



UNIVERSIDAD  
PRIVADA  
DEL NORTE

# FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD

CARRERA DE PSICOLOGÍA

“ESTRESORES FAMILIARES Y CALIDAD DE VIDA EN SOLDADOS DE UN CUARTEL MILITAR DE LA LIBERTAD”

Tesis para optar el título profesional de:

**Licenciado en Psicología**

**Autor:**

Bach. Ramiro Anibal Rojas Villegas

**Asesor:**

Mg. Janeth Imelda Suárez Pasco

Trujillo - Perú

2020

## DEDICATORIA

A mi abuela Gladis, a mis tías Enma y Elena,  
Por ser mi soporte y sustento incondicional  
Por su preocupación y motivación constante  
Porque sin ellas nada habría sido posible.

A mi hermana María José  
Por ser la razón de mi superación  
Por cuidar de mí día a día.

## AGRADECIMIENTO

Agradezco a Dios por la vida y las oportunidades concedidas en ella, por velar mis pasos y renovar mis fuerzas permitiéndome avanzar hasta este punto. Doy gracias a mis docentes por transmitirme en cada interacción la pasión, el respeto y el amor por nuestra disciplina. Me llevo las mejores enseñanzas de todos ellos. Doy gracias a aquellos amigos con los que compartí experiencias enriquecedoras y que me impulsaron a superarme a diario. Agradezco a mi familia por alentarme y acompañarme durante todo el proceso que significó mi vida universitaria.

## Tabla de contenidos

DEDICATORIA.....	2
AGRADECIMIENTO.....	3
ÍNDICE DE TABLAS.....	5
RESUMEN	8
CAPITULO I. INTRODUCCIÓN	9
CAPÍTULO II. METODOLOGÍA.....	29
CAPÍTULO III. RESULTADOS.....	39
CAPÍTULO IV. DISCUSIÓN Y CONCLUSIONES.....	45
REFERENCIAS.....	54
ANEXOS.....	58

## ÍNDICE DE TABLAS

Tabla N° 1. <i>Correlación entre la V.I. Estresores Familiares y la V.D. Calidad de vida</i> .....	40
Tabla N° 2. <i>Correlación entre la V.I. Estresores Familiares y la dimensión física de la V.D. Calidad de Vida</i> .....	41
Tabla N° 3. <i>Correlación entre la V.I. Estresores Familiares y la dimensión emocional de la V.D. Calidad de Vida</i> .....	42
Tabla N° 4. <i>Correlación entre la V.I. Estresores Familiares y la dimensión social de la V.D. Calidad de Vida</i> .....	43
Tabla N° 5. <i>Correlación entre la V.I. Estresores Familiares y la dimensión relaciones personales de la V.D. Calidad de Vida</i> .....	44
Tabla N° 6. <i>Correlación entre la V.I. Estresores Familiares y la dimensión aficiones y vacaciones de la V.D. Calidad de Vida</i> .....	45
Tabla N° 7. <i>Baremo para todo el instrumento Calidad de Vida</i> .....	65
Tabla N° 8. <i>Baremo para el instrumento Calidad de Vida por dimensiones</i> .....	65
Tabla N° 9. <i>Estadísticas de fiabilidad para el instrumento EPESA aplicado a los 8 estresores positivos</i> .....	66
Tabla N° 10. <i>Estadísticas de fiabilidad para el instrumento EPESA aplicado a los 10 estresores negativos</i> ,.....	66
Tabla N° 11. <i>Estadísticas de fiabilidad para el instrumento EPESA aplicado a los 18 estresores</i> .....	66
Tabla N° 12. <i>Estadísticas de fiabilidad para el Cuestionario de Calidad de Vida</i> .....	67
Tabla N° 13. <i>Estadísticas de fiabilidad para el Cuestionario de Calidad de Vida aplicado a todo el instrumento</i> .....	67
Tabla N° 14. <i>Distribución de frecuencia porcentual por edades</i> .....	67
Tabla N° 15. <i>Frecuencia de estresores familiares clasificados por tipo de estresor</i> .....	68

Tabla N° 16. <i>Estresores familiares ordenados de forma descendente</i> .....	69
Tabla N° 17. <i>Estadística descriptiva de estresores</i> .....	71
Tabla N° 18. <i>Estresor 1: Cambio importante en casa *Estresor 2: Mudanza (Tabulación Cruzada)</i> .....	72
Tabla N° 19. <i>Estresor 1: Cambio importante en casa *Estresor 3: Accidente (Tabulación Cruzada)</i> .....	73
Tabla N° 20. <i>Estresor 1: Cambio importante en casa *Estresor 4: Enfermedades (Tabulación Cruzada)</i> .....	74
Tabla N° 21. <i>Estresor 1: Cambio importante en casa *Estresor 5: Drogas (Tabulación Cruzada)</i> .....	75
Tabla N° 22. <i>Estresor 1: Cambio importante en casa *Estresor 6: Matrimonio (Tabulación Cruzada)</i> .....	76
Tabla N° 23. <i>Estresor 1: Cambio importante en casa</i> .....	77
Tabla N° 24. <i>Estresor 2: Mudanza</i> .....	77
Tabla N° 25. <i>Estresor 3: Accidente</i> .....	78
Tabla N° 26. <i>Estresor 4: Enfermedades</i> .....	78
Tabla N° 27. <i>Estresor 5: Drogas</i> .....	79
Tabla N° 28. <i>Estresor 6: Matrimonio</i> .....	79
Tabla N° 29. <i>Estresor 7: Embarazo</i> .....	80
Tabla N° 30. <i>Estresor 8: Aborto</i> .....	80
Tabla N° 31. <i>Estresor 9: Llegada de un nuevo miembro familiar</i> .....	81
Tabla N° 32. <i>Estresor 10: Bebé recién nacido</i> .....	81
Tabla N° 33. <i>Estresor 11: Adopción</i> .....	82
Tabla N° 34. <i>Estresor 12: Mudanza</i> .....	82

