

**UNIVERSIDAD PERUANA UNIÓN**

ESCUELA DE POSGRADO

Unidad de Posgrado de Psicología



**Bienestar espiritual como predictor de la depresión y ansiedad en mujeres víctimas de violencia de pareja del Centro de Emergencia Mujer de Perú**

Trabajo de investigación para obtener el Grado Académico de Maestra en Ciencias de la familia con mención en Terapia Familiar

**Autoras:**

Lucía Anyela Pantoja Barona

Digna Melania Álvarez Quispe

**Asesor:**

Mtro. Cristian Adriano Rengifo

Lima, noviembre 2024

## DECLARACIÓN JURADA DE ORIGINALIDAD DE TRABAJO DE INVESTIGACIÓN

Yo Cristian Adriano Rengifo, docente de la Unidad de Posgrado de Psicología, Escuela de Posgrado de la Universidad Peruana Unión.

DECLARO:

Que la presente investigación titulada: **“BIENESTAR ESPIRITUAL COMO PREDICTOR DE LA DEPRESIÓN Y ANSIEDAD EN MUJERES VÍCTIMAS DE VIOLENCIA DE PAREJA DEL CENTRO DE EMERGENCIA MUJER DE PERÚ”** los autores Lucía Anyela Pantoja Barona y Digna Melania Álvarez Quispe tiene un índice de similitud de 14% 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 29 días del mes de mayo del año 2024.



---

Mtro. Cristian Adriano Rengifo  
Asesor

**ACTA DE SUSTENTACIÓN DE TRABAJO DE INVESTIGACIÓN**

En Lima, Naña, Villa Unión, a 07 días día(s) del mes de Noviembre del año 2024 siendo las 10:30 hrs, se reunieron los miembros del jurado en la Universidad Peruana Unión Campus Lima, bajo la dirección del (de la) presidente(a):

Dr. Arnulfo Chico Robles el (la) secretario(a):

Mg. Sara Esther Richard Pérez y los demás miembros: Mg. Esther Edelmira Méndez Zavaleta

Dra. Dámaris Susana Quinteros Zúñiga y el (la) asesor(a) Mg. Cristian Edwin Adriano Rengifo

con el propósito de administrar el acto académico de sustentación del trabajo de investigación titulado:

"Bienestar espiritual como predictor de la depresión y ansiedad en mujeres víctimas de violencia de pareja del Centro de Emergencia Mujer de Perú"

del (de la)/(los)(las) candidato(a)s a) Lucía Anyela Pantoja Barona

b) Digna Melania Álvarez Quispe

c).....

conducente a la obtención del Grado Académico de Maestro(a) en: Maestra en Ciencias de la familia con Mención en Terapia familiar

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:

Candidato/a (a): Lucía Anyela Pantoja Barona

| CALIFICACIÓN | ESCALAS   |         |             | Mérito     |
|--------------|-----------|---------|-------------|------------|
|              | Vigesimal | Literal | Cualitativa |            |
| Aprobado     | 19        | A       | Excelente   | Excelencia |

Candidato/a (b): Digna Melania Álvarez Quispe


| CALIFICACIÓN | ESCALAS   |         |             | Mérito        |
|--------------|-----------|---------|-------------|---------------|
|              | Vigesimal | Literal | Cualitativa |               |
| Aprobado     | 17        | B+      | Muy bueno   | Sobresaliente |

Candidato/a (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/a    | <br>Mg. Sara Esther Richard Pérez<br>Secretario/a | Miembro         |
| Asesor/a        | Miembro  | Miembro         |
| Candidato/a (a) | Candidato/a (b)  | Candidato/a (c) |

## **Dedicatoria**

Dedico este trabajo a mis padres Joel Pantoja e Hilda Barona, por la motivación y amor que he recibido de ellos en todo el proceso de este trabajo.

Lucía Anyela Pantoja Barona

A Dios quien me ha guiado y me ha dado la fortaleza para ser posible y concluir el trabajo de investigación, a mi familia, mi esposo Fabián por brindarme el tiempo suficiente para realizarme profesionalmente, a mis hijas Amira Sarahi, Danna Gabriela y Fernanda Valentina, quienes han sido mi mayor motivación para continuar y cumplir con mi objetivo.

A mis padres Wilfredo y Lidia por su apoyo y consejos para hacer de mí una mejor persona, así como a mis hermanos por las motivaciones que me dieron a través de sus palabras de aliento.

Digna Melania Álvarez Quispe

## **Agradecimiento**

Además, quiero agradecer a Dios por su gracia y paciencia conmigo en este proceso de investigación. Y de manera especial a mi asesor Mg. Cristian Adriano Rengifo por su guía y conducción en este camino satisfactorio de la investigación y a Mg. Sara Esther Richard Pérez, por su disposición y preocupación constante para culminar este trabajo.

Lucía Anyela Pantoja Barona

Mi más sincero agradecimiento a Dios, mi esposo, mis hijas, mis padres y hermanos, agradezco por su profundo amor y apoyo incondicional, su fe en mí han sido el motor que me permitió completar este camino.

Mi gratitud a la escuela de Posgrado de la Universidad Peruana Unión, al asesor de mi trabajo, Mg. Cristian Edwin Adriano Rengifo, cuya experiencia, paciencia y apoyo constante fueron fundamentales para la realización de este trabajo, su guía me proporcionó claridad académica, y motivación en momentos de duda. Mi gratitud a Mg. Sara Esther Richard Pérez por su apoyo y disposición, las cuales fueron esenciales para la culminación de este trabajo.

Agradecer a mi compañera de trabajo de investigación Lucia Anyela Pantoja Barona, por el trabajo en equipo que realizamos, convirtiéndose en un proceso más llevadero y significativo, el cual se concluyó de forma satisfactoria.

Digna Melania Álvarez Quispe

## Índice

|   |     |
|---|-----|
| Resumen.....  | 6   |
| Introducción .....  | 7   |
| Método .....  | 11  |
| Tabla 1: Datos sociodemográficos de los participantes.....                                      | 12  |
| Resultados .....  | 15  |
| Tabla 2: Análisis descriptivos de las variables.....  | 15  |
| Tabla 3: Análisis de correlación entre las variables de estudio.....                            | 15  |
| Tabla 4: Análisis de regresión lineal simple .....  | 16  |
| Tabla 5: Coeficiente de regresión de bienestar espiritual sobre la depresión y<br>ansiedad..... | 16  |
| Discusión.....  | 166 |
| Referencias .....   | 20  |
| Anexos .....  | 25  |
| Anexo N°01: Evidencia de sumisión.....  | 25  |
| Anexo N°02: Inscripción del perfil de proyecto de tesis aprobado por el CEPG ...                | 26  |
| Anexo N°03: Evidencia Carta de aprobación del Comité de Ética.....                              | 27  |
| Anexo N°04: Instrumento de recolección de datos .....   | 28  |
| Escala Bienestar Espiritual .....   | 28  |
| Escala de Depresión (PHQ-9) .....   | 29  |
| Escala de Ansiedad Generalizada (GAD-7).....  | 30  |

