

UNIVERSIDAD PERUANA UNIÓN

FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD

Escuela Profesional de Psicología



**Bienestar espiritual y estrés en miembros de una comunidad
cristiana de Ilo, 2023**

Tesis para optar el Título Profesional de Psicóloga

Por:

Dyna Carolina Cruz Perez

Asesor:

Mg. Josías Trinidad Ticse

Lima, julio de 2024

DECLARACIÓN JURADA DE ORIGINALIDAD DE TESIS

Yo Josías Trinidad Ticse, docente de la Facultad de Ciencias de la Salud, Escuela Profesional de Psicología, de la Universidad Peruana Unión.

DECLARO:

Que la presente investigación titulada: “**Bienestar espiritual y estrés en miembros de una comunidad cristiana de Ilo, 2023**” del autor Dyna Carolina Cruz Perez tiene un índice de similitud de 17 % verificable en el informe del programa Turnitin, y fue realizada en la Universidad Peruana Unión bajo mi dirección.

En tal sentido asumo la responsabilidad que corresponde ante cualquier falsedad u omisión de los documentos como de la información aportada, firmo la presente declaración en la ciudad de Lima, a los 06 días del mes de agosto del año 2024.



Mtro. Josias Trinidad Ticse
DNI 04085753
ORCID: 0000-0002-8212-9611

ACTA DE SUSTENTACIÓN DE TESIS



En Lima, Ñaña, Villa Unión, a 25 día(s) del mes de Julio del año 2024 siendo las 16:30 horas, se reunieron los miembros del jurado en la Universidad Peruana Unión Campus Lima, bajo la dirección del (de la) presidente(a) Ntro. Cristian Edwin Adriano Rengifo, el (la) secretario(a): Ntra. Flor Victoria Leiva Colos y los demás miembros: Paic. Danitza Emily Lupaca Huarac y el (la) asesor(a) Ntro. Josías Trinidad Ticse con el propósito de administrar el acto académico de sustentación de la tesis titulado: "Bienestar espiritual y estrés en miembros de una comunidad cristiana de Ilo, 2023."

- de los (las) bachilleres:
- a) Dyna Carolina Cruz Perez
 - b) _____
 - c) _____

conducente a la obtención del título profesional de: Psicóloga
(Denominación del Título Profesional)

El Presidente inició el acto académico de sustentación invitando al (a la) / a (los) (las) candidato(a)s hacer uso del tiempo determinado para su exposición. Concluida la exposición, el Presidente invitó a los demás miembros del jurado a efectuar las preguntas, y aclaraciones pertinentes, las cuales fueron absueltas por al (a la) / a (los) (las) candidato(a)s. Luego, se produjo un receso para las deliberaciones y la emisión del dictamen del jurado.

Posteriormente, el jurado procedió a dejar constancia escrita sobre la evaluación en la presente acta, con el dictamen siguiente:

Bachiller (a): Dyna Carolina Cruz Perez

CALIFICACIÓN	ESCALAS			Mérito
	Vigesimal	Literal	Cualitativa	
<u>Aprobado</u>	<u>16</u>	<u>B</u>	<u>Bueno</u>	<u>Muy bueno</u>

Bachiller (b): _____





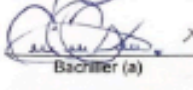
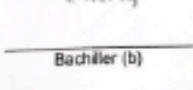
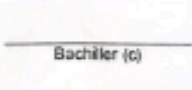
CALIFICACIÓN	ESCALAS			Mérito
	Vigesimal	Literal	Cualitativa	

Bachiller (c): _____

CALIFICACIÓN	ESCALAS			Mérito
	Vigesimal	Literal	Cualitativa	

(*) Ver parte posterior

Finalmente, el Presidente del jurado invitó al (a la) / a (los) (las) candidato(a)s a ponerse de pie, para recibir la evaluación final y concluir el acto académico de sustentación procediéndose a registrar las firmas respectivas.

 Presidente
 Secretaria
 Asesor(a)
 Miembro
 Bachiller (a)
 Bachiller (b)
 Bachiller (c)

Dedicatoria

A Dios, por la vida, sabiduría e inteligencia. A mi madre Maruja por su perseverancia, a mi padre Ismael por sus oraciones, porque me motivan a crecer constantemente en mi carrera profesional y me inspiran para ser una mejor persona cada día.

Agradecimientos

Agradezco primero a Dios, por sus continuas bendiciones en mi vida.

A mis queridos padres Maruja y Ismael, por su apoyo, consejos, comprensión, paciencia y su ayuda en momentos difíciles, a su vez, por su motivación para cumplir con mis objetivos.

A mi hermano Georg, por brindarme palabras motivadoras para terminar mi tesis.

A mi alma máter, la Universidad Peruana Unión, por brindarme herramientas para mi formación profesional.

Al Mg. Josías Trinidad, por sus enseñanzas, revisión y modificación en este trabajo de investigación.

Y también al Mg. David Javier, por sus conocimientos y motivación en el avance de mi Tesis.

Índice de Contenido

Dedicatoria	4
Agradecimientos	5
Índice de Contenido	6
Resumen	7
Abstract	8
Introducción	9
Metodología	13
1. Diseño, tipo de investigación	13
2. Participantes	13
3. Instrumentos	13
3.1. Escala de Bienestar Espiritual	13
3.2. Escala del Estrés	14
4. Procedimiento y aspectos éticos	15
5. Análisis estadístico	15
Resultados	16
1. Resultados descriptivos	16
1.1 Datos sociodemográficos	16
1.2. Nivel de Bienestar Espiritual	17
1.3. Nivel de Estrés	17
2. Resultados inferenciales	18
2.1 Análisis de normalidad	18
2.2 Análisis de correlación	19
Discusión	20
Referencias	25

Bienestar espiritual y estrés en miembros de una comunidad cristiana de Ilo, 2023

Resumen

El objetivo del presente estudio fue determinar la relación entre el bienestar espiritual y el estrés en miembros de una comunidad cristiana de Ilo, Moquegua, 2023. La investigación fue de diseño no experimental y de tipo correlacional. La muestra estuvo conformada por 250 miembros de un distrito misionero de Ilo. La selección de la muestra se realizó mediante el muestreo no probabilístico de tipo intencional. Para la recolección de los datos se utilizó la escala de bienestar espiritual y de estrés. Los resultados mostraron que la mayoría de los miembros de la comunidad cristiana de Ilo presentan un nivel alto de bienestar espiritual 80.4%, por otro lado, en relación al estrés el 95,2% alcanzaron un nivel normal de estrés. Asimismo, se halló que existe relación estadísticamente significativa entre el bienestar espiritual y el estrés en miembros de una comunidad cristiana de Ilo ($\rho = -.529$; $p < .01$).

Palabras clave: Bienestar espiritual, estrés.