Tabla N° 35. <i>Estresor 13: Ausencia de padres</i> .....	82
Tabla N° 36. <i>Estresor 14: Alejamiento de un familiar</i> .....	83
Tabla N° 37. <i>Estresor 15: Discusión</i> .....	83
Tabla N° 38. <i>Estresor 16: Cambio de status marital</i> .....	84
Tabla N° 39. <i>Estresor 17: Divorcio</i> .....	84
Tabla N° 40. <i>Estresor 18: Muerte</i> .....	85
Tabla N° 41. <i>Consolidado porcentual de estresores en un año</i> .....	85
Tabla N° 42. <i>Media y desviación estándar de Calidad de Vida por ítems</i> .....	86
Tabla N° 43. <i>Media y desviación estándar de las dimensiones de Calidad de Vida</i> .....	88

## RESUMEN

La presente investigación titulada “Estresores familiares y calidad de vida en soldados de un cuartel militar de La Libertad” tuvo como objetivo general determinar si existe correlación inversa entre las variables mencionadas. La investigación es de tipo transversal, con un diseño descriptivo correlacional inversa. Los instrumentos que se utilizaron son dos encuestas validadas por los autores de dichos instrumentos: La encuesta Peruana de estresores familiares (EPESA) y el Test de calidad de vida. La población estuvo conformada por 270 soldados de una unidad del Ejército del Perú, la muestra final se redujo a 100 soldados. Se hizo un estudio de 18 estresores familiares. Los resultados demostraron que los estresores con mayor puntaje son: Discusión (78 puntos), enfermedades (67 puntos), drogas (27 puntos) y cambio importante en casa (24 puntos). La calidad de vida de los soldados es afectada en las dimensiones física, emocional, social, relaciones interpersonales, aficiones y vacaciones. Se concluyó que existe una correlación inversa entre las variables calidad de vida y estresores familiares de los soldados de un cuartel militar de La Libertad, demostrado con el Coeficiente de Correlación del Producto Momento de Pearson ( $r$ ) de  $-0.337$  con significancia bilateral de  $0.027 < 0.05$  y esto es debido a que si aumenta el nivel de los estresores entonces disminuye la calidad de vida.

Palabras claves: Estresores familiares, calidad de vida, soldados.



## CAPÍTULO I. INTRODUCCIÓN

### I.1. Realidad problemática

Existen pocas investigaciones relacionadas a estresores familiares y calidad de vida en soldados que brindan servicio militar voluntario al Ejército Peruano, lo cual amerita, diagnosticar si existe relación entre ambas variables, con la finalidad de contar con la capacidad de apoyarlos en su adaptabilidad al ámbito militar para estar en las condiciones de detectar situaciones desencadenantes de estrés al conocer la calidad de vida y los estresores de los soldados (Jara, 2016).

Según el Ministerio de Defensa (2013) el Ejército Peruano requiere que el personal militar sea competente tanto física como mentalmente, con capacidades, habilidades y destrezas según las funciones que desempeñan, con calidad de vida y un alto grado de satisfacción por pertenecer a la institución militar. Por tanto es vital que los soldados se adapten al ambiente militar desempeñando con eficiencia y eficacia el rol que deben cumplir. Es necesario entonces estudiar los estresores familiares que pueden afectar el cumplimiento de sus funciones, sobre todo cuando existen familias disfuncionales que interfieren en la calidad de vida de los soldados.

La presente investigación nos permite determinar cómo los estresores familiares inciden en la calidad de vida de los soldados de un cuartel militar del Ejército del Perú, debiéndose demostrar si existe una relación causal, mediante un estudio descriptivo correlacional (causa – efecto), permitiendo sentar las bases en la institución militar

objeto de estudio, además en la Marina de Guerra y en la Fuerza Aérea. Asimismo, se escogió estudiar calidad de vida, puesto que, los soldados evidencian problemas relacionados con la familia, impactando estos en sus vidas. Por tanto, esta investigación demostrará si existe relación entre las variables propuestas.