## **Bienestar espiritual como predictor de la depresión y ansiedad en mujeres víctimas de violencia de pareja del Centro de Emergencia Mujer de Perú**

### **Spiritual well-being as a predictor of depression and anxiety in women victims of intimate partner violence at the Centro de Emergencia Mujer del Perú**

#### **Resumen**

El presente estudio tuvo como objetivo determinar si el bienestar espiritual predice la depresión y ansiedad en mujeres víctimas de violencia de pareja del Centro de Emergencia Mujer de la sierra del Perú, en una muestra de 400 mujeres, entre 17 a 76 años mediante un diseño predictivo y de corte transversal. Los resultados mostraron una correlación negativa significativa entre el bienestar espiritual, la depresión ( $r = -.140, p < .05$ ) y ansiedad ( $r = -.155, p < .05$ ), señalando que, a mayor nivel de bienestar espiritual, se reportan menores niveles de depresión y ansiedad. Además, el bienestar espiritual resultó ser predictor de la depresión y ansiedad. Se concluye, que las mujeres víctimas de violencia de pareja que cuentan con niveles adecuados de bienestar espiritual, se pronostica menos depresión y ansiedad; siendo el bienestar espiritual un factor que disminuye el riesgo de depresión y ansiedad en mujeres víctimas de violencia de pareja.

**Palabras clave:** bienestar espiritual, depresión, ansiedad, violencia.

#### **Abstract**

The present study aimed to determine whether spiritual well-being predicts depression and anxiety in women victims of intimate partner violence at the Women's Emergency Center in the highlands of Peru, in a sample of 400 women between 17 and 76 years of age, using a cross-sectional and predictive design. The results showed a significant negative correlation between spiritual well-being, depression ( $r = -.140, p < .05$ ) and anxiety ( $r = -.155, p < .05$ ),

indicating that the higher the level of spiritual well-being, the lower the levels of depression and anxiety reported. In addition, spiritual well-being was found to be a predictor of depression and anxiety. It is concluded that women victims of intimate partner violence who have adequate levels of spiritual well-being predict less depression and anxiety; spiritual well-being is a factor that decreases the risk of depression and anxiety in women victims of intimate partner violence.

**Key words:** spiritual well-being, depression, anxiety, violence.

### **Introducción**

La Organización Mundial de la Salud (OMS, 2021a) define la violencia contra la mujer, como todo acto de violencia de género que pueda causar daño físico, sexual o psicológico a las mujeres, incluyendo amenazas, coerción o privación arbitraria de libertad. En el contexto peruano, la Ley 30364 promulgada por Diario El Peruano (2015) que es una norma para prevenir, sancionar y erradicar la violencia contra las mujeres y los integrantes del grupo familiar, la cual define a la violencia como cualquier acción que pueda ocasionar la muerte, daño físico, sexual o psicológico a las mujeres, ya sea en espacios públicos o privados. La violencia afecta principalmente a las mujeres que conviven en entornos familiares, domésticos u otras relaciones interpersonales, donde pueden ser víctimas de violencia física, psicológica o sexual por parte de sus parejas, causando un impacto significativo a nivel individual (Ministerio de la Mujer y Poblaciones Vulnerables [MIMP], 2022). 8 de cada 10 mujeres han sido víctimas de violencia de alguna forma (Organización Panamericana de la Salud [OPS], 2021). Dentro del ámbito de la pareja, aproximadamente unas de cada tres mujeres han experimentado violencia física o sexual por parte de su pareja íntima, o violencia sexual por parte de alguien distinto a su pareja en algún momento de sus

vidas (Organización Mundial de la Salud, 2021b). Asimismo, la Comisión Económica para América Latina y el Caribe (CEPAL, 2023) revela que, en 2022, al menos 4,473 mujeres fueron víctimas de feminicidio en 29 países de América Latina.

El Observatorio de Igualdad de Género (OIG, 2022) reportó un incremento del 12% de victimización de mujeres en contextos de pareja, con aproximadamente 3 millones de denuncias por violencia de pareja a nivel nacional el año 2021. El Instituto Nacional de Estadística e Informática (INEI, 2022) informó que el 35.6% de las mujeres de entre 15 a 49 años fueron víctimas de violencia familiar en los últimos 12 meses. Por otro lado, el INEI (2022) indicó, mediante la “Encuesta Demográfica y de Salud Familiar-ENDES” que el 54.8% de mujeres en el Perú, fueron víctimas de violencia perpetradas alguna vez por el esposo o compañero sentimental. El Observatorio Nacional de Seguridad Ciudadana del Ministerio del Interior (2023) mediante un reporte de denuncias realizadas en el 2023, indicó que se reportaron cerca de 5 mil denuncias de victimización tan solo en el último trimestre; mientras que el MIMP (2023) revela que, durante el 2023, se atendieron cerca 7 mil 889 casos en el servicio de atención urgente a mujeres víctimas por su pareja o expareja.

Existen estudios sobre depresión y ansiedad en mujeres víctimas de violencia en relación de pareja, que se puede observar como la violencia ejercida contra la mujer que ha sido asociada a múltiples problemas de salud mental, por lo que las mujeres agraviadas por su pareja tienen mayor riesgo de presentar síntomas de depresión y ansiedad, así lo señala Lara et al., (2019).

Así mismo, investigaciones previas han demostrado una fuerte asociación entre la depresión, la ansiedad y la experiencia de violencia (Lara et al., 2019). Esto indica que las personas que sufren de estas condiciones tienen una mayor susceptibilidad tanto a ser víctimas de violencia como a perpetuarla. Además, se encontró que las mujeres que experimentaron violencia de pareja, ya sea física, psicológica o sexual, en los últimos 12

meses, tienen un riesgo significativamente mayor de desarrollar depresión en comparación con aquellas que no han enfrentado violencia (Guzmán et al., 2021). Por otro lado, (Lescano y Salazar 2020), en su investigación demostraron que en las mujeres víctimas de violencia de pareja existe un nivel de relación significativa de la depresión y ansiedad. Así mismo (Méndez et al., 2022) indicaron que existe correlación positiva entre la violencia y las reacciones emocionales como es la depresión y ansiedad. Zancan y Habigzang (2018) en el estudio realizado muestran que la exposición de la violencia de pareja contra las mujeres, representa un factor de riesgo para la salud mental exponiéndolas a presentar síntomas de depresión y ansiedad.

Frente a esta situación se ha encontrado que existen factores protectores que pueden prevenir la depresión y ansiedad, que es el bienestar espiritual, que se define como: el sentido de armonía interna que incluye la relación con el propio ser, con los otros, con Dios, con el orden natural o un poder superior manifiesto (Paloutzian y Ellison, 1982).

En vista de todo el contexto de violencia familiar y las repercusiones que sufren las mujeres, es fundamental buscar alternativas que puedan proporcionarles apoyo y alivio. Una de estas alternativas es la espiritualidad.

