Facultad de Psicología, Universidad de Valencia. <https://roderic.uv.es/bitstream/handle/10550/72753/GonzalezMorales2006TESIS.pdf?sequence=1>
- Herrera, M. (2017). *Conceptos de metodología: enfoques y paradigmas*. Centro de Estudios Estratégicos (CEEAG). <https://www.ceeag.cl/wp-content/uploads/2020/06/Libro-INVESTIGACION-EN-CIENCIAS-MILITARES-Claves-Methodologicas.pdf#page=32>
- Instituto Nacional de Estadísticas. (5 de mayo de 2021). *Boletín estadístico: informalidad laboral*. https://www.ine.cl/docs/default-source/informalidad-y-condiciones-laborales/boletines/2021/bolet%3ADn-informalidad-laboral-trimestre-enero-marzo-2021.pdf?sfvrsn=194ff35a_4
- Macías, M., 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), p. 123-145. <https://www.redalyc.org/pdf/213/21328600007.pdf>
- Malagón, G., Morales, J., Malagón, A., Calderón, N., Santos, A., y Amador, G. (2014). Paradigmas en la investigación enfoque cuantitativo y cualitativo. *European Scientific*

Journal, 10(15), p.523-528. <https://core.ac.uk/reader/236413540>

Meo, A. (2010), Consentimiento informado, anonimato y confidencialidad en la investigación social. La experiencia internacional y el caso de la sociología en Argentina. *Aposta. Revista de Ciencias Sociales*, (44),1-30.

<https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=495950240001>

Meza, M. (2014). *Adaptación y validación del cuestionario “Factores de riesgo psicosocial laboral” en una muestra de trabajadores del Grupo Enersis Chile*. [Tesis de licenciatura, Universidad de Chile] Facultad de Ciencias Sociales, Universidad de Chile. [http://repositorio.uchile.cl/bitstream/handle/2250/131396/Adaptaci%
c3%b3n%20y%20validaci%
c3%b3n%20del%20Cuestionario%20Factores%20de%20Riesgo%20Psicosocial%
20Laboral%20en%20una%20muestra%20de%20trabajadores%20del%20Grupo%20~1
.pdf?sequence=1&isAllowed=y](http://repositorio.uchile.cl/bitstream/handle/2250/131396/Adaptaci%c3%b3n%20y%20validaci%c3%b3n%20del%20Cuestionario%20Factores%20de%20Riesgo%20Psicosocial%20Laboral%20en%20una%20muestra%20de%20trabajadores%20del%20Grupo%20~1.pdf?sequence=1&isAllowed=y)

Miller, L (6 de abril de 2021). Los “prescindibles”. *Diario El Mercurio*.

<https://www.elmercurio.com/blogs/2021/04/06/87187/Los-prescindibles.aspx>

Mimica, J., Castillo, G., y Estrada, C. (2018). Miedo a volar: Componentes y formas de afrontamiento de un grupo de patagones que viven en aislamiento relativo. *Terapia psicológica*, 36(3), 167-176. <https://dx.doi.org/10.4067/S0718-48082018000300167>

Ministerio de Desarrollo Social y Familia (2021). *Ingreso Familiar de Emergencia*.

de <https://www.chileatiende.gob.cl/fichas/78385-ingreso-familiar-de-emergencia>

Ministerio de Salud. (2020-a). *Información de la situación del nuevo coronavirus 2019-nCoV y medidas en puntos de entrada*. [https://www.minsal.cl/wp-
content/uploads/2020/01/Ord.-N%C2%BA-2262-a-Representantes-de-Puntos-de-
Entrada.pdf](https://www.minsal.cl/wp-content/uploads/2020/01/Ord.-N%C2%BA-2262-a-Representantes-de-Puntos-de-Entrada.pdf)

Ministerio de Salud. (2020-b). *Ministerio de Salud decreta cuarentena total para la ciudad de Santiago y seis comunas aledañas*. <https://www.minsal.cl/ministerio-de-salud-decreta-cuarentena-total-para-la-ciudad-de-santiago-y-seis-comunas-aledanas/>

Ministerio de Salud. (2020-c). *Ministerio de Salud confirma primer caso de coronavirus en Chile*. <https://www.minsal.cl/ministerio-de-salud-confirma-primer-caso-de-coronavirus-en-chile/>