La investigación se justifica, porque aborda la relación entre estresores familiares y calidad de vida en los soldados como objeto de estudio, tópicos que son de interés en la comunidad científica. En este ámbito, el estudio se apoya al no encontrar publicaciones que planteen la problemática vinculada con los estresores familiares positivos y negativos que afectan al estrés de los reclutas de una unidad del Ejército del Perú, incluyendo otros factores que condicionarían el incremento de ella. Asimismo, se hace importante diferenciar la incidencia que tienen los estresores familiares en la calidad de vida de los soldados; y aunque este tema se estudie desde hace algunos años, aún no se ha masificado su investigación por las pocas que se han encontrado, lo cual debe ser tomado en cuenta por futuros investigadores; debido a que es un problema que puede observarse dentro de los cuarteles militares y puede ser investigado por profesionales abocados al estudio del comportamiento humano.

Desde el aspecto práctico, la investigación puede replicarse en diferentes cuarteles, y en las demás divisiones militares (Fuerza Aérea y Marina de Guerra). Así también, se puede relacionar la variable estresores familiares con el grado de satisfacción de los soldados en su desempeño dentro de la institución o el efecto de los estresores

familiares en la depresión de los militares, entre otros. Finalmente, los resultados encontrados en la investigación brindan alcances en cuanto a un nuevo abordaje en el estudio de los estresores familiares, ya que además de los posibles problemas relacionados con estos, en la actualidad se debe tomar en cuenta el impacto en la calidad de vida y en el desempeño de las funciones que realizan los soldados del Ejército del Perú.

A continuación, se presentan las investigaciones internacionales que se tomaron como antecedentes de estudios los cuales están relacionados con las variables estresores y calidad de vida.

Ospina (2016) investigó “Síntomas, niveles de estrés y estrategias de afrontamiento en una muestra de estudiantes masculinos y femeninos de una institución de educación superior militar: análisis comparativo”, en la Universidad Católica de Colombia, su objetivo fue identificar y comparar los síntomas y niveles de estrés y las estrategias de afrontamiento adoptadas por la población en estudio, tanto en su formación militar como académica. El estudio fue de tipo cuantitativo, descriptivo, correlacional y comparativo. Los participantes fueron 261 estudiantes que estuvieron matriculados en dicha institución, 43 mujeres y 218 hombres con edades comprendidas entre los 18 y los 24 años, que fueron dados de alta para adelantar sus estudios superiores en esta institución, con condiciones adecuadas, tanto de salud física como psicológica, y que no presentaron ningún tipo de antecedente judicial o administrativo. Como

instrumentos se utilizaron: el Cuestionario para la evaluación del estrés, tercera versión Villalobos, Gloria (2010) y la Escala de estilos y estrategias de afrontamiento. El análisis Londoño, Henao, Puerta, Posada, Arango, y Aguirre (2006) comparativo se llevó a cabo utilizando la “t de Student”, y el análisis correlacional, por medio de la “r de Pearson”; adicionalmente se utilizó la “h de Tukey” para refinar el análisis. Los resultados de la aplicación demuestran que no hay diferencias estadísticamente significativas entre los dos sexos en las variables estudiadas y que tanto los niveles de estrés como las estrategias de afrontamiento a este son similares para ambos sexos en todas las carreras y semestres.

Fúnez (2018) en su investigación “Calidad de vida relacionada con la salud y resiliencia en militares españoles” realizada en la Universidad de Lleida de España, es una investigación descriptiva y transversal con un cuestionario sociodemográfico basado en el cuestionario “SF – 36” con una estadística descriptiva basada en pruebas paramétricas t-Student, Anova y pruebas no paramétricas U-de Mann-Whitney y coeficiente Rho de Spearman para asociaciones de variables. El resultado fue que la calidad de vida de los militares en salud global mental obtuvo  $50.5 \pm 9.7$  puntos. Se concluye que los soldados no tienen índices superiores de calidad de vida, influyendo el tiempo de permanencia en las Fuerzas Armadas en la calidad de vida.

Aguirre (2014) en su investigación “Estresores laborales y calidad de vida en pilotos hispanoparlantes de aeronaves comerciales” de la Universidad de Salamanca en

España; es una investigación de tipo correlacional, la muestra fue de 374 individuos, los instrumentos fueron el cuestionario A para los estresores laborales y el cuestionario B para la calidad de vida, los resultados indicaron en el factor físico 43,5 % percibe incidencia media de estresores, en el factor organizacional el 56.1% percibe una alta incidencia de estresores y en el factor de relaciones interpersonales el 88% percibe baja incidencia. Se concluye que las categorías de estresores laborales afectan a los pilotos incrementando el estrés laboral, para esto se debe implementar estrategias que permitan un desempeño óptimo de los pilotos sin estrés mejorando la calidad de vida a nivel del desempeño laboral.