Tal como se desprende de los resultados de Canaval y Sánchez (2007) en un estudio con mujeres maltratadas, se encontró una correlación entre la espiritualidad y la resiliencia. De otro lado, tal como señala Arana y Silva (2020), en un estudio con mujeres víctimas de violencia, la espiritualidad es un factor vinculado causalmente a la resiliencia, de modo que, la espiritualidad no solo proporciona consuelo emocional, sino que también puede fortalecer la capacidad de afronte de las mujeres, ofreciéndoles un sentido de propósito y esperanza en medio de la adversidad. De otro lado, Arguello y Ricaurte (2019), en un estudio sobre creencias religiosas en una muestra de víctimas de violencia en contextos de pareja, se halló que las creencias religiosas, específicamente los valores de fe y amor, actuaron como un

factor protector dentro del grupo de mujeres víctimas de violencia en pareja, específicamente en su capacidad de encuadrar positivamente eventos disruptivos o nocivos para la personalidad. Asimismo, Proo y Bárcenas (2021), en un estudio con madres víctimas de violencia, profundizaron en el papel de factor modulador de las creencias religiosas, las cuales, con base en el sentido de justicia y equidad, permitieron un adecuado afrontamiento y bienestar por parte de estas hacia las agresiones experimentadas, de allí que, las prácticas espirituales y religiosas pueden crear una red de apoyo social, permitiendo que las mujeres se sientan menos aisladas y más conectadas con una comunidad que comparte sus creencias y valores. La espiritualidad tiene la capacidad de generar estabilidad y esperanza a mujeres violentadas, así como lo demuestra, Casique (2017), en un estudio con mujeres violentadas por su pareja, hallaron que estas adoptan cualidades que les permiten satisfacer su esfera espiritual al igual que afrontar la situación de violencia vivida, y así poder encontrar estabilidad y esperanza en sus vidas. En ese sentido, se debe prestar atención especial a la inclusión de la espiritualidad en el cuidado a mujeres con violencia de pareja que ha sido escasa y tiene poco desarrollo (Canaval & Sanchez, 2007) y Lara et al. (2019) hallaron que el factor sociodemográfico adscripción a una religión mostraba efectos diferenciados en cuanto a la probabilidad de desarrollar un cuadro depresivo o de ansiedad, en suma, las personas adscritas a una religión tienen menos probabilidad de desarrollar ansiedad o depresión.

La violencia de pareja que sufren las mujeres les afecta de manera individual, así como en sus relaciones parentales, existiendo tasas altas de depresión y ansiedad generadas por la misma violencia de pareja, lo que hace que perjudique su bienestar emocional y el desarrollo adecuado de sus actividades en su diario vivir. Por lo que es de suma importancia para nuestro estudio analizar qué factores protectores pueden ayudar en la mejora de su salud mental. Por esta misma razón, es vital destacar que, a pesar de la relevancia de estos hallazgos, en la literatura existente sobre bienestar espiritual, depresión, ansiedad y violencia

de pareja aún presenta vacíos significativos en términos de estudios comprensivos que aborden estas variables en contextos específicos de violencia de pareja, dada su especificidad en términos de dominio, sistematicidad y clandestinidad (Acevedo y Peralta, 2023; Ramos, 2021). Por lo tanto, los resultados de esta investigación no solo contribuyen a llenar este vacío cognoscitivo, sino que refuerzan la idea de considerar la espiritualidad como un componente clave en las intervenciones dirigidas a mujeres víctimas de violencia.

Por lo descrito, el objetivo del estudio es determinar si el bienestar espiritual predice la depresión y ansiedad en mujeres víctimas de violencia de pareja del Centro de Emergencia Mujer de la sierra del Perú.

### **Metodología**

La presente investigación tiene un diseño predictivo de corte transversal, porque se explora la relación funcional mediante el pronóstico de una variable criterio a partir de uno o más predictores (Ato et al., 2019).

La muestra estuvo conformada por 400 mujeres víctimas de violencia por su pareja, pertenecientes a los distritos de Huancané y Acobamba de la sierra del Perú, entre las edades de 17 y 76 años de edad, quienes voluntariamente aceptaron participar en el estudio a través de la firma del consentimiento informado.

La selección de las participantes fue mediante muestreo no probabilístico por conveniencia (Otzen y Manterola et al., 2017).

En la tabla 1 se observa que la mayoría de las participantes 63.5% tenían la edad de 30 a 59 años. El 35.3% tenían el estado civil conviviente. El 45% de las participantes tenían el grado de instrucción de secundaria. El 57.5% de las participantes tenían como lengua materna el castellano. El 68.8% de las participantes tenían como religión católica y el 55.3% de las participantes padecieron violencia física.

**Tabla 1***Datos sociodemográficos de los participantes*

|                   | Datos              | Frecuencia | Porcentaje    |
|-------------------|--------------------|------------|---------------|
|                   | 17                 | 03         | 0.75%         |
| Edad              | 18 a 29            | 131        | 32.75%        |
|                   | <b>30 a 59</b>     | <b>254</b> | <b>63.50%</b> |
|                   | 60 a 80            | 12         | 3.00%         |
|                   | Soltera            | 95         | 23.80%        |
|                   | <b>Conviviente</b> | <b>141</b> | <b>35.30%</b> |
| Estado civil      | Casada             | 119        | 29.80%        |
|                   | Separada           | 30         | 7.50%         |
|                   | Viuda              | 15         | 3.80%         |
|                   | Sin estudios       | 22         | 5.50%         |
| Grado instrucción | Primaria           | 80         | 20.00%        |
|                   | <b>Secundaria</b>  | <b>180</b> | <b>45.00%</b> |
|                   | Técnico            | 50         | 12.50%        |
|                   | Universitario      | 68         | 17.00%        |
| Lengua materna    | Castellano         | 230        | 57.50%        |
|                   | Quechua            | 64         | 16.00%        |
|                   | Aymara             | 106        | 26.50%        |
| Religión          | Católico           | 275        | 68.80%        |
|                   | Evangélico         | 85         | 21.30%        |
|                   | Adventista         | 36         | 9.00%         |
|                   | Otros              | 4          | 1.00%         |

|                |             |     |        |
|----------------|-------------|-----|--------|
| Tipo violencia | Físico      | 221 | 55.30% |
|                | Psicológico | 175 | 43.80% |
|                | Sexual      | 4   | 1.00%  |

---

Los instrumentos utilizados en la presente investigación fue la **Escala de Bienestar Espiritual**: Fue elaborado por Paloutzian y Ellison (1982) y adaptado al español y validado en Perú por Salgado (2014). Que consta de 11 ítems (1,2,3,4,5,6,7,8,9,10,11). Cuenta con 06 opciones de respuesta tipo Likert, que van de “1= Totalmente en desacuerdo” hasta “6=Totalmente de acuerdo”. Respecto a la validez, la versión española reporta una estructura unidimensional mediante la consistencia interna se evaluó utilizando el KMO, se obtuvo un valor de 0.927 el cual es superior a 0.5. Respecto a la prueba de esfericidad de Bartlett, se obtuvo un valor de 759,274 ( $p < 0.000$ ). El Análisis Factorial exploratorio con una varianza acumulada de 68.39%. Con respecto a la Confiabilidad se halló a través del coeficiente alfa de Cronbach, obteniendo un valor de 0.95 lo cual confirma su alto nivel de confiabilidad (Salgado, 2014).