Spiritual well-being and stress in members of a Christian community in Ilo, 2023

Abstract

The objective of the present study was to determine the relationship between spiritual well-being and stress in members of a Christian community in Ilo, Moquegua, 2023. The research was of a non-experimental and correlational design. The sample was made up of 250 members from a missionary district of Ilo. The sample selection was carried out using intentional non-probabilistic sampling. To collect the data, the spiritual well-being and stress scale was used. The results showed that the majority of the members of the Christian community of Ilo present a high level of spiritual well-being 80.4%, on the other hand, in relation to stress 95.2% reached a normal level of stress. Likewise, it was found that there is a statistically significant relationship between spiritual well-being and stress in members of a Christian community ($\rho = -.529$; $p < .01$).

Keywords: Spiritual well-being, stress

Introducción

El estrés es considerado como uno de los factores de riesgo más importantes para la salud física y mental de las personas (Matud et al., 2020). Además, este problema psicológico puede ser un factor desencadenante o agravante de muchas enfermedades y condiciones patológicas (Yaribeygi et al., 2017). La literatura científica menciona que el estrés es un problema de salud pública (Akbari et al., 2017; Ceccato et al., 2016). Por otra parte, el estrés es definido como la relación entre el individuo y el entorno en el que se desarrolla, siendo estas, diversas situaciones que provocan tensión o amenazas (Lazarus & Folkman, 1986).

En el ámbito internacional las estadísticas del estrés son muy alarmantes. Según un estudio de revisión, la prevalencia de estrés en cinco estudios con un tamaño de muestra de 9074 en una población general, durante la pandemia del Covid-19 en Asia y Europa, fue de 29,6% (Salari et al., 2020). Asimismo, Ugbolue et al. (2020) en su estudio realizado en 67 países de los cinco continentes informaron que después del Covid-19 el incremento del estrés ascendió a un 21,8%.

Por otra parte, en el contexto nacional la prevalencia del estrés también es muy significativa. Por ejemplo, Boluarte-Carbajal et al. (2021) reportaron que el 65,2% de los peruanos mayores de 18 años tenía al menos una condición de salud mental (depresión, ansiedad o síntomas de estrés). Asimismo, Ortiz & Fuentes. (2023) mostraron en su investigación realizada en Lima que su prevalencia de estrés es 64.4%., ubicado en un nivel medio.

La Organización Mundial de la Salud (OMS) ha definido el estrés como “el conjunto de reacciones fisiológicas que prepara al organismo para la acción” (Torrades, 2007, p.2). Además, Selye (1960) define el estrés como un estado de

cansancio mental producido por un síndrome determinado, manifestándose dentro de un sistema biológico. Asimismo, Lazarus & Folkman (1986) conceptualiza el estrés como la relación entre el individuo y el entorno en el que se desarrolla, siendo estas, diversas situaciones que provocan tensión o amenazas. El estrés es explicado como cierta tendencia a reaccionar a los acontecimientos estresantes con síntomas tales como tensión, irritabilidad y activación persistente, con un bajo umbral para ser perturbado o frustrado (Antúnez & Vinet, 2012; Lovibond & Lovibond, 1995). En síntesis, el estrés es un concepto complejo que depende de factores como la percepción de autoeficacia de la persona para hacer frente a las demandas del entorno externo y la percepción de impotencia como respuesta interna a las emociones negativas y la falta de control frente al estrés (Boluarte-Carbajal et al., 2021; Liu et al., 2020).

El modelo de Lazarus & Folkman (1986) explica el fenómeno del estrés desde la perspectiva de la interacción. Es decir, este modelo refiere que ante una situación de estrés el individuo considera dos procesos; en primera instancia se tiene la evaluación cognitiva y afrontamiento como mediador de la relación individuo-ambiente y en segundo lugar proponen dos niveles de evaluación, primaria y secundaria. La evaluación primaria se basa en evaluar la situación y el impacto del problema estresante. Si la persona percibe como daño o amenaza esta evaluación, se convertirá como una situación estresante, inmediatamente dará una respuesta de afrontamiento. En cuanto a la evaluación secundaria se analiza la valoración de las capacidades, habilidades de afrontamiento y la percepción de sus recursos para solucionar una situación estresante, es decir si el sujeto cuenta con sus valoraciones automáticamente generará las estrategias de afrontamiento para la solución de problemas y control de emociones.

La literatura científica ha demostrado el impacto y las múltiples consecuencias negativas del estrés en el área físico y psicológica de los individuos. En el aspecto psicológico, trastornos de ansiedad, depresión, problemas relacionados con la memoria, la cognición, entre otros (Slavich, 2016; Yaribeygi et al., 2017). En el aspecto físico, el síndrome del intestino irritable, la enfermedad de Crohn, las enfermedades cardiovasculares, hipertensión, diabetes tipo 2, asma, artritis reumatoide, dolor crónico, el envejecimiento biológico acelerado, mortalidad prematura, entre otros (Slavich, 2016; Yaribeygi et al., 2017; Zafar et al., 2021).

Vuzic et al. (2022) afirman que un factor importante en la salud mental del individuo es la religión o la espiritualidad, ya que favorece al afrontamiento de las situaciones estresantes de la vida. También, Sabila et al. (2023) evidenciaron la relación entre el estrés y la espiritualidad durante la pandemia de COVID-19. Siguiendo esta misma línea, Hamka et al. (2022) descubrieron que la espiritualidad tenía un impacto beneficioso y sustancial en la reducción del estrés. Najafi et al. (2022) por su parte, demostró que existe una correlación negativa entre la puntuación total de las dimensiones espirituales y el estrés. Además, Unterrainer et al. (2013, 2014), en dos de sus investigaciones, aportaron pruebas de la influencia beneficiosa de la espiritualidad sobre el estrés. Saad et al. (2017) reportaron que el bienestar religioso/espiritual es un factor importante para la salud mental, incluido el estrés, y el bienestar subjetivo.

Según la literatura científica, existen varias definiciones del constructo bienestar espiritual. Ellison (1983) define el bienestar espiritual como el sentido de armonía interna, que cada persona presenta sobre su relación con Dios o con un ser Superior y por la relación que manifiesta consigo misma; a su vez, es reconocido como entidad espiritual, la exploración del propio propósito y significado en la vida

(Pellengahr, 2018). También, puede ser comprendido como un estado sentimental, comportamental y cognitivo positivo con la finalidad de una relación con uno mismo y otros, brindando a la persona una sensación de identidad, actitudes positivas, armonía interna y objetivo en la vida (Mesquita et al., 2014).

Hamka et al. (2022) sostienen que el bienestar espiritual reduce positiva y significativamente los niveles de estrés. Además, Clark & Hunter (2019) mencionan que el bienestar espiritual cumple un papel importante en el manejo de los eventos estresantes. Najafi et al. (2022) señalan que el bienestar espiritual está asociado con el estrés. Finalmente, Coppola et al. (2021) mencionan que la espiritualidad y las prácticas religiosas son un factor protector relacionado con la salud psicológica y mental.

En este contexto, el objetivo general de esta investigación fue determinar la relación entre bienestar espiritual y el estrés percibido en miembros de una comunidad cristiana de Ilo, 2023.