Ministerio de Salud. (2020-d). *Dispone medidas sanitarias que indica por brote de Covid-19*. https://www.minsal.cl/wp-content/uploads/2020/03/1745861_web.pdf

Ministerio de Salud. (2020-e). *Covid-19: Gobierno anuncia permiso de vacaciones para comunas en Transición*. <https://www.minsal.cl/covid-19-gobierno-anuncia-permiso-de-vacaciones-para-comunas-en-transicion/>

Mora, M. y Palacios, L. (2014). *Estrategias de afrontamiento al estrés en hombres y mujeres entre 18 y 28 años de edad consumidores de sustancias psicoactivas residentes en la fundación la luz de la ciudad de Medellín*. [Tesis de licenciatura Institución Universitaria de Envigado]. Facultad de Psicología, Universitaria de Envigado.

<http://bibliotecadigital.iue.edu.co/bitstream/20.500.12717/719/1/CD2728.pdf>

Moyano, E; Castillo, R; y Lizana, J. (2008). Trabajo informal: motivos, bienestar subjetivo, salud, y felicidad en vendedores ambulantes. *Psicologia em Estudo*, 13(4), p. 693-701. <https://www.scielo.br/j/pe/a/7ybj8ksR3Fy6xXtt34fQQqH/?lang=es&format=pdf>

Muñoz, F. (2017). *Estrategias de Afrontamiento del Estrés y Sentido Vital en Estudiantes de Artes Plásticas*. Universidad Central del Ecuador Facultad de Ciencias Psicológicas, carrera de Psicología Clínica. Quito.

<http://www.dspace.uce.edu.ec/bitstream/25000/11861/1/T-UCE-0007-PC007-2017.pdf>

Nova, C; Ollua, P; Vega, C; y Soria, R. (2010). Inventario de Estrategias de

Afrontamiento: una replicación. *Psicología y Salud*. 20(2), p. 213-220.

<https://psicologiaysalud.uv.mx/index.php/psicysalud/article/view/604/1048>

Ochoa, S. (s/f). *Economía informal: evolución reciente y perspectiva*. Centro de estudios

sociales y de opinión pública.

https://www.academia.edu/26632231/ECONOMIA_INFORMAL_Evoluci%C3%B3n_reciente_y_perspectivas

Oficina Internacional del Trabajo. (2013). *Desarrollo Rural a través del Trabajo*

Decente.

https://www.ilo.org/wcmsp5/groups/public/ed_emp/documents/publication/wcms_235430.pdf

Organización Mundial de la Salud. (22 de enero de 2019). *La salud mental en el lugar de*

trabajo: orientaciones a nivel mundial. [https://www.who.int/es/news-](https://www.who.int/es/news-room/commentaries/detail/mental-health-in-the-workplace)

[room/commentaries/detail/mental-health-in-the-workplace](https://www.who.int/es/news-room/commentaries/detail/mental-health-in-the-workplace)

Orlandini, A. (1999) El estrés: Qué es y cómo evitarlo. Fondo de la Cultura Económica.

[https://play.google.com/books/reader?id=d8-](https://play.google.com/books/reader?id=d8-KuiJAOXIC&pg=GBS.PT10&hl=es&lr=&printsec=frontcover)

[KuiJAOXIC&pg=GBS.PT10&hl=es&lr=&printsec=frontcover](https://play.google.com/books/reader?id=d8-KuiJAOXIC&pg=GBS.PT10&hl=es&lr=&printsec=frontcover)

Ozamiz-Etxebarria, N., Dosil-Santamaria, M., Picaza-Gorrochategui, M. y Idoiaga-

Mondragon, N. (2020). Niveles de estrés, ansiedad y depresión en la primera fase del

brote del COVID-19 en una muestra recogida en el norte de España. *Saúde*

Pública, 36(4), p. 2-8.

<https://www.scielo.br/j/csp/a/bnNQf4rdcMNPjgfnpWPQzr/?lang=es#>

Ozten, T. y Manterola, C. (2017). *Técnicas de Muestreo sobre una Población a Estudio*.

<https://www.scielo.cl/pdf/ijmorphol/v35n1/art37.pdf>

Palomino-Oré, C. y Huarcaya-Victoria, J. (2020). Trastornos de estrés causados por la

cuarentena durante la pandemia de Covid-19. *Horizonte Médico* 20(4).