Torres (2013) en su investigación “La familia, estresores vitales y su correlación con el apoyo social” realizada en la Universidad de Oviedo de España. El estudio es de tipo correlacional con un diseño bietápico. La característica de la muestra fue del sexo femenino de 47,514 y el número de varones de 45,563. Se utilizaron como instrumentos un cuestionario PECVEC y un instrumento para evaluar la dinámica psicosocial de las familias en Ocotlán. Se analizaron estadísticamente los siguientes estresores negativos: baja situación económica, enfermedad crónica de algún miembro de la familia, muerte inesperada, hospitalización prolongada; adicciones y violencia familiar, intentos suicidas de algún familiar, enfermedades psiquiátricas, haber miembros con problemas con la ley (familiares en la cárcel) y accidentes. También se analizaron estresores positivos tales como: regreso esperado de un familiar, nacimiento de un hijo, matrimonio, entrada de un hijo a la escuela, hijo adolescente, embarazo, cambio de

vivienda y jubilación. Así mismo, se analizó la calidad de vida a nivel de género, de ocupación masculina y femenina. Existe una relación significativa entre el impacto de los eventos vitales en el sistema familiar, el apoyo social y la calidad de vida.

A continuación, se presentan las investigaciones nacionales que se tomaron como antecedentes de estudios tomando en cuenta los estresores familiares y la calidad de vida.

Ochoa (2018) en su investigación “Estrés laboral y Calidad de vida en técnicos de enfermería del Hospital de Huaycán, 2018” realizada en la Universidad César Vallejo de Lima, es de tipo descriptivo correlacional, con diseño no experimental de corte transversal, la muestra fue de 86 técnicos. Los resultados fueron en la dimensión agotamiento emocional existe una correlación inversa moderada entre ambas variables, en la dimensión despersonalización existe una correlación directa baja entre ambas variables y por último en la dimensión de realización personal existe una correlación inversa moderada. Se concluye que la relación entre las variables estrés laboral y calidad de vida es inversa y significativa.

Jara, (2016) en su investigación “Estresores familiares y calidad de vida en postulantes al servicio militar voluntario de la marina de guerra del Perú abril 2016” en la Universidad de San Martín de Porres de Lima – Perú. Estudio cuantitativo, correlacional, transversal, no experimental y analítico. La población fue de 127

postulantes y la muestra 101 adolescentes postulantes. Los instrumentos fueron Encuesta Peruana de estresores psicosociales en adolescentes (EPESA) y Cuestionario de calidad de vida de Mezzich, Juan. Los estresores fueron: nacimientos, embarazo, boda, muerte, divorcios, descuido del hogar, mudanzas, discusiones fuertes, llegada de un familiar, enfermedad, abortos. Para la calidad de vida: bienestar físico, psicológico, autocuidado e independencia, funcionamiento ocupacional, apoyo social – emocional – comunitario, plenitud personal, satisfacción espiritual. Se concluyó en que no existe relación entre las variables estresores familiares y calidad de vida en los postulantes objeto de estudio. Los estresores familiares influyentes que se encontraron fueron de bajo estrés familiar tal como la llegada de un nuevo miembro en la familia recién nacido, y las de menor presentación un cambio en el status marital de los padres por volverse a casar, adopción de un niño y separación de los padres por trabajo. Se encontró buena calidad de vida, siendo las preguntas de mayor puntuación el autocuidado con funcionamiento independiente y el funcionamiento interpersonal, y la de menor puntuación el apoyo comunitario. Los estresores familiares influyentes tanto bajo, moderado, alto y muy alto en los postulantes objeto de estudio es de buena calidad de vida.

Lévano (2018) en su investigación “Afrontamiento al estrés en el personal militar de diferentes unidades hospitalarias del Hospital Militar Central del Perú CrI. Luis Arias Schreiber” realizada en la Universidad Nacional Federico Villareal de Lima – Perú, fue una investigación de tipo no experimental, con un diseño descriptivo, tuvo como

objetivo general determinar los estilos de afrontamiento al estrés en el personal militar de tropa hospitalizado en diferentes unidades del Hospital Militar Central, se realizó la comparación de las estrategias de afrontamiento en función de la edad, lugar de procedencia, grado de instrucción, zona de servicio y unidad hospitalaria. Se aplicó un muestreo no probabilístico, con un periodo referencial del 30 de octubre al 01 de diciembre del 2017 para la aplicación del instrumento, la muestra se calculó en 61 participantes, todos varones con edades entre los 18 y 25 años. Se aplicó el inventario de Afrontamiento al Estrés Brief COPE (COPE-28) de Carver. Los resultados describen que el estilo más usado por los participantes es el funcional, las estrategias más usadas son: Afrontamiento activo, Aceptación, Planificación y Reinterpretación positiva; mientras que las menos usadas son: Desahogo, Desconexión conductual y Uso de sustancias. Asimismo, se halló diferencias significativas para algunas estrategias de afrontamiento en función de la edad, grado de instrucción, lugar de procedencia y zona de servicio. No se halló diferencias significativas en función de la unidad Hospitalaria.