Metodología

1. Diseño, tipo de investigación

La investigación es de enfoque cuantitativo, de diseño no experimental, de corte transversal y de tipo correlacional. De enfoque cuantitativo porque se utilizó la estadística para contrastar las hipótesis. Además, de diseño no experimental ya que no se realizó la manipulación de las variables de estudio. Transversal porque se realizó una sola medición, y de tipo correlacional porque este estudio buscó determinar la relación entre dos variables, a saber, el bienestar espiritual y el estrés (Hernández-Sampieri & Mendoza, 2018).

2. Participantes

La muestra estuvo conformada por 250 miembros de la Iglesia Adventista del Séptimo Día del distrito misionero de Ilo, de ambos sexos y mayores de 18 años. El distrito misionero está conformado por 4 iglesias y 5 congregaciones. La selección de muestra se realizó mediante el muestreo no probabilístico de tipo intencional, ya que se tomó en cuenta criterios de inclusión y exclusión definidos por la investigadora (Hernández-Sampieri & Mendoza, 2018).

3. Instrumentos

3.1. *Escala de Bienestar Espiritual*

La Escala de Bienestar Espiritual (SWBS, por sus siglas en inglés; EBE, por sus siglas en español) fue desarrollada por Paloutzian & Ellison (1982) en la Universidad de Idaho. Fue adaptado al contexto peruano por Alarcon et al. (2020). Estos autores mostraron que la EBE presenta una adecuada confiabilidad en el contexto peruano

($\alpha = .836$). También Díaz & Cornejo (2020) evidenciaron su confiabilidad en el Perú, quienes mostraron que el índice de consistencia interna mediante el coeficiente Alpha de Cronbach de la escala general fue de 0.850. Asimismo, fue validado al idioma español por Bruce (1996) en personas de 18 a 69 años, donde las estimaciones de consistencia interna oscilan entre .83 y .91 en la escala completa, y las estimaciones test-retest fueron adecuadas (0,70). La EBE cuenta con 20 ítems y tiene una escala tipo Likert de 5 puntos. La puntuación para la variable bienestar espiritual está en un rango de 100. Las puntuaciones más altas representan un mayor bienestar espiritual. Los niveles de evaluación del EBE son: de 10 a 30 refleja una sensación de bajo bienestar espiritual general, de 31 a 89 refleja una sensación de bienestar espiritual moderado, y de 90 a 100 refleja una sensación de alto bienestar espiritual.

3.2. Escala del Estrés

La Escala de Estrés (SS-7) fue desarrollada por P. Lovibond & S. Lovibond (1995). Este instrumento es parte de una batería de instrumentos que evalúan la ansiedad, depresión y estrés (DASS-21, por sus siglas en inglés). La Escala de Estrés fue adaptado al contexto peruano en personas mayores de 18 años por Tapullima & Chávez (2021). Los resultados obtenidos fueron: el AFC demostró consistencia en el modelo $CFI = .936$, $TLI = .922$, $RMSEA = .054$ y $SRMR = .047$. Además, la escala es invariante en sexo y edad $CFI (\Delta CFI < .01)$ y $RMSEA (\Delta RMSEA > .01)$ y una confiabilidad $= .79$. Por tanto, la escala presenta adecuadas propiedades psicométricas para ser utilizada en el Perú. La escala evalúa la activación persistente no específica, dificultad para relajarse, irritabilidad e impaciencia. El instrumento es unidimensional y está conformado por 7 ítems. Cada

ítem se responde de acuerdo con la presencia e intensidad de cada síntoma en la última semana en una escala de respuesta tipo Likert de 0 a 3 puntos. El puntaje de la escala se calcula con la suma de los puntajes de los ítems pertenecientes a esa escala y varía entre 0 y 21 puntos. Los niveles de evaluación del SS-7 son: 0-14 (normal), 15-18 (leve), 19-25 (moderado), 26-33 (severo) y mayor de 34 (extremadamente severo).

4. Procedimiento y aspectos éticos

El proyecto de este estudio fue evaluado y aprobado por el comité de ética de investigación de la Facultad de Ciencias de la Salud de la Universidad Peruana Unión (N° 2023-CE-FCS - UPeU-024). Asimismo, esta investigación está en conformidad con la normativa ética de la Declaración de Helsinki.

Respecto al proceso de recolección de datos, se realizó las coordinaciones para gestionar el permiso y la autorización con los responsables del distrito misionero de Ilo, Moquegua. La aplicación de los instrumentos se realizó de manera presencial, los participantes respondieron voluntariamente al consentimiento informado, la ficha sociodemográfica, la escala de bienestar espiritual y la escala de estrés. Las respuestas de los participantes a los instrumentos fueron anónimas, con el propósito de proteger su identidad.

5. Análisis estadístico

Para el procesamiento y análisis se realizó la tabulación de los datos obtenidos mediante el software estadístico SPSS, versión 27. Luego se realizó el análisis descriptivo mediante las tablas de frecuencia y porcentaje. Asimismo, el análisis inferencial se realizó mediante el coeficiente de correlación de Spearman, ya que la

distribución de los datos según la prueba Kolmogórov-Smirnov no presentó distribución normal.

Resultados

1. Resultados descriptivos

1.1 Datos sociodemográficos

En la tabla 1 se observa que la proporción de hombres y mujeres es semejante, y el mayor porcentaje de los miembros son adultos (64.8%). Además, casi la mitad de los participantes tienen un nivel de instrucción de secundaria completa (46%), seguido del 40.4% entre un nivel superior técnico y universitario. Asimismo, más de la mitad de los miembros son casados (56%) y tienen una condición laboral independiente (66%). Finalmente, el 75% de los participantes fueron bautizados en la iglesia adventista mayor a 5 años.

Tabla 1

Descripción de las variables sociodemográficas

	n	%
Sexo		
Masculino	121	48.4
Femenino	129	51.6
Edad		
Jóvenes	64	25.6
Adultos	162	64.8
Adultos mayores	24	9.6
Grado de instrucción		
Sin estudios	3	1.2
Primaria	31	12.4
Secundaria	115	46.0
Superior técnico/Universitario	101	40.4
Lugar de procedencia local		

Iglesias (Nuevo Ilo, Villa Libertad, Villa Paraíso, Villa Primavera)	156	62.4
Congregaciones (Mirador Pacifico, Vista Alegre, Chiribaya, Santa Rosa, Victoria)	94	37.6
Estado civil		
Casado	140	56.0
Soltero	87	34.8
Conviviente	8	3.2
Divorciado/Viudo	15	6.0
Condición laboral		
Independiente	165	66.0
Dependiente	68	27.2
Sin trabajo	17	6.8
Tiempo de bautismo		
Menos de 5 años	60	24
Más de 5 años	190	76
Total	250	100

1.2. Nivel de Bienestar Espiritual

En la Tabla 2 se observa que casi la mayoría de los miembros de la comunidad cristiana de Ilo presentan un nivel alto de bienestar espiritual (80.4%).