**Escala de Depresión (PHQ-9)**: Fue elaborado por: Spitzer, et al., (1999) y adaptado al español por Baader, et al., (2012) y validado en Perú por Villareal, et al., (2019). Que consta de 09 ítems (1,2,3,4,5,6,7,8,9). Cuenta con 04 opciones de respuesta tipo Likert, que varían de “0=Ningún día” hasta “3=Casi todos los días”. Respecto a la validez se utilizó la medida de adecuación muestral KMO de Bartlett:  $\chi^2 = 917,791$ ,  $p < 0,001$ ; medida KMO = 0,904). El análisis factorial de los 9 ítems de la PHQ-9, a través de una extracción de componentes principales con rotación Varimax y normalización de Kaiser, arrojó un factor con autovalor de 5,079, aportando el 56,43% de la varianza total. Se encontró una consistencia interna óptima (alfa de Cronbach=0,903). Este valor no aumenta si se elimina algún ítem, todos los cuales tuvieron un índice de homogeneidad  $> 0,2$ .

**Escala de Ansiedad Generalizada (GAD-7):** Fue elaborado por: Spitzer et al. (2006) y adaptado al español por Camargo et al. (2021) y validado en Perú por Jiménez & Magallanes (2022). Que consta de 07 ítems (1,2,3,4,5,6,7). Cuenta con cuatro opciones de respuesta tipo Likert, que varían de 0=Nunca hasta 3=Casi todos los días. Respecto a la validez se logró explicar el 70% de la varianza. Los índices de bondad de ajuste (RMSEA = 0,080; CFI = 0,995; SRMR = 0,053;  $p < 0,001$ ) mostraron una unidimensionalidad «aceptable» y adecuadas cargas factoriales en cada ítem del GAD-7,  $> 0,07$ . Por último, la consistencia interna del instrumento fue buena, con alfa de Cronbach = 0,920 (IC95%, 8,80-9,71).

El procedimiento para la aplicación de Las escalas de Bienestar espiritual, Escala de Depresión (PHQ-9) y Escala de Ansiedad Generalizada (GAD-7) fueron tomadas de forma presencial a cada participante, después de haber leído el objetivo y firmado el consentimiento informado de la presente investigación. Se brindó la seguridad de confidencialidad y anonimato, dándoles la oportunidad de no rellenar las escalas si así lo deseaban ellas.

Se realizó el análisis de datos después de tener las tres escalas respondidas por las participantes a la investigación, se procedió a crear una matriz en una hoja Excel, la cual fue exportada al programa SPSS versión 25.0; en la cual se realizó la prueba de normalidad, utilizando la asimetría y curtosis que deben estar dentro del rango  $\pm 1.5$  (Forero et al., 2009). Posteriormente, se utilizó el coeficiente de Pearson ( $r$ ) señalando que los datos tienen una distribución normal. Finalmente, se aplicó la técnica de modelado estadístico de regresión lineal simple, que permite conocer el papel de bienestar espiritual como predictor de la depresión y ansiedad.

## Resultados

### Análisis descriptivos de las variables y prueba de normalidad

La tabla 2 presenta los estadísticos descriptivos de las variables de estudio a través de la media, la desviación estándar, asimetría y curtosis. Se evidencia que la asimetría y curtosis de las variables se encuentra dentro del rango +/- 1.5 (Forero et al., 2009), indicando que la distribución de los datos es normal adecuada. Por lo que, para los análisis estadísticos correspondientes se usan pruebas paramétricas.

**Tabla 2**

*Análisis descriptivos de las variables*

|                      | Min. | Max. | M     | D.E    | g1     | g2     |
|----------------------|------|------|-------|--------|--------|--------|
| Bienestar espiritual | 11   | 62   | 44.68 | 10.540 | -0.867 | 0.752  |
| Depresión            | 0    | 24   | 8.83  | 6.228  | 0.414  | -0.814 |
| Ansiedad             | 0    | 15   | 6.76  | 4.769  | 0.330  | -1.162 |

### Análisis de correlación entre las variables

En la tabla 3 se puede apreciar que el coeficiente de correlación (r) de Pearson indica que existe relación altamente significativa, indirecta y débil entre bienestar espiritual y depresión ( $r = -0.14$ ;  $p < 0.01$ ). Asimismo, existe relación altamente significativa, indirecta y débil entre bienestar espiritual y ansiedad ( $r = -0.15$ ;  $p < 0.01$ ). Es decir, que mayor a nivel de bienestar espiritual menor probabilidad de presentar depresión y ansiedad.

**Tabla 3**

*Análisis de correlación entre las variables de estudio*

|                      |   | Depresión | Ansiedad |
|----------------------|---|-----------|----------|
| Bienestar espiritual | r | -.140**   | -.155**  |
|                      | p | 0.005     | 0.002    |

\*\* . La correlación es significativa en el nivel 0,01 (bilateral).

Con el propósito de determinar la variable predictora de la depresión y ansiedad de las participantes, se realizó el análisis de regresión lineal. Se introdujo al modelo la variable predictiva (bienestar espiritual). Se encontró que la variable predictiva aporta al modelo que predice la depresión ( $F = 7.924$ ;  $p < 0.01$ ) y ansiedad ( $F = 9.827$ ;  $p < 0.01$ ). De esta manera, el valor  $R^2$  ajustado fue de 0.017 y 0.022, lo que significa que el 1.7% y 2.2% de la varianza de depresión y ansiedad pueden ser explicados por este modelo Tabla 4. Asimismo, en la Tabla 5 se evidencia que el bienestar espiritual muestra una capacidad predictiva débil sobre la depresión y ansiedad las participantes.

**Tabla 4**

*Análisis de regresión lineal simple*

| Modelo | R    | R <sup>2</sup> | R <sup>2</sup> ajustado | F     | p     |
|--------|------|----------------|-------------------------|-------|-------|
| 1      | ,140 | 0.020          | 0.017                   | 7.924 | 0.005 |
|        | ,155 | 0.024          | 0.022                   | 9.827 | 0.002 |

**Tabla 5**

*Coefficiente de regresión de bienestar espiritual sobre la depresión y ansiedad*

| Modelo                         | Coefficiente estandarizado $\beta$ | t      | p     |
|--------------------------------|------------------------------------|--------|-------|
| (Constante)                    | 12.516                             | 9.297  | 0.000 |
| Bienestar espiritual-Depresión | -0.083                             | -2.815 | 0.005 |
| (Constante)                    | 9.901                              | 9.626  | 0.000 |
| Bienestar espiritual- Ansiedad | -0.070                             | -3.135 | 0.002 |

Nota: Variables dependientes = depresión y ansiedad

## Discusión

La violencia es un problema que puede causar la depresión y ansiedad, y que el bienestar espiritual puede ser un factor protector, tal como señala Arana y Silva (2020), en un estudio con mujeres víctimas de violencia; la espiritualidad no solo proporciona consuelo

emocional, sino que también puede fortalecer la capacidad de afronte de las mujeres, ofreciéndoles un sentido de propósito y esperanza en medio de la adversidad.