Tarazona (2016) en su investigación “Estado de ánimo y estresores de estudios en postulantes al servicio militar voluntario de la marina de guerra del Perú abril 2016” realizada en la Universidad de San Martín de Porres de Lima – Perú, mediante las encuestas validadas y aplicadas, identifica los estresores el estado de ánimo y los estresores de estudio para ver se existe una relación entre ellos así como determinar si el sexo es un factor de protección frente a presencia de factores que alteren el estado de ánimo o se convierten en estresores de estudio. Para ello se evaluó a toda la



población que son el 100% de postulantes menores de 20 años un total de 101 postulantes, entre hombres (75,2%) y mujeres (24,8%), al servicio militar voluntario en la Marina de Guerra del Perú durante el mes de abril del 2016. En general se evidencia un buen estado de ánimo, buen afronte de estresores de los estudios y que no existe una relación entre dichas variables. Se encontró que las mujeres presentan un mejor estado de ánimo y un mejor afronte ante los estresores académicos en relación a los hombres. Los resultados no son significativos como para afirmar que el sexo femenino es un factor de protección ante situaciones que alteren estas variables.

Celis (2016) en su investigación “Estrés Laboral y Satisfacción Laboral en el personal civil de una Institución Militar en el Callao”, en la Universidad César Vallejo de Lima, es una investigación de tipo descriptiva correlacional con un diseño no experimental de corte transversal. La muestra fue de 150 trabajadores del personal civil. Se utilizó el instrumento Escala de estrés laboral de la OIT para medir el nivel de estrés laboral y el instrumento SL/SPC (Sonia Palma Carrillo) para medir el nivel de satisfacción laboral. Los resultados mostraron que la relación no es significativa entre las variables investigadas estrés y satisfacción por la calidad de vida laboral.

En las bases teóricas, se define a la familia militar a todo hombre o mujer, ya sean los padres o hijos, en el que por lo menos uno de los mencionados es militar y comparten el mismo techo (Gómez, 2012).

Por otro lado, se delimita al estrés como el procedimiento que tiene relación con acciones neuroendocrinas, inmunológicas, emocionales y conductuales frente a situaciones que demanden una adaptabilidad más exigente para la persona que representan una amenaza para su integridad biopsicosocial (Trucco, 2002).

Los estresores, factores estresantes, o situaciones desencadenantes del estrés, son cualquier estímulo, externo o interno (tanto físico, químico, acústico o somático, como sociocultural) que de una manera aguda o crónica, podría ser percibido por el individuo como importante, peligroso o potencialmente capaz de modificar su vida, propiciando la desestabilización en el equilibrio dinámico del organismo (Lucini y Pagani, 2012).

Estresores son los estímulos que inducen al estrés de una forma determinada Comin (2003). Cuando un estresor incide o se activa entonces afecta al organismo reaccionando a través de la activación del sistema nervioso vegetativo (glándulas suprarrenales, aumento de la tasa cardíaca y presión sanguínea, aumento de la respiración) y ciertos procesos del SNC (Molina, Gutiérrez, Hernández y Contreras, 2008).

La teoría del estrés familiar en el modelo MRS, consiste en ocurrencias de suficiente magnitud que implican tensión para los padres, así como cambios dentro de las relaciones padre-hijo y familiares. (Esteinou, 2006)

Estresor familiar significa que el estresor se genera dentro de la familia, siendo de vital importancia controlarlo debido al riesgo psicosocial que afecta a la familia en sus relaciones interpersonales, relaciones educativas y relaciones emocionales. Las investigaciones en familias disfuncionales generan estresores familiares (Quintana y Sotil, 2000).

El estrés, para la presente investigación, es conceptualizado como la acumulación de tensiones y estresores familiares al punto de exceder el límite de la capacidad de auto nivelación del sistema familiar, lo que genera la disfunción familiar y afecta al bienestar de los que integran la familia (McCubbin, Hamilton y Patterson, 1982).

El sistema familiar enfrenta a lo largo de su ciclo vital muchos estresores familiares, que varían en su frecuencia, y de igual forma se ve afectado por el tipo de disfunción familiar y se busca resolver los problemas que generan los dichos estresores. Algunas familias no están en la capacidad de enfrentarlos, son incapaces de manejar estas demandas y pueden sufrir consecuencias tan graves como la violencia, los conflictos interpersonales extremos o la mala salud. No obstante, muchas familias se han mostrado capaces de afrontar y soportar los desafíos en todo su ciclo vital y de producir ajustes (Olson, 1988).

La clasificación de los estresores es normativo y no normativo, los estresores normativos pertenecen a las etapas del ciclo vital familiar y representan

acontecimientos que se manifiestan en la gran mayoría de los miembros que integran el sistema familiar en un momento determinado del ciclo de vida familiar. Por ejemplo, nacimiento, salida de los hijos, jubilación, etc. Los estresores no normativos son aquellos estresores que no son frecuentes en todas las familias o pueden ocurrir de forma inesperada o imprevisible, por ejemplo, la enfermedad de un familiar o la muerte de un hijo antes que sus padres, un incendio, que una madre o padre muera siendo joven por un accidente. (Stora, 1982).