Tabla 2

Análisis descriptivo del bienestar espiritual

Bienestar espiritual	n	%
Moderado	49	19,6
Alto	201	80,4
Total	250	100,0

1.3. Nivel de Estrés

En la Tabla 4 se observa que casi la mayoría de los miembros de la comunidad cristiana presentan un nivel de estrés normal (95.2%). Además, se evidencia que el 4% de los participantes presentaron un nivel de estrés leve y el 0.8% moderado.

Tabla 3*Análisis descriptivo del estrés*

Estrés	n	%
Normal	238	95.2
Leve	10	4.0
Moderado	2	.8
Total	250	100.0

2. Resultados inferenciales**2.1 Análisis de normalidad**

En la Tabla 6 se muestra el análisis de los datos según la prueba estadística Kolmogorov- Smirnov (K-S). Tanto la variable bienestar espiritual como la variable estrés no presentan distribución normal ($p < .05$). Por lo tanto, el análisis inferencial se realizará mediante la prueba estadística no paramétrica rho de Spearman.

Tabla 4*Análisis de normalidad de los datos*

	Kolmogorov-Smirnov						
	<i>Min.</i>	<i>Max.</i>	<i>M</i>	<i>D.E.</i>	Estadístico	gl	<i>p</i>
Bienestar espiritual	49.00	100.00	86.45	9.79	.118	250	.000
Estrés	1.00	21.00	7.71	3.50	.123	250	.000

Nota: Min.= Mínimo; Max.=Máximo; M=Media; D.E.=Desviación Estándar.

2.2 Análisis de correlación

En la Tabla 7 se evidencia que existe correlación indirecta y estadísticamente significativa entre el bienestar espiritual y el estrés en miembros de una comunidad

cristiana ($\rho = -.529$; $p < .01$). Es decir, a mayor bienestar espiritual existe un menor o normal estrés.

Tabla 5

Análisis de correlación entre el bienestar espiritual y el estrés en miembros de una comunidad cristiana

			Estrés
Rho de Spearman	Bienestar espiritual	Coefficiente de correlación	-,529**

** $p < .01$

Discusión

El estrés es considerado como un problema de salud pública (Akbari et al., 2017; Ceccato et al., 2016), y un factor desencadenante de muchas enfermedades psicológicas y físicas (Yaribeygi et al., 2017), entre ellas, trastornos de ansiedad, depresión, problemas relacionado con la memoria, la cognición, síndrome del intestino irritable, la enfermedad de Crohn, las enfermedades cardiovasculares, hipertensión, diabetes tipo 2, asma, artritis reumatoide, dolor crónico, el envejecimiento biológico acelerado, mortalidad prematura, entre otros (Slavich, 2016; Yaribeygi et al., 2017; Zafar et al., 2021). Por otro lado, el bienestar espiritual es considerado como una variable que tiene un impacto positivo sobre el estrés (Najafi et al., 2022; Hamka Clark & Hunter). En ese sentido el propósito de la investigación fue identificar la relación entre el bienestar espiritual y el estrés en miembros de una comunidad cristiana de Ilo.

Con respecto al bienestar espiritual, los resultados mostraron que del total de la muestra el 80.4% presentaron un nivel alto. Estos resultados son semejantes a los encontrados por Zabala et al. (2006), quienes hallaron que el 47.1% de mujeres y el 40.7% de hombres tienen un alto nivel de Bienestar espiritual. Por otro lado, Abbasi et al. (2014) evidenciaron que los estudiantes de enfermería se ubican en la categoría de bienestar moderado. De acuerdo con Ellison (1983) significa que estas personas viven un sentido de armonía interna en relación con uno mismo y con los demás.

Sin embargo, son los adultos quienes tienen un alto nivel de espiritualidad, siendo la espiritualidad una estrategia para afrontar las situaciones adversas de la vida (Borges et al., 2021). Asimismo, la religión es una fuente de ayuda para la persona

en busca de un Dios amoroso y afectuoso (Koenig, 2004), de modo que tanto la religiosidad y la espiritualidad tienen un vínculo de relación que juega un papel importante en la salud mental del ser humano (Koenig, 2004; Reed & Neville, 2014).

Este resultado permitirá tomar conciencia a los miembros de la comunidad cristiana de Ilo para seguir mejorando e incrementando las actividades relacionadas al bienestar espiritual en su vida cotidiana; y a los responsables de las iglesias realizar charlas, retiros, seminarios, entre otros, para conservar, fortalecer e incrementar los niveles de bienestar espiritual. Por otro lado, se podría inferir que los niveles de bienestar espiritual tienen una influencia positiva en los miembros de esta comunidad, las cuales son: bajo o normal nivel de estrés, ansiedad, depresión (Hamka et al., 2022).

En cuanto al estrés, los resultados evidenciaron que de la muestra total casi la mayoría de los miembros de la comunidad cristiana presentaron un nivel de estrés normal (95.2%), el 4% un nivel de estrés leve y el 0.8% moderado. Según la teoría propuesta por Lazarus & Folkman (1986), las personas que tienen un estrés normal o bajo serán aquellas que han desarrollado estrategias o habilidades de afrontamiento, porque un inadecuado afrontamiento al estrés tendrá efectos adversos en la salud del individuo. Asimismo, Ortiz & Fuentes (2023) revelaron una prevalencia de estrés nivel medio del 64.4% en una muestra de Lima.

En esta investigación se revela un porcentaje de nivel normal de estrés, lo cual podría explicarse por el hecho de que la mayoría de los miembros de la muestra son adultos (64.8%). Según Papalia et al. (2012), la adultez se caracteriza por un mejor afrontamiento del estrés y el desarrollo de estrategias más efectivas para disminuirlo. En cuanto a la condición laboral independiente, que en nuestro estudio representa el 66%, Patel et al. (2019) señalan que el trabajo independiente puede

tanto aumentar como disminuir los niveles de estrés en el individuo. Además, King & Schafer (2014) proponen que la experiencia religiosa es una manera de reducir los niveles de estrés, ya que sirve como estrategia de afrontamiento ante las frustraciones y dificultades. El estudio de Urchaga et al. (2019) confirma que las personas religiosas tienden a experimentar menos estrés, depresión o ansiedad, gracias a las diversas fortalezas que la religiosidad promueve.

Este resultado tendría las siguientes aplicaciones prácticas para los miembros de la comunidad de Ilo. Seguir practicando los hábitos y conductas que están favoreciendo los bajos niveles del estrés, y buscar apoyo profesional de un psicólogo para conservar e incrementar las estrategias de afrontamiento al estrés. Asimismo, el nivel de estrés normal encontrado en la mayoría de los participantes de esta comunidad se infiere que tendría un impacto positivo sobre la ansiedad, depresión memoria, el síndrome del intestino irritable, las enfermedades cardiovasculares, hipertensión, diabetes tipo 2, entre otros (Slavich, 2016; Yaribeygi et al., 2017; Zafar et al., 2021).