El presente estudio se centró en determinar si el bienestar espiritual es una variable predictora de la depresión y ansiedad en mujeres víctimas de violencia de pareja. Encontrado resultados que existe relación negativa entre las variables de estudio.

El coeficiente de correlación ( $r$ ) de Pearson indica que existe relación débil, negativa y altamente significativa entre bienestar espiritual y depresión ( $r = -0.14$ ;  $p < 0.01$ ), lo cual quiere decir, que a mayor nivel de bienestar espiritual menor será la probabilidad de desarrollar un cuadro de depresión. Asimismo, existe relación indirecta altamente significativa entre bienestar espiritual y ansiedad ( $r = -0.15$ ;  $p < 0.01$ ), de modo que a mayor nivel de bienestar espiritual menor será la probabilidad de desarrollar un cuadro de ansiedad.

Los resultados también mostraron que el bienestar espiritual predice la depresión y la ansiedad generando menores niveles en las mujeres víctimas de violencia de pareja del Centro de Emergencia Mujer en los distritos de Huancané y Acobamba de la sierra del Perú.

Para evaluar esta relación, se realizó un análisis de regresión lineal introduciendo el bienestar espiritual como variable predictiva. Los resultados mostraron que esta variable aporta significativamente al modelo que predice la depresión ( $F = 7.924$ ;  $p < 0.01$ ) y la ansiedad ( $F = 9.827$ ;  $p < 0.01$ ). Aunque los valores de  $R^2$  ajustado fueron relativamente bajos, con 0.017 para la depresión y 0.022 para la ansiedad, esto indica que el bienestar espiritual explica el 1.7% y 2.2% de la varianza en estas condiciones, respectivamente.

Estos resultados se alinean con estudios previos que destacan la importancia de la espiritualidad en el afrontamiento de la violencia. Según Canaval y Sánchez (2007), quien halló una correlación débil entre la espiritualidad y la resiliencia con un  $r$  de 0.301 y un  $p$  valor de 0.004, de esta manera, las mujeres con una alta creencia espiritual tienen más recursos para enfrentar de manera adaptativa la adversidad, de igual manera, los hallazgos de

la presente investigación indican que el bienestar espiritual tiene una capacidad predictiva débil sobre la depresión y la ansiedad. Esto puede deberse a la complejidad multifactorial de estas condiciones, donde múltiples variables influyen en su desarrollo, así como los contextos en que se produce la violencia, que en modo alguno son homogéneos, de más está decir que el efecto modulador que ejerce el grupo de apoyo y los recursos personales son determinantes (Acevedo y Peralta, 2023).

De otro lado, Arana y Silva (2020) señalaron que la espiritualidad está causalmente ligada a la resiliencia, proporcionando consuelo emocional y fortaleciendo la capacidad de afrontamiento. Aunque en nuestro estudio el bienestar espiritual mostró una influencia limitada en la depresión y ansiedad, es posible que su papel sea más significativo en otros aspectos del bienestar emocional y la resiliencia que no fueron medidos directamente en este análisis. Asimismo, Arguello y Ricaurte (2019) encontraron que las creencias religiosas actúan como un factor protector en mujeres víctimas de violencia, ayudándolas a encuadrar positivamente eventos disruptivos traumáticos. Al respecto nuestra investigación mostró que el bienestar espiritual posee una capacidad predictiva débil, lo que sugiere que, si bien puede ser un factor protector, su influencia directa sobre la depresión y la ansiedad es limitada.

Así mismo, la espiritualidad es un factor que puede ser modulado por la disponibilidad de la red de apoyo social que, según Proo y Bárcenas (2021), permite que las mujeres se sientan menos aisladas y más conectadas con una comunidad. Al respecto, Casique (2017) mencionaron que la espiritualidad ayuda a las mujeres a encontrar estabilidad y esperanza mediante la autotranscendencia y la relación interpersonal con el creador. Así, aunque nuestro análisis mostró una capacidad predictiva débil del bienestar espiritual sobre la depresión y la ansiedad, es probable que su impacto sea más significativo en términos de estabilidad emocional y esperanza, áreas que requieren una evaluación más profunda y de

corte ideográfico, dado que la valoración de un evento traumático o disruptivo pasa por el análisis de los recursos personales disponibles (Ramos, 2021).

Por tanto, en contraste con los efectos adversos de la violencia, la espiritualidad se posiciona como un recurso protector para las mujeres en situaciones de maltrato, al respecto Canaval y Sánchez (2007) señalan que las creencias espirituales pueden proporcionar recursos emocionales y sociales que facilitan la resistencia y el inicio de procesos de cambio positivos. Este apoyo espiritual no solo les brinda fortaleza emocional, sino que también puede influir en su capacidad para enfrentar y superar el sufrimiento causado por la violencia de pareja, desarrollando mecanismos protectores que pueden incluir aspectos religiosos o personales (Casique, 2017). Asimismo, Lara et al. (2019) valoran que la adhesión a una religión disminuye probabilidad de desarrollar depresivo o ansiedad, mientras que Moroni et al. (2023) señala que la religiosidad se asocia con la resiliencia, en tanto mecanismo para afrontar la adversidad a través del encuadro positivo de los eventos.

## Referencias

- Acevedo Rojas, E. S., & Peralta Aucayauri, M. (2023). Violencia contra la mujer: Avances y retrocesos en las metas del ODS N.º 5 en el contexto peruano. *Revista IECOS*, 24(1), 117–140. <https://doi.org/10.21754/iecos.v24i1.1604>
- Arana Gutty, T. L., & Silva Saavedra, M. E. (2020). *Espiritualidad y resiliencia en mujeres víctimas de violencia de una institución pública - La Esperanza*. [Tesis de pregrado, Universidad César Vallejo]. Repositorio institucional UCV. <https://hdl.handle.net/20.500.12692/60653>
- Ato, M. L., & Benavente, A. (2013). Un sistema de clasificación de los diseños de investigación en psicología. *Anales de Psicología*. <https://dx.doi.org/10.6018/analesps.29.3.178511>
- Baader, T., Molina, J., Venezian, S., Rojas, C., Farías, R., Fierro, C., y Mundt, C. (2012). Validación y utilidad de la encuesta PHQ-9 (Patient Health Questionnaire) en el diagnóstico de depresión en pacientes usuarios de atención primaria en Chile. *Revista Chilena de Neuro-Psiquiatría*, 50(1), 10-22. <http://dx.doi.org/10.4067/S0717-92272012000100002>
- Camargo, L., Herrera, J., Shelach, S., Soto, M., Porto, M., Alonso, M., Gonzáles, M., Contreras, O., Caldichoury, N., y López, N. (2021). Escala de ansiedad generalizada GAD-7 en profesionales médicos colombianos durante pandemia de COVID-19: validez de constructo y confiabilidad. *Revista Colombiana de Psiquiatría*, 52(3), 254-250. <https://doi.org/10.1016/j.rcp.2021.06.003>
- Canaval, G., González, M., y Sánchez, M. (2007). Espiritualidad y resiliencia en mujeres maltratadas que denuncian su situación de violencia de pareja. *Colombia Médica*, 38(4), 72-78. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=28309808>

Casique, L. (2017). Cuidado espiritual de la mujer que sufre violencia por su pareja. En Y. Rodríguez Sandoval. *Verano de la Investigación Científica*, 2(1) 188. Universidad de Guanajuato.