<https://dx.doi.org/10.24265/horizmed.2020.v20n4.10>

Quintana, H. y Lozano, L. (2020). Estrés y ansiedad como respuestas a la cuarentena en

época de coronavirus. *Revista Neuronum*, 6(4), p. 442-449.

<http://eduneuro.com/revista/index.php/revistanuronum/article/view/303>

Rayo P. (2017). *Recursos y estrategias para mitigar y responder a situaciones*

posdesastre: el caso de familias damnificadas del terremoto/tsunami del 27-f de 2010

en proyecto de reconstrucción CNT Tumbes. [Tesis de Magister de la Universidad de

Concepción]. Facultad de Ciencias Sociales de la Universidad de Concepción.

http://repositorio.udec.cl/bitstream/11594/2788/3/Tesis_Recursos_y_estrategias_para_mitigar.pdf

Richaud, M. (2007). La ética en la investigación psicológica. *Enfoques XIX*, 19(1-2), p. 5-

18. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=3183493>

Rodríguez, C. (3 de mayo de 2021). Cinco retos psicológicos de la crisis del Covid-19.

Journal of Negative and No Positive Results. 5(6), 583-588.

<https://dx.doi.org/10.19230/jonnpr.3662>

Rodríguez, E. (2021). *Estrategias de afrontamiento y percepción de*

estrés de los profesionales enfermeros de los servicios de urgencias hospitalarias

durante la pandemia. [Tesis de Enfermería Universidad Autónoma de Madrid].

Facultad de enfermería, Universidad Autónoma de Madrid.

[https://repositorio.uam.es/bitstream/handle/10486/698280/rodriguez_monteagudo_e
lenatfg.pdf?sequence=1](https://repositorio.uam.es/bitstream/handle/10486/698280/rodriguez_monteagudo_e
lenatfg.pdf?sequence=1)

Rodríguez, M y Mendivelso, F. (2018). Diseño de Investigación de Corte Transversal.

Revista Médica Sanitas, 21(3), p 141-146.

[https://www.researchgate.net/profile/FredyMendivelso/publication/329051321_Disen
de_investigacion_de_Corte_Transversal/links/5c1aa22992851c22a3381550/Diseno-de-
investigacion-de-Corte-Transversal.pdf](https://www.researchgate.net/profile/FredyMendivelso/publication/329051321_Disen
de_investigacion_de_Corte_Transversal/links/5c1aa22992851c22a3381550/Diseno-de-
investigacion-de-Corte-Transversal.pdf)

Rojas, C. (2020). Cuarentena, Aislamiento Forzado y Uso de Drogas.

Cuadernos de Neuropsicología / Panamerican Journal of Neuropsychology, 14(1),
p. 24-28. <https://www.cnps.cl/index.php/cnps/article/view/395/442>

Romero, M. (2011). La prueba chi-cuadrado o ji-cuadrado (χ^2). *Enfermería del Trabajo*,
1(1), 31-38.

[https://scholar.googleusercontent.com/scholar?q=cache:6D48nK6QJmcJ:scholar.google.c
om/+prueba+chi+cuadrado+que+es&hl=es&as_sdt=0,5](https://scholar.googleusercontent.com/scholar?q=cache:6D48nK6QJmcJ:scholar.google.c
om/+prueba+chi+cuadrado+que+es&hl=es&as_sdt=0,5)

Salinas, P. y Arancibia, S. (2006). *Discursos masculinos sobre el poder de las mujeres en
Chile. sujetos y subjetividades*.

<https://scielo.conicyt.cl/pdf/udecada/v14n25/art04.pdf>

Sandín, B. y Chorot, P. (2003). Cuestionario de Afrontamiento del Estrés (CAE):

Desarrollo y Validación Preliminar. *Revista de Psicopatología y Psicología Clínica*, 8(1),
39-54.

http://www.consejeria.net/uploads/3/4/1/6/34163570/cuestionario_afrontamiento_estr.pdf

Sánchez, R. (2015). T-Student: Usos y abusos. *Revista mexicana de cardiología*, 26(1), 59-61. http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0188-21982015000100009&lng=es&tlng=es

Segura, R. y Pérez, I. (2016) Impacto diferencial del estrés entre hombres y mujeres: una aproximación desde el género. *Alternativas Psicológicas*, (36), p. 105-118. <https://alternativas.me/attachments/article/138/Impacto%20diferencial%20del%20estr%C3%A9s%20entre%20hombres%20y%20mujeres.pdf>

Serrano-Cumplido, A., Antón-Eguía, PB., Ruiz, A., Olmo, V., Segura, A., Barquilla, A. y

Morán, A. (2020). Covid-19. La historia se repite y seguimos tropezando con la misma piedra. *Medicina de Familia. Semergen*, 46(1), p. 48–54.