En cuanto al análisis inferencial, se encontró que existe correlación indirecta y estadísticamente significativa entre el bienestar espiritual y el estrés en los miembros de una comunidad cristiana ($\rho = -.529$; $p < .01$). Es decir, a mayor bienestar espiritual existe un menor estrés. Los resultados obtenidos coinciden con las investigaciones de Hamka et al. (2022) y Najafi et al. (2022), en ambas investigaciones se afirma que el bienestar espiritual está asociado significativamente con el estrés. Lazarus & Folkman (1986), mencionan que los individuos que tienen un nivel estrés normal o bajo desarrollan estrategias o habilidades de afrontamiento; como la espiritualidad que según Pham, T et al. (2020) puede afrontar los eventos estresantes de la vida. Al respecto, Yotter & Swank (2017), señalan que existe una

relación positiva entre los mecanismos o estrategias de afrontamiento positivos y la espiritualidad, considerando que uno de los factores esenciales en el afrontamiento adecuado del estrés es el componente protector de la religión o la espiritualidad (Vuzic et al., 2022), estando conectado con la salud psicológica y mental de la persona (Coppola et al., 2021).

A pesar de la creciente prevalencia del estrés (Acosta-Román et al., 2022, Chavéz et al., 2023), en la adultez media (Tuck I. et al., 2006), se muestra en los resultados de la investigación Tuck I. et al. (2006) que las personas adultas tienen un alto nivel de bienestar espiritual y un bajo nivel en el estrés, es a esa edad donde las personas aprenden estrategias más eficaces para minimizar el estrés y problemas de la salud crónica (Scott SB et al., 2013).

Los resultados de este estudio permitirán tomar conciencia a los miembros de la comunidad cristiana de Ilo sobre la importancia del bienestar espiritual en el estrés, y comprender el impacto de la espiritualidad sobre el componente psicológico del ser humano.

Limitaciones

Los resultados de este estudio muestran la relación significativa del bienestar espiritual y el estrés en miembros de una comunidad cristiana. Sin embargo, es probable que estos resultados varíen según las condiciones específicas de cada población. Asimismo, se utilizó un método de selección de la muestra de tipo no probabilístico, lo que no permite una generalización de los resultados.

Conclusiones

Los resultados de este estudio mostraron que casi la mayoría de los miembros de la comunidad cristiana de Ilo presentan un nivel alto de bienestar espiritual (80.4%), y un nivel de estrés normal (95.2%). Asimismo, se halló que existe relación indirecta y estadísticamente significativa entre el bienestar espiritual y el estrés en miembros de una comunidad cristiana ($\rho = -.529$; $p < .01$).

Declaración de financiamiento y de conflicto de interés:

Se deberá incluir el monto del financiamiento en caso correspondiente. Además, los autores deben revelar cualquier posible conflicto de intereses en su Informe de Trabajo de Investigación. Si no hay conflicto de intereses, los autores deben declarar lo siguientes "los autores declaran que no hay conflictos de intereses potenciales".

Referencias

Libros:

Guillén, C. y Guil, R. (2000). *Psicología del trabajo para relaciones laborales*. Madrid: McGraw Hill

Hernández-Sampieri, R., & Mendoza, C. P. (2018). *Metodología de la investigación. Las rutas cuantitativas, cualitativas y mixta*. McGrawHill.

Lazarus, R., & Folkman, S. (1986). *Estrés y procesos cognitivos*. Martínez Roca S.A.

Papalia, Diane., Feldman, Ruth., Martorell Gabriela. (2012). *Desarrollo Humano*. pág. 495

Artículos:

Abbasi M., Farahani-Nia M., Mehrdad N., Givari A., & Haghan H. (2014) Iran J Nurs Midwifery Res. May-Jun; 19(3): 242–247. Nursing students' spiritual well-being, spirituality and spiritual care. <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC4061623/#ref19>

Acosta-Román M., Saldaña-Chafloque C., Arellano-Huaman A., Congora-Huanay H., Ñahui-Quispe R., Zorrilla-Quispe N (2022). Niveles de estrés en familiares de pacientes con covid-19, Tayacaja, Huancavelica. *Llamkasun*, 119 - 129, 3(1). <https://llamkasun.unat.edu.pe/index.php/revista/article/view/91>

Akbari, B., Azari, M. G., & Mousavi, S. M. (2017). The relationship between spiritual wellbeing and depression, stress, anxiety with cortisol level among nursing students. *Rbms*, 22(1), 16. www.jemerg.com

Akbari, M., & Hossaini, S. M. (2018). The relationship of spiritual health with quality of life, mental health, and burnout: The mediating role of emotional regulation. *Iranian Journal of Psychiatry*, 13(1), 22-31.

Antúnez, Z., & Vinet, E. V. (2012). Escalas de depresión, ansiedad y estrés (DASS - 21): Validación de la versión abreviada en estudiantes universitarios Chilenos. *Terapia Psicológica*, 30(3), 49-55.
<https://doi.org/10.4067/S0718-48082012000300005>

Boluarte-Carbajal, A., Navarro-Flores, A., & Villarreal-Zegarra, D. (2021). Explanatory Model of Perceived Stress in the General Population: A Cross-Sectional Study in Peru

Borges, C.C., dos Santos, P.R., Alves, P.M. *et al.* Association between spirituality/religiousness and quality of life among healthy adults: a systematic review. *Health Qual Life Outcomes* 19, 246 (2021).
<https://doi.org/10.1186/s12955-021-01878-7>

Ceccato, S., Kudielka, B. M., & Schwioren, C. (2016). Increased risk taking in relation to chronic stress in adults. *Frontiers in Psychology*, 6(JAN), 1-13.
<https://doi.org/10.3389/fpsyg.2015.02036>

Chávez Angela., Sáenz Luis., & Cámara Reyes Anais. Asociación entre el estilo de vida saludable y estrés laboral en médicos de un distrito de Lima, Perú. *Revista Peruana de Medicina Integrativa*.
<https://rpmpe.pe/index.php/rpmpe/article/view/693/752>

Clark, C. C., & Hunter, J. (2019). Spirituality, Spiritual Well-Being, and Spiritual Coping in Advanced Heart Failure: Review of the Literature. *Journal of Holistic Nursing*, 37(1), 56-73. <https://doi.org/10.1177/0898010118761401>

Coppola, I., Rania, N., Parisi, R., & Lagomarsino, F. (2021). Spiritual Well-Being and Mental Health During the COVID-19 Pandemic in Italy. *Frontiers in Psychiatry*, 12(April). <https://doi.org/10.3389/fpsy.2021.626944>

Dhamayanti, M., Noviandhari, A., Masdiani, N., Pandia, V., & Sekarwana, N. (2020). The association of depression with child abuse among Indonesian adolescents. *BMC Pediatrics*, 20(1), 1-6. <https://doi.org/10.1186/s12887-020-02218-2>

During the COVID-19 Context. *Frontiers in Psychology*, 12(June), 1-10. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.673945>

Ellison, C. W. (1983). Spiritual Well-Being: Conceptualization and Measurement. *Journal of Psychology and Theology*, 11(4), 330-338. <https://journals.sagepub.com/doi/10.1177/009164718301100406>

Hamka, Suen, M. W., Ramadhan, Y. A., Yusuf, M., & Wang, J. H. (2022). Spiritual Well-Being, Depression, Anxiety, and Stress in Indonesian Muslim Communities During COVID-19. *Psychology Research and Behavior Management*, 15(October), 3013-3025. <https://doi.org/10.2147/PRBM.S381926>

King M., Schafer W., Religiosity and Perceived Stress: A Community Survey, *Sociology of Religion*, Volume 53, Issue 1, Spring 1992, Pages 37–47, <https://doi.org/10.2307/3711626>

Koenig HG. Religion, spirituality, and medicine: research findings and implications for clinical practice. *South Med J*. 2004 Dec;97(12):1194-200. doi: 10.1097/01.SMJ.0000146489.21837.CE. PMID: 15646757.