[https://www.academia.edu/84753463/Cuidado\\_Espiritual\\_De\\_La\\_Mujer\\_Que\\_Sufre\\_Violencia\\_Por\\_Su\\_Pareja](https://www.academia.edu/84753463/Cuidado_Espiritual_De_La_Mujer_Que_Sufre_Violencia_Por_Su_Pareja)

Comisión Económica para América Latina y el Caribe. (2022). *Si no se cuenta, no cuenta: informan sobre el maltrato femenino*. Recuperado de <https://repositorio.cepal.org/server/api/core/bitstreams/c116beba-574d-4da8-832e-c39886db8112/content>

Diario El Peruano. (23 de noviembre de 2015, 23 de noviembre). *Ley para prevenir, sancionar y erradicar la violencia contra las mujeres y el grupo familiar*. Diario Oficial El Peruano. <https://www.gob.pe/institucion/congreso-de-la-republica/normas-legales/3212371-30364>

Ellison, C. (1982). Spiritual Well Being: Conceptualization and Measurement. *Journal of Psychology and Theology*, 11(4), 330-338. <https://doi.org/10.1177/009164718301100406>

Guzmán, C., Cupul, L., Guimarães, G., Salazar, E., Salmerón, J., y Reynales, L. (2021). Violencia de pareja y depresión en mujeres que trabajan en una institución de salud de México. *Gaceta Sanitaria*, 35(2), 161-167. <https://dx.doi.org/10.1016/j.gaceta.2019.09.005>

Instituto Nacional de Estadística e Informática. (2022). *35.6% de las mujeres de entre 15 a 49 años fueron víctimas de violencia familiar en los últimos 12 meses*. Instituto Nacional de Estadística e Informática. <https://m.inei.gob.pe/prensa/noticias/el-356-de-mujeres-de-entre-15-y-49-anos-ha-sido-victima-de-violencia-familiar-en-los-ultimos-12-meses-14657/>

- Jiménez, R., & Magallanes, A. (2022). Propiedades psicométricas del GAD-7, GAD-2 y GAD-Mini en universitarios peruanos. *Propósitos y Representaciones*, 10(1), e1437. <https://doi.org/10.20511/pyr2022.v10n1.1437>
- Lara Caba, E., Aranda Torres, C., Zapata Boluda, R. M., Bretones Callejas, C., & Alarcón, R. (2019). Depresión y ansiedad en mujeres víctimas de violencia en la relación de pareja. *Revista Argentina de Ciencias del Comportamiento*, 11(1), 1-8. Universidad Nacional de Córdoba. <https://doi.org/10.1111/j.1541-0420.2012.01723.x>
- MIMP. (31 de diciembre de 2023). *Servicio de Atención Urgente*. Ministerio de la Mujer y Poblaciones Vulnerables. <https://www.mimp.gob.pe/omep/estadisticas-atencion-a-la-violencia.php>
- Moroni, C. M., Covarrubias, Z., & Badilla Torres, R. P. (2023). Salud espiritual, agresividad y resiliencia en una muestra de jóvenes costarricenses. *South Florida Journal of Health, Miami*, 4(1), 45-60. <https://doi.org/10.46981/sfjvhv4n1-005>
- Observatorio Nacional de Seguridad Ciudadana (2023). *Sidpol Dashboards Denuncias y faltas registradas*. MININTER. <https://observatorio.mininter.gob.pe/content/dashboards-denuncias-y-faltas-registradas>
- Organización Mundial de la Salud (08 de marzo de 2021a). *Violencia contra la mujer*. Organización Mundial de la Salud. <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/violence-against-women>
- Organización Mundial de la Salud. (9 de marzo de 2021b). *La violencia contra la mujer es omnipresente y devastadora: la sufren una de cada tres mujeres*. Obtenido de La violencia contra la mujer es omnipresente y devastadora: la sufren una de cada tres mujeres: <https://www.who.int/es/news/item/09-03-2021-devastatingly-pervasive-1-in-3-women-globally-experience-violence>

Organización Panamericana de la Salud (2021). *Violencia contra la mujer*. OPS.

<https://www.paho.org/es/temas/violencia-contra-mujer#:~:text=La%20violencia%20contra%20la%20mujer%20%2Despecialmente%20la%20ejercida%20por%20su,y%20reproductiva%20de%20las%20mujeres.>

Otzen, T., & Manterola, C. (2017). Técnicas de Muestreo sobre una Población a Estudio. *International Journal of Morphology*. doi:<https://dx.doi.org/10.4067/S0717-95022017000100037>

Proo Méndez, E., & Bárcenas Barajas, K. (2021). La espiritualidad como estrategia para resignificar la violencia feminicida en madres de víctimas. *Revista Interdisciplinaria De Estudios De Género De El Colegio De México*, 7(1), 1–31.  
<https://doi.org/10.24201/reg.v7i1.678>

Ramos Bonilla, G. (2021). Una revisión sistemática de literatura sobre la violencia contra mujeres mayores en América Latina y el Caribe: ¿se ha alcanzado una perspectiva interseccional? *Anthropologica*, 39(47), 29-71.  
<https://doi.org/10.18800/anthropologica.202102.001>

Ricaurte Ricaurte, E., Buñay Cuyo, L. del C., & Pilco Campoverde, J. G. (2019). Creencias religiosas en mujeres víctimas de violencia en pareja. [Artículo de investigación, Universidad Internacional SEK]. Repositorio institucional UISEK.  
<http://repositorio.uisek.edu.ec/handle/123456789/3512>

Salgado, A. (2014). *Efectos del bienestar espiritual sobre la resiliencia en estudiantes universitarios de Argentina, Bolivia, Perú y República Dominicana* [Tesis de Doctorado, Universidad Nacional Mayor de San Marcos]. Repositorio institucional UNMSM. <https://cybertesis.unmsm.edu.pe/handle/20.500.12672/3293>