<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC7303648/>

Suez, C. (8 de marzo de 2021). *El 59% de las chilenas piensa que la brecha salarial*

debería ser una de las principales prioridades en este momento.

<https://www.ipsos.com/es-cl/el-59-de-las-chilenas-piensa-que-la-brecha-salarial-deberia-ser-una-de-las-principales-prioridades>

Táboas, E. (2021). Estudio comparativo de afrontamiento del estrés entre hombres y

mujeres *durante el confinamiento por Covid-19*. [Tesis para obtener el grado de Máster

Universidad Internacional de la Rioja]. Facultad de Salud, Universidad

Internacional de la Rioja.

<https://reunir.unir.net/bitstream/handle/123456789/11154/TABOAS%20RODRIGUEZ%20c%20EUGENIO.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Tacora, M. (2021). *Inseguridad laboral y estrés percibido durante la pandemia Covid-19*

en una muestra de trabajadores peruanos. [Tesis para grado de Licenciatura

Universidad Peruana Unión], Facultad de Ciencias Empresariales, Universidad

Peruana Unión.

[https://repositorio.upeu.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12840/4962/Mariluz_Tesis_L](https://repositorio.upeu.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12840/4962/Mariluz_Tesis_Licenciatura_2021.pdf?sequence=1&isAllowed=y)

[icenciatura_2021.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://repositorio.upeu.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12840/4962/Mariluz_Tesis_Licenciatura_2021.pdf?sequence=1&isAllowed=y)

Tejada, M. (2018). *Informalidad laboral en Chile*.

<https://www.observatorioeconomico.cl/index.php/oe/article/view/22/22>

Torres-Lagunas, M., Vega-Morales, E., Vinalay-Carrillo, I., Arenas-Montano, G. y

Rodríguez-Alonzo, E. (2015). Validación psicométrica de escalas PSS-14, AFA-R,

HDRS, CES-D, EV en puérperas mexicanas con y sin preeclamsia. *Revista Enfermería*

Universitaria, 12(3), 122-133. [http://www.scielo.org.mx/pdf/eu/v12n3/1665-7063-eu-](http://www.scielo.org.mx/pdf/eu/v12n3/1665-7063-eu-12-03-00122.pdf)

[12-03-00122.pdf](http://www.scielo.org.mx/pdf/eu/v12n3/1665-7063-eu-12-03-00122.pdf)

Universitat Oberta de Catalunya (s/f). *Jamovi*.

<http://datascience.recursos.uoc.edu/es/jamovi/>

Vallejo, M. (2002). El diseño de investigación: una breve revisión metodológica. *Archivos*

49 de cardiología de México, 72(1), 08-12. [https://www.medigraphic.com/pdfs/archi/ac-](https://www.medigraphic.com/pdfs/archi/ac-2002/ac021b.pdf)

[2002/ac021b.pdf](https://www.medigraphic.com/pdfs/archi/ac-2002/ac021b.pdf)

Apéndice

Tabla 1

Características psicosociales de los participantes

Variables	Género						Valor de p
	Masculino		Femenino		Total		
	n	%	n	%	n	%	
Durante la cuarentena, ¿fue usted el sostenedor o sostenedora de la familia?							
Sí	21	80.8	19	45.2	40	58.8	0.004
No	5	19.2	23	54.8	28	41.2	
¿Tuvo a quien acudir para sobrellevar los efectos de la restricción sanitaria (económica y/o emocionalmente)?							
Sí	13	50	28	66.7	41	60.3	0.172
No	13	50	14	33.3	27	39.7	
Durante la cuarentena, su trabajo lo realizaba ¿en equipo o de forma individual?							
Sólo (a)	21	80.8	32	76.2	53	77.9	0.658
En Equipo	5	19.2	10	23.8	15	22.1	
¿Cambiaron sus ingresos durante la pandemia?							