Li, S. D., Xiong, R., Liang, M., Zhang, X., & Tang, W. (2021). Pathways From

Family Violence to Adolescent Violence: Examining the Mediating Mechanisms. *Frontiers in Psychology*, 12, 1-12. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.611006>

Lisa B. Historia & Thomas Bradbury. (2004). Understanding marriage and stress: Essential questions and challenges. *Clinical Psychology Review*, (2004), 1139-1162,

23(8).<https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/S0272735803001338>

8

Liu, X., Zhao, Y., Li, J., Dai, J., Wang, X., & Wang, S. (2020). Factor Structure of the 10-Item Perceived Stress Scale and Measurement Invariance Across Genders Among Chinese Adolescents. *Frontiers in Psychology*, 11(April), 1-10. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2020.00537>

Lovibond, P. F., & Lovibond, S. H. (1995). The Structure Of Negative Emotional States: Comparison Of The Depression Anxiety Stress Scales (DASS) With The Beck Depression And Anxiety Inventories. *Behav. Res. Ther.*, 33(3), 313-315.

Matud, P. M., Díaz, A., Bethencourt, J. M., & Ibáñez, I. (2020). Stress and psychological distress in emerging adulthood: A gender analysis. *Journal of Clinical Medicine*, 9(9), 1-11. <https://doi.org/10.3390/jcm9092859>

Mesquita,A., Avelino,C., Barreto, M., Nogueira,D., De Souza, F., & De Cássia, E. (2014). *El bienestar espiritual y la prestación del cuidado espiritual en un equipo de enfermería.*

https://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1132-12962014000300006&lng=es&nrm=iso&tlng=es

Moberg, D. O. (1984). Subjective Measures of Spiritual Well-Being. *Review of Religious Research*, 25(4), 351. <https://doi.org/10.2307/3511368>

Mulugeta, H., Tamene, A., Ashenafi, T., Thygerson, S. M., & Baxter, N. D. (2021). Workplace stress and associated factors among vehicle repair workers in Hawassa City, Southern Ethiopia. *PLoS ONE*, 16(4 April), 1-14. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0249640>

Najafi, K., Khoshab, H., Rahimi, N., & Jahanara, A. (2022). Relationship between spiritual health with stress, anxiety and depression in patients with chronic diseases. *International Journal of Africa Nursing Sciences*, 17(August), 100463. <https://doi.org/10.1016/j.ijans.2022.100463>

Ogakwu, N. V., Ede, M. O., Manafa, I., Ede, K. R., Omeke, F., Agu, P. U., Nwosu, N., Onah, S. O., Oneli, J. O., & Okereke, G. K. O. (2023). Occupational health coaching for job stress management among technical college teachers: Implications for educational administrators. *Medicine (United States)*, 102(1), E32463. <https://doi.org/10.1097/MD.00000000000032463>

Ortiz Cieza O, Fuentes M. Estrés laboral y estrategias de afrontamiento del personal de enfermería en el servicio de Hospitalización de una Clínica Privada, Lima – Perú. *Ciencia Latina Revista Científica Multidisciplinar*, (2023), 3879-3895, 7(2). <https://www.ciencialatina.org/index.php/cienciala/article/view/5616>

Paloutzian, R. F., & Ellison, C. W. (1982). Loneliness, Spiritual Well-Being and the Quality of Life. En L. A. Peplau & D. Perlman (Eds.), *Loneliness: A Sourcebook of Current Theory, Research and Therapy* (pp. 224-236). John Wiley & Sons. [https://www.scirp.org/\(S\(i43dyn45teexjx455qIt3d2q\)\)/reference/ReferencesPapers.aspx?ReferenceID=1300047](https://www.scirp.org/(S(i43dyn45teexjx455qIt3d2q))/reference/ReferencesPapers.aspx?ReferenceID=1300047)

- Papillon, P., & Rajesh, S. K. (2020). Relationship between Spiritual Health, Mindfulness and Emotion Regulation among French Emerging Adults. *Cellmed Orthocellular Medicine and Pharmaceutical Association* (셀메드 세포교정의약학회), 10(1), 1-4.
- Patel P., Wolfe M., Williams T. (2019). Self-employment and allostatic load. *Journal of Business Venturing*, (2019), 731-751, 34(4).
<https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0883902617304597>
- Pellengahr, J. M. (2018). *Faculty of Behavioural , Management & Social Sciences Spiritual well-being instruments: A systematic review of the psychometric properties of frequently used scales.* 1-49.
- Pham,T., Beasley C., Gagliardi J., Koenig,G., & Stanifer, W. (2020). Spirituality, Coping, and Resilience Among Rural Residents Living with Chronic Kidney Disease. <https://link.springer.com/article/10.1007/s10943-019-00892-w>
- Reed, T. D., & Neville, H. A. (2014). The Influence of Religiosity and Spirituality on Psychological Well-Being Among Black Women. *Journal of Black Psychology*, 40(4), 384-401. <https://doi.org/10.1177/0095798413490956>
- Saad, M., de Medeiros, R., & Mosini, A. (2017). Are We Ready for a True Biopsychosocial–Spiritual Model? The Many Meanings of “Spiritual”. *Medicines*, 4(4), 79. <https://doi.org/10.3390/medicines4040079>
- Sabila, Y., Monika, R., Miftahul, A., Theresia, F., & Vianitati, P. (2023). The Relationship Between Anxiety, Stress, Purpose in Life, and Spirituality During the COVID-19 Pandemic. *KnE Social Sciences*, 2023, 731-738. <https://doi.org/10.18502/kss.v8i9.13387>

Salari, N., Hosseinian-Far, A., Jalali, R., Vaisi-Raygani, A., Rasoulpoor, S., Mohammadi, M., Rasoulpoor, S., & Khaledi-Paveh, B. (2020). Prevalence of stress, anxiety, depression among the general population during the COVID-19 pandemic: a systematic review and meta-analysis. *Globalization and Health*, 16(1), 1-11.

Scott SB, Whitehead BR, Bergeman CS, Pitzer L. Combinations of stressors in midlife: examining role and domain stressors using regression trees and random forests. *J Gerontol B Psychol Sci Soc Sci*. 2013 May;68(3):464-75. doi: 10.1093/geronb/gbs166.