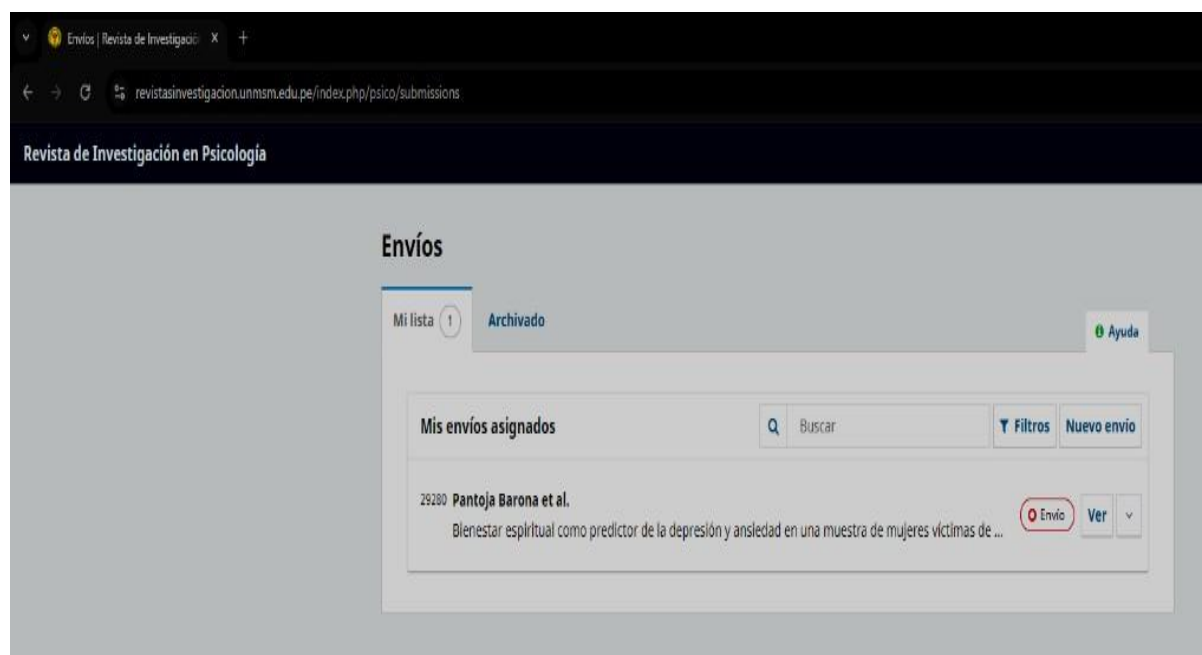
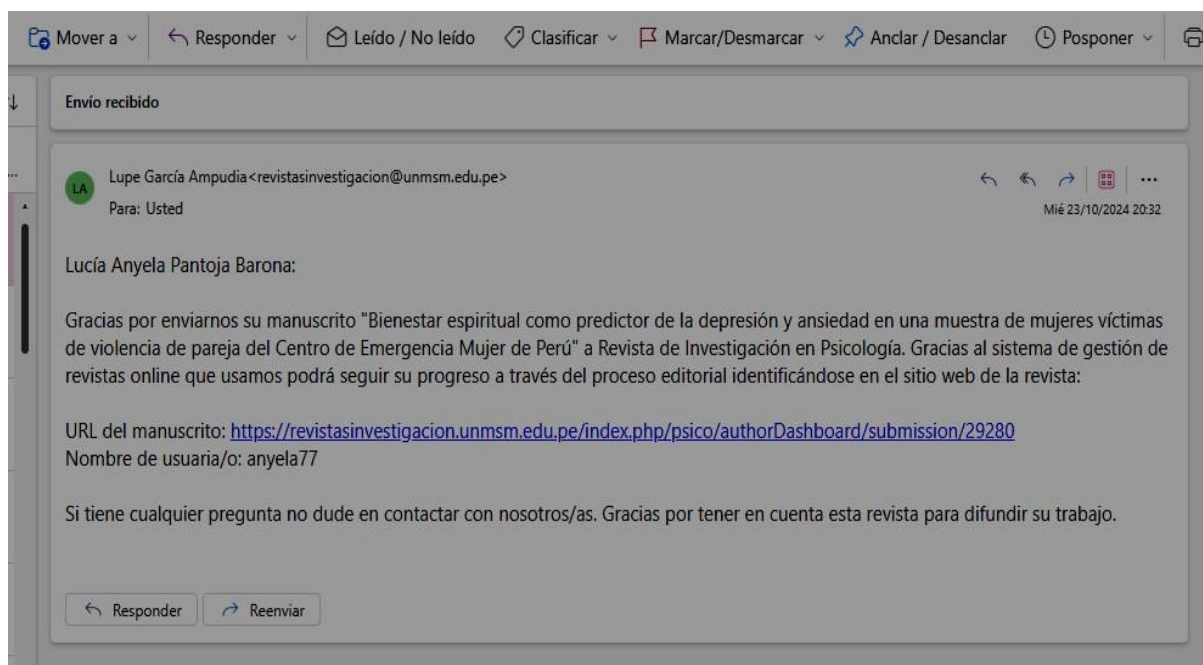
Lescano López, G. S., & Salazar Roldan, V. del R. (2020). Dependencia emocional, depresión y ansiedad en mujeres víctimas de violencia. *Delectus*, 3(3), 1-13.  
<https://doi.org/10.36996/delectus.v3i3.81>.

Méndez Sánchez, María del Pilar, Barragán Rangel, Adrian, Peñaloza Gómez, Rafael, & García Méndez, Mirna. (2022). Severidad de la violencia de pareja y reacciones emocionales en mujeres. *Psicumex*, 12, e400. Epub 30 de mayo de 2022.  
<https://doi.org/10.36793/psicumex.v12i1.400>

Zancan Natália, Habigzang Luísa Fernanda. (2018). Regulación emocional, síntomas de ansiedad y depresión en mujeres con historia de violencia conyugal.  
<https://doi.org/10.1590/1413-82712018230206>

## Anexos

### Anexo N°01: Evidencia de sumisión en la Revista de Investigación en Psicología de la Universidad Nacional Mayor de San Marcos



## Anexo N°02: Inscripción del perfil de proyecto de tesis aprobado por el CEPG



“Año de la Unidad, la Paz y el Desarrollo”

### RESOLUCIÓN N° 446-2023/UPeU-EPG-CEPG-D

Ñaña, Lima, 4 de abril de 2023

#### VISTO:

El expediente de **LUCÍA ANYELA PANTOJA BARONA**, con código N° **200310336** y de **DIGNA MELANIA ÁLVAREZ QUISPE**, con código N° **200910558**, de la Maestría en Ciencias de la familia con mención en Terapia Familiar de la Unidad de Posgrado de Psicología;

#### CONSIDERANDO:

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;

Que la Escuela de Posgrado de la Universidad Peruana Unión, mediante sus reglamentos académicos y administrativos, ha establecido las formas y procedimientos para la aprobación e inscripción del proyecto de trabajo de investigación (Art-Paso 1) y la designación o nombramiento del asesor para la obtención de grado de Maestra;

Que **Lucía Anyela Pantoja Barona** y **Digna Melania Álvarez Quispe**, han solicitado la inscripción de su proyecto de trabajo de investigación (Art-Paso 1) titulado "*Bienestar espiritual como predictor de la depresión y ansiedad en mujeres víctimas de violencia de pareja del Centro de Emergencia Mujer en los distritos de Huancañé y Acobamba de la sierra del Perú*" y la designación de Asesor, encargado de orientar y asesorar la ejecución del proyecto de trabajo de investigación en formato artículo;


Estando a lo acordado en la sesión del Consejo de la Escuela de Posgrado de la Universidad Peruana Unión, celebrada el 4 de abril de 2023 y en aplicación del Estatuto y el Reglamento General de Investigación de la Universidad;

#### SE RESUELVE:

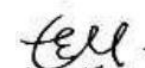
Aprobar el proyecto de trabajo de investigación titulado "*Bienestar espiritual como predictor de la depresión y ansiedad en mujeres víctimas de violencia de pareja del Centro de Emergencia Mujer en los distritos de Huancañé y Acobamba de la sierra del Perú*" y disponer su inscripción en el registro correspondiente, nombrar al Mg. Cristian Edwin Adriano Rengifo, asesor y a la Mg. Sara Esther Richard Pérez, coasesora, para que orienten y asesoren la ejecución del proyecto de trabajo de investigación en formato artículo el cual fue dictaminado por: Dra. Dámaris Susana Quinteros Zúñiga y Mg. Esther Edelmira Méndez Zavaleta, otorgándoles un plazo máximo de doce (12) meses para la ejecución.