Aumentaron	6	23.1	5	11.9	11	16.2	0.474
Disminuyeron	17	65.4	31	73.8	48	70.6	
No cambiaron	3	11.5	6	14.3	9	13.2	
¿Con quién vivió durante la cuarentena?							
Familiares	13	50	14	33.3	27	39.7	0.131
Sólo (a)	1	3.8	3	7.1	4	5.9	
Con Pareja	8	30.8	8	19	16	23.5	
Con hijos (as)	4	15.4	17	40.5	21	30.9	
¿Las tareas domésticas estaban a su cargo?							
Sí	14	53.8	40	95.2	54	79.4	0.001
No	12	46.2	2	4.8	14	20.6	

Nota: n= Frecuencia; %= Porcentaje.

Tabla 2*Estadística descriptiva. Escala de estrés percibido*

	Género	N	Promedio	Mediana	DS	SE
Resultado estrés percibido	Masculino	26	16.7	17.5	5.05	0.990
	Femenino	42	16.2	17.0	4.92	0.759

Tabla 3

Comparación del estrés percibido entre hombres y mujeres (n=68)

		Estadística	gl	p
Estrés percibido total	T de <i>Student</i>	0.366	66.0	0.715

Nota. Prueba de T de *Student* para muestras independientes.

Tabla 4*Estadística descriptiva de estrategias de afrontamiento según el género*

	Género	N	Promedio	Mediana	DS	SE
Focalizado en la Solución	Masculino	26	20.3	18.5	8.31	1.63
	Femenino	42	21.5	21.5	6.79	1.047
Reevaluación Positiva	Masculino	26	21.9	22.0	7.81	1.53
	Femenino	42	24.5	24.0	6.48	1.000
Auto focalización Negativa	Masculino	26	15.8	15.5	6.73	1.32
	Femenino	42	16.2	17.5	5.18	0.800
Expresión Emocional Abierta	Masculino	26	16.6	15.0	7.52	1.47
	Femenino	42	17.5	18.0	5.64	0.870
Evitación	Masculino	26	19.4	19.0	7.38	1.45
	Femenino	42	23.1	24.0	6.82	1.053
Religión	Masculino	26	12.9	12.0	7.45	1.46
	Femenino	42	17.1	17.0	7.35	1.135
Búsqueda de Apoyo Social	Masculino	26	17.0	16.0	9.29	1.82
	Femenino	42	22.0	22.0	9.41	1.452

Tabla 5*Relación de estrategias de afrontamiento entre hombres y mujeres*

		Estadística	Gl	p
Focalizado en la Solución	T de <i>Student</i>	-0.625	66.0	0.534
Reevaluación Positiva	T de <i>Student</i>	-1.507	66.0	0.136
Auto focalización Negativa	T de <i>Student</i>	-0.254	66.0	0.801
Expresión Emocional Abierta	T de <i>Student</i>	-0.538	66.0	0.592
Evitación	T de <i>Student</i>	-2.118	66.0	0.038
Religión	T de <i>Student</i>	-2.288	66.0	0.025
Búsqueda de Apoyo Social	T de <i>Student</i>	-2.123	66.0	0.038

Tabla 6*Relación entre el estrés percibido y las estrategias de afrontamiento*

Dimensiones de		Estrés	Estrés	Estrés
Estrategias de		Percibido	Percibido	Percibido
Afrontamiento		General	en Hombres	en Mujeres
Focalizado en la Solución del Problema	Spearman	-0.155	0.045	-0.259
	p	0.208	0.825	0.098
Reevaluación Positiva	Spearman	-0.250	0.039	-0.388
	p	0.040	0.849	0.011
Auto focalización Negativa	Spearman	0.344	0.560	0.213
	p	0.004	0.003	0.176
Expresión Emocional Abierta	Spearman	0.162	0.416	-0.002
	p	0.187	0.035	0.992
Evitación	Spearman	-0.062	0.266	-0.195
	p	0.616	0.189	0.217
Religión	Spearman	-0.119	0.267	-0.326
	p	0.332	0.187	0.035
Búsqueda de Apoyo Social	Spearman	-0.056	0.301	-0.195
	p	0.651	0.135	0.217

Anexo I

Cuestionario de Afrontamiento del Estrés (CAE)