Selye, H. (1960). *La tensión en la vida*. Compañía General Fabril Editora. https://www.bibliotecadigital.uchile.cl/discovery/fulldisplay/alma991003029959703936/56UDC_INST:56UDC_INST

Slavich, G. M. (2016). Life Stress and Health: A Review of Conceptual Issues and Recent Findings. *Teaching of Psychology*, 43(4), 346-355. <https://doi.org/10.1177/0098628316662768>

Tapullima, C., & Chávez, B. R. (2021). Escala de estrés, ansiedad y depresión (DASS-21): propiedades psicométricas en adultos de la provincia de San Martín. *PSIQUEMAG/ Revista Científica Digital de Psicología*, 11(1), 73-88. <https://doi.org/10.18050/psiquemag.v11i1.2575>

Torrades, S. (2007). Estrés y burn out. *Offarm*, 26, 104-107. <http://www.helpguide.org/mental/burn>

Tuck I, Alleyne R, Thinganjana W. Espiritualidad y manejo del estrés en adultos sanos. *Revista de Enfermería Holística*. 2006;24(4):245-253. doi: 10.1177/0898010106289842

Ugbolue, U. C., Duclos, M., Urzeala, C., Berthon, M., Kulik, K., Bota, A., Thivel, D., Bagheri, R., Gu, Y., Baker, J. S., Andant, N., Pereira, B., Rouffiac, K., Clinchamps, M., & Dutheil, F. (2020). An assessment of the novel covistress questionnaire: COVID-19 impact on physical activity, sedentary action and psychological emotion. *Journal of Clinical Medicine*, 9(10), 1-15. <https://doi.org/10.3390/jcm9103352>

Unterrainer, H. F., Lewis, A. J., & Fink, A. (2014). Religious/Spiritual Well-Being, Personality and Mental Health: A Review of Results and Conceptual Issues. *Journal of Religion and Health*, 53(2), 382-392. <https://doi.org/10.1007/s10943-012-9642-5>

Unterrainer, H. F., Lewis, A., Collicutt, J., & Fink, A. (2013). Religious/Spiritual Well-Being, Coping Styles, and Personality Dimensions in People With Substance Use Disorders. *International Journal for the Psychology of Religion*, 23(3), 204-213. <https://doi.org/10.1080/10508619.2012.714999>

Urchaga Litago JMorán Astorga CFínez-Silva M. La religiosidad como fortaleza humana. *International Journal of Developmental and Educational Psychology*, (2019), 1(1). <https://www.redalyc.org/journal/3498/349859739032/349859739032.pdf>

Vuzic, X. D., Burkart, P. L., Wenzl, M., Fuchshuber, J., & Unterrainer, H. F. (2022). The relationship between religious/spiritual well-being, psychiatric symptoms and addictive behaviors among young adults during the COVID-19-pandemic. *Frontiers in Psychology*, 13(September), 1-8. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2022.942149>

Yaribeygi, H., Panahi, Y., Sahraei, H., Johnston, T. P., & Sahebkar, A. (2017). El

impacto del estrés en la función corporal: una revisión. *EXCLI Journal*, 16, 1057-1072.

Yotter, C. N., & Swank, M. (2017). The Impact of Spirituality and Stress on the Health of Emerging Adults. *SUURJ: Seattle University Undergraduate Research Journal*, 1, 17.

Zabala Ma del Refugio, Martinez Olga, Whetsell Martha. (2006). Bienestar espiritual y ansiedad en pacientes diabéticos. *Revista Aquichan - ISSN 1657 - 5997*. <http://www.scielo.org.co/pdf/aqui/v6n1/v6n1a02.pdf>

Zafar, M. S., Nauman, M., Nauman, H., Nauman, S., Kabir, A., Shahid, Z., Fatima, A., & Batool, M. (2021). Impact of Stress on Human Body: A Review. *European Journal of Medical and Health Sciences*, 3(3), 1-7. <https://doi.org/10.24018/ejmed.2021.3.3.821>

Tesis:

Alarcon, L., Chauca, Y., & Durand, E. (2020). *Bienestar espiritual y fatalismo ante el COVID 19 en miembros de una comunidad cristiana de Jaén, Cajamarca* [Tesis de licenciatura, Universidad Peruana Unión]. https://repositorio.upeu.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12840/3796/Luz_Trabajo_Bachillerato_2020.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Bruce, K. C. (1996). *A Spanish Translation of the Spiritual Well-Being Scale: Preliminary Validation* [Tesis doctoral, George Fox University]. <https://digitalcommons.georgefox.edu/cgi/viewcontent.cgi?article=1290&context=psyd>

Díaz, L., & Cornejo, G. (2020). *Bienestar espiritual y resiliencia en peruanos que pertenecen a una comunidad cristiana* [Tesis de licenciatura, Universidad

Peruana

Unión].

[https://repositorio.upeu.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12840/3693/Leslie_Tra
bajo_Bachillerato_2020.pdf?sequence=5&isAllowed=y](https://repositorio.upeu.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12840/3693/Leslie_Tra
bajo_Bachillerato_2020.pdf?sequence=5&isAllowed=y)

Anexo 1

Home | E-Submission | Sitemap | Contact Us | Selecccionar idioma

PSYCHIATRY INVESTIGATION

OPEN ACCESS

pISSN : 1738-3684 | eISSN : 1976-3026

HOME ABOUT AUTHOR INFORMATION ARTICLE CATEGORY BROWSE ARTICLES SEARCH Advanced Search

PSYCHIATRY INVESTIGATION

Please be informed that the article processing charge for Psychiatry Investigation has been increased from USD 500 to USD 1,000, effective from March 1, 2024.

...elness on Depressive Before and During the

...ween two distinct aspects of long community-dwelling Korean adults. This...

Do not open this window today [Close]

ARCHIVE CURRENT ISSUE MOST READ MOST CITED

Current Issue
Volume 21(5): May 2024

Review Article May 23, 2024
Characteristics and Effectiveness of Individual Psychotherapy for

Review Article May 23, 2024
Effects of Serious Games in Older Adults With Mild

Official Journal of KNPA
Open Access,
Peer-reviewed

Psychiatry Investigation - Decision on Manuscript ID PI-2024-0146 (Investigación de Psiquiatría - Decisión sobre el Manuscrito ID PI-2024-0146)

Recibidos x



Je-Yeon Yun <onbehalf@manuscriptcentral.com>
para mí

0:10 (hace 9 horas)



inglés → español
Mostrar original



19-jul-2024

Estimado Sr. Javier-Aliaga:

Se ha revisado el manuscrito ID PI-2024-0146 titulado "Relación entre bienestar espiritual y estrés en una muestra de cristianos peruanos" que usted presentó a la Investigación de Psiquiatría. Los comentarios de los revisores se incluyen al final de esta carta.

Los revisores han recomendado la publicación, pero también sugieren algunas revisiones de su manuscrito. Por lo tanto, lo invito a responder a los comentarios de los revisores y revisar su manuscrito.