Una clasificación similar de los estresores es la que realiza Murcio (2007), en función a la naturaleza del estresor. Estrés emocional son aquellos conflictos o desacuerdos que generan cambios en la vida del individuo. Estrés por enfermedad son generados por el deterioro de la condición física de la persona debido a una afección o un dolor. Estrés por factores ambientales son aquellos estresores que son generados por impacto de un clima extremo en frío o calor, de igual forma las ciudades que están muy elevadas sobre el nivel del mar, afectan a las personas que no están acostumbradas a dichas altitudes. Ejercicio extremo son aquellos ejercicios que exigen mucho más de lo normal al cuerpo tales como los deportes extremos.

Los estresores varían debido a su duración y a su intensidad, tales como los estresores agudos (intensos y de escasa duración) y estresores crónicos (cuya presencia y efecto se extiende en el tiempo). El estrés es a corto plazo, estimulante, pero agotador y puede dejar incluso secuelas en las personas. Un ejemplo de estrés agudo sería experimentar

una guerra. El estrés crónico es el estrés a largo plazo, el cual no tiene una función adaptativa y protectora en el organismo, y da lugar a carga que induce el desarrollo de patologías (Molina, Gutiérrez, Hernández y Contreras, 2008).

El autor identifica tres categorías de estresores. Uno de ellos son sucesos vitales altamente traumáticos que se refieren a eventos tales como desastres naturales, situaciones de guerra entre otros.

Sucesos vitales mayores son acontecimientos usuales en la vida de las personas, algunos no son necesariamente traumáticos como el matrimonio o el nacimiento de un hijo; otros en cambio sí pueden ser traumáticos en cierta medida como sufrir un accidente o la pérdida de un ser querido. Microeventos o sucesos vitales menores: consisten en pequeños problemas que ocurren cotidianamente. Estresores ambientes: no se les denomina sucesos vitales dado que no requieren un reajuste en las condiciones del organismo ya que se refieren a circunstancias del contexto socio físico como el ruido, tráfico, contaminación entre otros (Rodríguez y Frías, 2005).

Existen algunas teorías sobre estresores, uno de ellos es el Modelo ABCX de crisis familiar, donde se considera que los estresores familiares es el resultado de múltiples factores que interactúan, el estrés está en función de los recursos personales, familiares y comunitarios, así como de aquellas respuestas por las respuestas de afrontamiento familiar y tiene permanente adaptabilidad que ajusta el sistema familiar.

El modelo conceptualiza los siguientes factores en conjunto, a) Evento estresor y penurias en interacción, b) Los recursos familiares con los que se hace frente al estrés y a las transiciones en interacción con c) La definición que hace la familia de la situación d) La definición que hace la familia de la situación el resultado e) La tensión o angustia esta produce la crisis considerada como una variable constante denota conductas disruptivas, desorganización o incapacidad en el sistema familiar. Es decir, la crisis denota la incapacidad de la familia para mantener el equilibrio y la estabilidad (McCubbin, Hamilton, Sussman, Merry y Patterson, 1983).

Los estresores están comprendidos por dos dimensiones los cuales son estresores negativos y positivos. Los estresores negativos se refieren a la baja situación económica, enfermedad crónica de algún miembro de la familia, muerte inesperada, hospitalización prolongada; adicciones y violencia familiar, intento suicida de algún familiar, enfermedades psiquiátricas, haber miembros con problemas con la ley (familiares en la cárcel) y accidentes. Los estresores positivos son, por ejemplo, el regreso esperado de un familiar, nacimiento de un hijo, matrimonio, entrada de un hijo a la escuela, hijo adolescente, embarazo, cambio de vivienda y jubilación (Torres, 2013).

Se define a la calidad de vida como el nivel de condición de las personas que se refleja en el grado de satisfacción que experimenta el individuo (Salgado, 2003).

También se define a la calidad de vida como la combinación de las condiciones de vida y la satisfacción personal ponderadas por la escala de valores, aspiraciones y expectativas personales (Gómez y Sabeh, 2016).

La calidad de vida debe ser integral, involucrando un conjunto de factores que están interrelacionados entre sí, el concepto debe de implicar una serie de factores interrelacionados, los cuales ofrecerían una visión multireferencial desde donde debe partir toda iniciativa para cualquier movimiento que pretenda transformar la realidad, con miras al mejoramiento de la calidad de vida para las generaciones presentes o futuras (Rodríguez y García, 2005).

La calidad de vida equivale al bienestar, felicidad y satisfacción de la persona garantizando su capacidad biopsicomotriz, relacionada con las necesidades primarias básicas que han quedado satisfechas con un mínimo de recursos (Oblitas, 2008).

Se han aplicado diferentes indicadores para calificar la calidad de vida tales como la calidad en función a la salud que percibe las consecuencias de las enfermedades y sus respectivos tratamientos y cómo se percibe el bienestar de tener una buena calidad de vida. Utilizando el índice de calidad de vida de Mezzich, Juan y colaboradores, que evalúan diez áreas para determinar la calidad de vida, empleando una escala de diez puntos (Mezzich et al, 2006).