Nombre Edad Sexo

Instrucciones: En las páginas que siguen se describen formas de pensar y comportarse que la gente suele emplear para afrontar los problemas o situaciones estresantes que ocurren en la vida. Las formas de afrontamiento descritas no son ni buenas ni malas, ni tampoco unas son mejores o peores que otras. Simplemente ciertas personas utilizan unas formas más que otras. Para contestar debe leer con detenimiento cada una de las formas de afrontamiento y *recordar en qué medida Vd. la ha utilizado recientemente cuando ha tenido que hacer frente a situaciones de estrés. Rodee con un círculo el número que mejor represente el grado en que empleó cada una de las formas de afrontamiento del estrés que se indican.* Aunque este cuestionario a veces hace referencia a una situación o problema, tenga en cuenta que esto no quiere decir que Vd. piense en un único acontecimiento, sino más bien en las situaciones o problemas más estresantes vividos recientemente (*aproximadamente durante el pasado año*).

0	1	2	3	4
Nunca	Pocas veces	A veces	Frecuentemente	Casi siempre

¿Cómo se ha comportado habitualmente ante situaciones de estrés?

1. Traté de analizar las causas del problema para poder hacerle frente	0	1	2	3	4
2. Me convencí de que hiciese lo que hiciese las cosas siempre me saldrían mal	0	1	2	3	4
3. Intenté centrarme en los aspectos positivos del problema	0	1	2	3	4
4. Descargué mi mal humor con los demás	0	1	2	3	4
5. Cuando me venía a la cabeza el problema, trataba de concentrarme en otras cosas	0	1	2	3	4
6. Le conté a familiares o amigos cómo me sentía	0	1	2	3	4
7. Asistí a la Iglesia	0	1	2	3	4
8. Traté de solucionar el problema siguiendo unos pasos bien pensados	0	1	2	3	4
9. No hice nada concreto puesto que las cosas suelen ser malas	0	1	2	3	4
10. Intenté sacar algo positivo del problema	0	1	2	3	4
11. Insulté a ciertas personas	0	1	2	3	4
12. Me volqué en el trabajo o en otra actividad para olvidarme del problema	0	1	2	3	4
13. Pedí consejo a algún pariente o amigo para afrontar mejor el problema	0	1	2	3	4
14. Pedí ayuda espiritual a algún religioso (sacerdote, etc.)	0	1	2	3	4
15. Establecí un plan de actuación y procuré llevarlo a cabo	0	1	2	3	4
16. Comprendí que yo fui el principal causante del problema	0	1	2	3	4
17. Descubrí que en la vida hay cosas buenas y gente que se preocupa por los demás	0	1	2	3	4
18. Me comporté de forma hostil con los demás	0	1	2	3	4
19. Salí al cine, a cenar, a «dar una vuelta», etc., para olvidarme del problema	0	1	2	3	4
20. Pedí a parientes o amigos que me ayudaran a pensar acerca del problema	0	1	2	3	4
21. Acudí a la Iglesia para rogar que se solucionase el problema	0	1	2	3	4
22. Hablé con las personas implicadas para encontrar una solución al problema	0	1	2	3	4
23. Me sentí indefenso/a e incapaz de hacer algo positivo para cambiar la situación	0	1	2	3	4
24. Comprendí que otras cosas, diferentes del problema, eran para mí más importantes	0	1	2	3	4
25. Agredí a algunas personas	0	1	2	3	4
26. Procuré no pensar en el problema	0	1	2	3	4
27. Hablé con amigos o familiares para que me tranquilizaran cuando me encontraba mal	0	1	2	3	4
28. Tuve fe en que Dios remediaría la situación	0	1	2	3	4
29. Hice frente al problema poniendo en marcha varias soluciones concretas	0	1	2	3	4
30. Me di cuenta de que por mí mismo no podía hacer nada para resolver el problema	0	1	2	3	4
31. Experimenté personalmente eso de que «no hay mal que por bien no venga»	0	1	2	3	4
32. Me irrité con alguna gente	0	1	2	3	4
33. Practiqué algún deporte para olvidarme del problema	0	1	2	3	4
34. Pedí a algún amigo o familiar que me indicara cuál sería el mejor camino a seguir	0	1	2	3	4
35. Recé	0	1	2	3	4
36. Pensé detenidamente los pasos a seguir para enfrentarme al problema	0	1	2	3	4
37. Me resigné a aceptar las cosas como eran	0	1	2	3	4
38. Comprobé que, después de todo, las cosas podían haber ocurrido peor	0	1	2	3	4
39. Luché y me desahugué expresando mis sentimientos	0	1	2	3	4
40. Intenté olvidarme de todo	0	1	2	3	4
41. Procuré que algún familiar o amigo me escuchase cuando necesité manifestar mis sentimientos	0	1	2	3	4
42. Acudí a la Iglesia para poner velas o rezar	0	1	2	3	4