Anexo 2



"Año de la unidad, la paz y el desarrollo "

RESOLUCIÓN N° 0280-2023/UPEU-FCS-CF

Lima, 14 de febrero de
2023

VISTO:

El expediente de **Dyna Carolina Cruz Pérez**, identificado con código universitario N° **201712034**, de la Escuela Profesional de Psicología de la Facultad de Ciencias de la Salud de la Universidad Peruana Unión.

CONSIDERANDO:

Que el Consejo de Facultad de Ciencias de la Salud, en su sesión del 14 de febrero de 2023, aprobó la modificación del título del perfil del proyecto en formato artículo de **Dyna Carolina Cruz Pérez**, como sigue: "*Bienestar espiritual y estrés en miembros de una comunidad cristiana de Arequipa, 2023*";

Que la Universidad Peruana Unión tiene autonomía académica, administrativa y normativa, dentro del ámbito establecido por la Ley Universitaria N° 30220 y el Estatuto de la Universidad;

De conformidad con la sesión del Consejo de la **Facultad de Ciencias de la Salud** de la Universidad Peruana Unión, celebrada 14 de febrero de 2023, y con las disposiciones establecidas por el Reglamento General de la Grados y Títulos de la Universidad, la Directiva para el Otorgamiento de Grados y Títulos;

SE RESUELVE:

1. Aprobar la modificación de título del perfil del proyecto en formato artículo de **Dyna Carolina Cruz Pérez**, registrado a partir de la fecha de la siguiente manera: "*Bienestar espiritual y estrés en miembros de una comunidad cristiana de Arequipa, 2023*".
2. Dejar sin efecto el título anterior registrado en su inscripción del proyecto de tesis.

Regístrese, comuníquese y archívese.



Alfz
Celi Albertina Fernandez Molocho
DECANA



[Signature]
MSc. Mary Luz Solorzano Aparicio
SECRETARIA ACADÉMICA

Anexo 3



Lima, Ñaña, 04 de abril de 2023

EL COMITÉ DE ÉTICA DE INVESTIGACIÓN DE LA FACULTAD DE CIENCIAS DE LASALUD CONSTA

Que el proyecto de investigación de **Cruz Perez Dyna Carolina** identificada con DNI No. **76616429**, y su asesor el **Mtro. Trinidad Ticse Josias** identificado con DNI No. **4085753** con el título: **"Bienestar espiritual y estrés en miembros de una comunidad cristiana de Arequipa, 2023"** fue evaluado y aprobado por el Comité de Ética de Investigación de la Universidad Peruana Unión, considerandosu calidad científica, consideración del bienestar de sus participantes, y conformidad con los estándares de la ética establecidas en el Código de ética para la Investigación de la UniversidadPeruana Unión.

Para mantener la aprobación del Comité de Ética, se tiene que cumplir con los siguientes requisitos:

3. Cada participante debe dar consentimiento informado. En el caso de menores de edad, por lo menos uno de sus padres o guardianes debe registrar su consentimiento informado y el menor de edad debe registrar su asentimiento informado, en caso de trabajos prospectivos. En caso de trabajos retrospectivos contar con la carta de autorización de la institución.

Los resultados de este proyecto puedan ser publicados con referencia a aprobación Número **2023-CE-FCS - UPeU-024**



Mg. María Magdalena Díaz Orihuela
Presidente
Comité de Ética de Investigación



Mtro. William de Borba
Secretario
Comité de Ética de Investigación

Anexo 4

Consentimiento Informado

La presente investigación es conducida por la Bach. Carolina Cruz. El objetivo de este estudio es obtener información sobre la relación significativa entre el Estrés y Bienestar espiritual.

Si usted accede a participar en este estudio, se le pedirá responder un cuestionario. Esto tomará aproximadamente 15 minutos de su tiempo. Si no entiende alguna pregunta puede pedir al investigador que le explique. Asimismo, si tiene alguna duda sobre este proyecto, puede hacer preguntas en cualquier momento durante su participación. Igualmente, puede retirarse del proyecto en cualquier momento que eso lo perjudique en alguna forma.

La participación en este estudio es estrictamente voluntaria y anónima. La información que se recoja será confidencial, no se usará para ningún otro propósito fuera de esta investigación. Los datos obtenidos en la encuesta serán procesados únicamente por el que dirige la investigación. Una vez que la información sea procesada en una base de datos, las hojas con los datos se destruirán.

Desde ya se agradece su participación.

Firma del Participante

Fecha

Anexo 5

Escala 1: Bienestar espiritual

INSTRUCCIÓN: Estimado hermano(a), a continuación, le presentamos estas preguntas sobre el bienestar espiritual. Para seleccionar tu respuesta deberías tomar en cuenta los criterios señalados en la Tabla de Puntaje. Marca con aspa(x) la respuesta.

1	2	3	4	5
Nunca	Casi nunca	Algunas veces	Casi siempre	Siempre

N°		1	2	3	4	5
1	Encuentra satisfacción al orar en privado					
2	Creo que Dios me ama y cuida de mi					
3	Creo en que Dios es impersonal y esta desinteresado en las situaciones diarias					
4	Tengo una relación personal significativa con Dios.					
5	Me siento bien al saber que Dios dirige mi vida					
6	Creo que Dios está interesado en mis problemas					
7	Mi relación con Dios es poco satisfactoria					
8	Mi relación con Dios me ayuda a no sentirme sola (o)					
9	Me siento completamente satisfecho(a) cuando estoy en comunión con Dios					
10	Mi relación con Dios contribuye a mi sensación de bienestar en genera					
11	No le encuentro sentido a mi existencia					
12	Siento que la vida es una experiencia positiva					
13	Me siento desubicado sobre mi futuro					
14	Me siento bastante realizado en la vida					
15	Tengo una sensación de bienestar sobre mi existencia					
16	No disfruto mucho de la vida					
17	Me siento bien sobre mi futuro					
18	Siente que la vida está llena de insatisfacciones					
19	La vida no tiene mucho significado					
20	Creo que existe algún propósito real para mi vida					

Anexo 6

Escala 2: Estrés (EE-7)

INSTRUCCIÓN: Por favor lea las siguientes afirmaciones y coloque un círculo o un aspa (X) alrededor de un número (0, 1, 2, 3) que indica en qué grado le ha ocurrido a usted esta afirmación durante los últimos 7 días. La escala de calificación es la siguiente:

0	1	2	3
Nunca	A veces	Muchas veces	Siempre

N°	Durante los últimos 7 días ...	0	1	2	3
1	... me ha costado mucho descargar la tensión o estrés				
2	... reaccioné exageradamente en ciertas situaciones.				
3	... he sentido que estaba gastando una gran cantidad de energía.				
4	... me he sentido inquieto.				
5	... se me hizo difícil relajarme.				
6	... no toleré nada que no me permitiera continuar con lo que estaba haciendo.				
7	... he tendido a sentirme enfadado con facilidad.				