La base teórica para la variable calidad de vida está fundamentada en el perfil de salud de Nottingham y está conformado en dos partes. La primera contiene seis dimensiones en funcionamiento social tales como energía, dolor, reacciones emocionales, sueño, aislamiento social y movilidad física. La segunda se relaciona con áreas de actividades afectadas por la salud como el trabajo, labores del hogar, relaciones personales, sexuales y sociales, aficiones y vacaciones, en base al cual se elaboró un instrumento que se usa como indicador de calidad de vida de militares. Se trata de un instrumento genérico para la medida del sufrimiento físico, psicológico y social asociados a problemas médicos, sociales y emocionales y del grado en que dicho sufrimiento afecta a la vida de los individuos (Jiménez, 2018).

Las dimensiones de la calidad de vida son cinco, la primera es la dimensión física que se refiere a la satisfacción e insatisfacción de necesidades, nivel de funcionalismo y sintomatología general. Es la dimensión más importante que determina la calidad de vida de una persona, este componente será considerado como el nivel de función habilidad que presenta el individuo de acuerdo a la satisfacción o insatisfacción de sus necesidades. La segunda es la dimensión emocional que se refiere a sentimientos de bienestar general, ansiedad, depresión y control emocional, afectos positivos y autoestima, la satisfacción de estas necesidades emocionales básicas (aceptación, suficiencia, afecto) el no poder protegerse de amenazas reales o imaginarias, la presión generada por sus expectativas de bienestar o malestar y la capacidad de resolver



conflictos origina sentimientos y/o conductas no deseadas siendo las más frecuentes la ansiedad excesiva, depresión marcada, y la falta de control emocional lo cual puede exacerbar las molestias físicas, estados de crisis e incluso presentar comportamientos neuróticos que pueden ocasionar desesperanza y frustraciones (Jiménez, 2018).

La tercera es la dimensión social que comprende la percepción de sus interacciones sociales en general, nivel económico social, laboral y status que presenta el individuo, esta dimensión comprende todos los elementos que conforman lo que llamamos sociedad, el ser humano no puede ser reducido a su estructura biológica porque su naturaleza está ligada a un ambiente físico, cultural, social, familiar y psicosocial indisoluble asociado e integrado como una unidad lo que implica estructuras, funciones, actividades, grupos, clases sociales, relaciones interpersonales familia y vida económica (Jiménez, 2018).

La cuarta dimensión es la de relaciones interpersonales que la interacción con el medio ambiente, grupos sociales y desenvolvimiento en la sociedad. Las relaciones interpersonales son importantes para el disfrute inmediato, para la intimidad y para apoyar la tensión de los problemas propios del individuo, así mismo las relaciones interpersonales ayudan a la salud y la ausencia de esta la deterioran. Según Mause, indica que los vínculos sociales pueden fomentar el sentimiento de fijarse un propósito en la vida y mantener la coherencia. Las relaciones interpersonales, especialmente con los miembros de la familia son muy importantes para el desarrollo de cada individuo,

ya que la familia es la fuente primaria de apoyo emocional y con frecuencia los lazos familiares que perduran durante toda la vida. La sexta y última dimensión es la de afición de vacaciones que se refiere a los periodos de recreación y paseos que uno se programa dentro de un periodo dado (Jiménez, 2018).

## **I.2. Formulación del problema**

¿Existe correlación inversa entre los estresores familiares y la calidad de vida en los soldados de un cuartel militar de La Libertad?

## **I.3. Objetivos**

### **I.3.1. Objetivo general**

Determinar si existe correlación inversa entre los estresores familiares y la calidad de vida en los soldados de un cuartel militar de La Libertad.

### **I.3.2. Objetivos específicos**

- Determinar la correlación inversa entre los estresores familiares en la dimensión física de la calidad de vida de los soldados de un cuartel militar de La Libertad.
- Determinar la correlación inversa entre los estresores familiares en la dimensión emocional de la calidad de vida de los soldados de un cuartel militar de La Libertad.

- Determinar la correlación inversa entre los estresores familiares en la dimensión social de la calidad de vida de los soldados de un cuartel militar de La Libertad.
- Determinar la correlación inversa entre los estresores familiares en la dimensión relaciones personales de la calidad de vida de los soldados de un cuartel militar de La Libertad.
- Determinar la correlación inversa entre los estresores familiares en la dimensión de aficiones y vacaciones de la calidad de vida de los soldados de un cuartel militar de La Libertad.

#### **I.4. Hipótesis**

##### **I.4.1. Hipótesis general**

Existe correlación inversa entre los estresores familiares y la calidad de vida de los soldados de un cuartel militar de La Libertad.

##### **I.4.2. Hipótesis específicas**

- Existe una correlación inversa entre los estresores y la dimensión física de la calidad de vida de los soldados de un cuartel militar de La Libertad.
- Existe una correlación inversa entre los estresores y la dimensión emocional de la calidad de vida de los soldados de un cuartel militar de La Libertad.
- Existe una correlación inversa entre los estresores y la dimensión social de la calidad de vida de los soldados de un cuartel militar de La Libertad.