Nota. Adaptado de “Cuestionario de Afrontamiento del Estrés” (p. 52), de B. Sandín y P.

Chorot, 2003, *Revista de Psicopatología y Psicología Clínica*, 8(1).

Anexo II

Escala de Estrés Percibido (EEP)

Durante la Pandemia:	Nunca	Casi nunca	De vez en cuando	Casi siempre	Siempre
1. Me he sentido afectado como si algo grave fuera a ocurrir inesperadamente con la epidemia	0	1	2	3	4
2. Me he sentido que soy incapaz de controlar las cosas importantes de mi vida por la epidemia	0	1	2	3	4
3. Me he sentido nervioso o estresado por la epidemia	0	1	2	3	4
4. He estado seguro sobre mi capacidad para manejar mis problemas personales relacionados con la epidemia	4	3	2	1	0
5. He sentido que las cosas van bien (optimista) con la epidemia	4	3	2	1	0
6. Me he sentido incapaz de afrontar las cosas que tengo que hacer para el control de la posible infección	0	1	2	3	4

7. He sentido que puedo controlar las dificultades que podrían aparecer en mi vida por la infección	4	3	2	1	0
8. He sentido que tengo todo controlado en relación con la epidemia	4	3	2	1	0
9. Me he estado molesto porque las cosas relacionadas con la epidemia están fuera de mi control	0	1	2	3	4
10. He sentido que las dificultades se acumulan en estos días de la epidemia y me siento incapaz superarlas	0	1	2	3	4

Nota. Adaptado de “Escala de Estrés Percibido-10: Desempeño psicométrico en estudiantes de medicina de Bucaramanga, Colombia” (p. 409), por A. Campos-Arias, H.

Celina y E. Herazo, 2014, *Revista de la Facultad de Medicina.*, 62, (3).

Anexo III



Consentimiento Informado para Trabajadores Informales

de la Región Metropolitana

Investigadoras: Maritza Machuca, Susana Moreno y Elba Pacheco

Organización: UNIACC

Nombre de la investigación: “Repercusiones psicológicas de los trabajadores informales:

Una perspectiva de género” Estimado (a), se le invita a participar en el presente estudio, de carácter científico.

Este estudio hace parte de la tesis de grado de las investigadoras, alumnas de la carrera de psicología de universidad UNIACC.

El objetivo de esta investigación es identificar cuáles han sido las medidas sanitarias que generaron mayor nivel de estrés en los hombres y mujeres que han trabajado de manera informal durante la pandemia en la Región Metropolitana y cuáles son las estrategias de afrontamiento que han utilizado para manejarlo.

Consideraciones:

- Su participación en esta investigación es totalmente voluntaria y será tratada de forma confidencial.
- Constará de dos cuestionarios de fácil comprensión y que será entregado de forma física o electrónica.

- Los cuestionarios serán aplicados durante los meses de agosto y septiembre 2021.
- Su participación es de vital importancia para conocer de mejor manera el fenómeno estudiado.
- Una vez obtenido los resultados y si usted lo solicita, le será informado el medio por el cuál puede acceder a él o le será enviado a su correo, informado en este documento.
- Una vez comprendido el objetivo y el alcance del estudio, si está de acuerdo y desea participar en esta investigación, le agradecemos completar y firmar el presente consentimiento informado.

He leído la información proporcionada. He tenido la oportunidad aclarar dudas sobre ella y se me han contestado satisfactoriamente las preguntas, en caso de haberlas realizado.

Consiento voluntariamente participar en esta investigación como participante y entiendo que tengo el derecho de retirarme de la investigación en cualquier momento.

Nombre del participante: [_____]

Correo personal [_____]

Fecha [_____]

Firma [_____]