Regístrese, comuníquese y archívese.



  
Dra. Damaris Susana Quinteros Zúñiga  
**DIRECTORA GENERAL**



  
Dra. Ethel Altez Ortiz  
**SECRETARIA ACADÉMICA**

**Anexo N°03: Evidencia Carta de aprobación del Comité de Ética**



Ñaña, Lima, 27 de marzo de 2023

**EL COMITÉ DE ÉTICA DE LA ESCUELA DE POSGRADO DE LA UNIVERSIDAD PERUANA  
UNIÓN**

**CONSTA**

Que el proyecto de investigación de los investigadores Digna Melania Álvarez Quispe, identificada con DNI N° 44609137 y Lucía Anyela Pantoja Barona, identificada con DNI N° 43409041 y su asesor Cristian Edwin Adriano Rengifo, identificada con DNI N° 46160030, con título **“Bienestar espiritual como predictor de la depresión y ansiedad en mujeres víctimas de violencia de pareja del Centro de Emergencia Mujer en los distritos de Huancané y Acobamba de la sierra del Perú”**, fue evaluado y aprobado por el Comité de Ética de Investigación de la Escuela de Posgrado de la Universidad Peruana Unión, considerando su calidad científica, el bienestar de sus participantes y la conformidad en función de los estándares establecidos en el Código de Ética para la Investigación de la Universidad Peruana Unión. Para mantener la aprobación del Comité de Ética, se tiene que cumplir con los siguientes requisitos:

- 1) 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.

Los resultados de este proyecto puedan ser publicados con referencia a aprobación Número **2023-CE-EPG-00049**

Dr. Josué Edison Turpo Chaparro  
**Presidente**  
**Comité de Ética de Escuela de Posgrado**

Mg. Dany Yudet Millones Liza  
**Secretaria**  
**Comité de Ética de Escuela de Posgrado**

**Anexo N°04: Instrumento de recolección de datos**

**Escala Bienestar Espiritual**

|                             |                     |                          |
|-----------------------------|---------------------|--------------------------|
| Edad: _____                 | Estado civil: _____ | Fecha: _____             |
| Religión: _____             | N° de hijos: _____  | Tipo de violencia: _____ |
| Grado de instrucción: _____ |                     | Lengua materna: _____    |

|    | Puede pasar a responder cada oración  | Totalmente en desacuerdo | Moderadamente en desacuerdo | En desacuerdo | De acuerdo | Moderadamente de acuerdo | Totalmente de acuerdo |
|----|---|--------------------------|-----------------------------|---------------|------------|--------------------------|-----------------------|
| 1  | Encuentro satisfacción en rezar a Dios en privado.  |                          |                             |               |            |                          |                       |
| 2  | Creo que Dios me ama y cuida de mí.   |                          |                             |               |            |                          |                       |
| 3  | Creo que Dios es alguien impersonal al que le tiene sin cuidado mis situaciones cotidianas. |                          |                             |               |            |                          |                       |
| 4  | Tengo una relación personal significativa con Dios.   |                          |                             |               |            |                          |                       |
| 5  | Me siento bien de saber que Dios dirige mi vida.  |                          |                             |               |            |                          |                       |
| 6  | Creo que Dios está interesado en mis problemas.   |                          |                             |               |            |                          |                       |
| 7  | Mi relación con Dios es pocosatisfactoria.  |                          |                             |               |            |                          |                       |
| 8  | Mi relación con Dios me ayuda a no sentirme solo (a).                                       |                          |                             |               |            |                          |                       |
| 9  | Me siento completamente satisfecho(a) cuando estoy en comunión con Dios.                    |                          |                             |               |            |                          |                       |
| 10 | Mi relación con Dios contribuye a mi sensación de bienestar en general.                     |                          |                             |               |            |                          |                       |
| 11 | Creo que Dios tiene un propósito especial para mi vida.                                     |                          |                             |               |            |                          |                       |

## Escala de Depresión

### (PHQ-9)

| Durante las últimas 2 semanas ¿Qué tan seguido ha tenido molestias debido a los siguientes problemas?, marque para indicar su respuesta. |   | Ningún día | Varios días | Más de la mitad de los días | Casi todos los días |
|--|---|------------|-------------|-----------------------------|---------------------|
| 1  | Poco interés o placer en hacer cosas.   |            |             |                             |                     |
| 2  | Se ha sentido decaído(a), deprimido(a) o sin esperanzas.  |            |             |                             |                     |
| 3  | Ha tenido dificultad para quedarse o permanecer dormido(a), o ha dormido demasiado.   |            |             |                             |                     |
| 4  | Se ha sentido cansado(a) o con poca energía.  |            |             |                             |                     |
| 5  | Sin apetito o ha comido en exceso.  |            |             |                             |                     |
| 6  | Se ha sentido mal con usted mismo(a)-o que es un fracaso o que ha quedado mal con usted mismo(a) o con su familia.  |            |             |                             |                     |
| 7  | Ha tenido dificultad para concentrarse en ciertas actividades, tales como leer el periódico o ver la televisión.  |            |             |                             |                     |
| 8  | ¿Se ha movido o hablado tan lento que otras personas podrían haberlo notado? O lo contrario – muy inquieto(a) o agitado(a) que ha estado moviéndose mucho más de lo normal. |            |             |                             |                     |
| 9  | Pensamientos de que estaría mejor muerto(a) o de lastimarse de alguna manera.   |            |             |                             |                     |

### Escala de Ansiedad Generalizada (GAD-7)

| Nº | Señale con qué frecuencia ha sufrido los siguientes problemas en los últimos 15 días. | Nunca | Menos de la mitad de los días | Más de la mitad de los días | Casi todos los días |
|----|---|-------|-------------------------------|-----------------------------|---------------------|
| 1  | Se ha sentido nervioso, ansioso o muy alterado.                                       |       |                               |                             |                     |
| 2  | No ha podido dejar de preocuparse.  |       |                               |                             |                     |
| 3  | Se ha preocupado excesivamente por diferentes cosas.                                  |       |                               |                             |                     |
| 4  | Ha tenido dificultad para relajarse.  |       |                               |                             |                     |
| 5  | Se ha sentido tan intranquilo que no podía estar quieto.                              |       |                               |                             |                     |
| 6  | Se ha irritado o enfadado con facilidad.  |       |                               |                             |                     |
| 7  | Ha sentido miedo, como si fuera a suceder algo terrible.                              |       |                               |                             |                     |