- Existe una correlación inversa entre los estresores y la dimensión relaciones personales de la calidad de vida de los soldados de un cuartel militar de La Libertad.
- Existe una correlación inversa entre los estresores y la dimensión afición y vacaciones de la calidad de vida de los soldados de un cuartel militar de La Libertad.

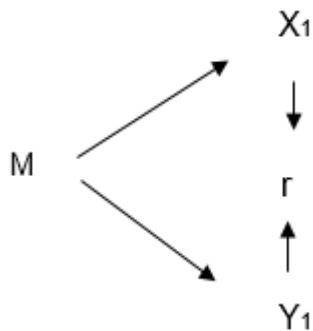
## CAPÍTULO II. METODOLOGÍA

### 2.1. Tipo de investigación

El tipo de investigación fue transversal, según su finalidad es aplicada, lo cual se fundamenta porque se analizó y describió las variables de investigación en un determinado momento o tiempo, a través de una recolección de datos (Hernández et al., 2014).

El diseño fue descriptivo correlacional buscándose relación entre ellas, dentro de una misma población, en función de la correlación existente entre ambas. (Hernández et al., 2014).

La presente investigación fue no experimental debido a que permitió el estudio de variables cuyas causas y efectos a investigar ya estaban dados y manifestados. (Hernández et al., 2014). Por lo antes mencionado, para conocer el grado de relación entre las variables estresores familiares y calidad de vida en soldados del cuartel militar de La Libertad, se esquematiza de la siguiente forma:



**Donde:**

M : Muestra

r : Relación

X1 : Medición de estresores

Y2 : Medición de calidad de vida

El estudio es cuantitativo y por su enfoque es correlacional inversa. Según Cancela et al (2010), los estudios correlacionales comprenden aquellos en los que estamos interesados en describir o aclarar las relaciones existentes entre las variables más significativas, mediante el uso de los coeficientes de correlación. Estos coeficientes de correlación son indicadores matemáticos que aportan información sobre el grado, intensidad y dirección de la relación entre variables; por su alcance es transversal por su corte y proyección, no es experimental por su naturaleza y es analítica por su estadística.

## 2.2.Población y muestra

**Población:** corresponde a los 270 soldados de una unidad del Ejército del Perú.

**Muestra:** la muestra de estudio está basada en un muestreo probabilístico en el periodo indicado.

Por lo tanto, teniendo un Nivel de Confianza del 95%, una Varianza de máxima ( $PQ=0.25$ ) y un error de muestreo del 5% ( $D=0.05$ ) y una Población de 270 soldados de una unidad del ejército del Perú, se obtuvo una muestra de 159 soldados y realizando el factor de corrección de  $0.588 > 0.05$  la muestra final fue de 100 soldados.

Como criterios de inclusión se tiene que los soldados de una unidad del ejército del Perú deben estar presentes en el momento de la aplicación de los instrumentos y voluntariamente han aceptado participar respondiendo las respectivas encuestas.

Como criterios de exclusión se ha tomado en cuenta excluir a los soldados que tienen más de 21 años y a los soldados que estén con permiso por enfermedad u otro motivo por el cual se le ha dado permiso y no están presentes en el momento de aplicar la encuesta.

### **2.3. Técnicas e instrumentos de recolección y análisis de datos**

#### **Técnica:**

La técnica a utilizar para la investigación será la encuesta, ya que, se hará uso de cuestionarios para evaluar a los soldados participantes de este estudio, siendo el Cuestionario de Estresores familiares (EPESA) y Cuestionario de Calidad de vida de Jiménez (2018).

**Instrumentos:**

**Técnica:**

La técnica a utilizar para la investigación será la encuesta, ya que, se hará uso de cuestionarios para evaluar a los soldados participantes de este estudio, siendo el Cuestionario de Estresores familiares (EPESA) y Cuestionario de Calidad de vida de Jiménez (2018).

**Instrumentos:**

Origen: El primer instrumento de estresores es una encuesta peruana de estresores familiares (EPESA) adaptada por Haro y Bohorquez (2003). El segundo instrumento es el Cuestionario de calidad de vida (Anexo 3) fue basado en el cuestionario de perfil de salud de Nottingham, mencionado por Jiménez, Sonia (2018) y se desarrolló en Gran Bretaña a finales de los 70.

Objetivo: El objetivo del instrumento de estresores es medir cada evento de estresor en Unidades de Cambio Vital (UCV). El objetivo del instrumento test de calidad de vida es medir la percepción subjetiva del impacto en la calidad de vida con un cierto nivel de afectación en el estado de salud de la persona.

Teoría: La teoría del estrés familiar en el modelo MRS de Esteinou; y la teoría de calidad de vida basado en el perfil de salud de Nottingham.

Edades: Soldados con rango de edad de 18 a 21 años.



Formas: Formulario de cuestionario de estresores familiares (EPESA) para determinar el nivel de estrés familiar y formulario de cuestionario de calidad de vida para determinar el nivel de calidad de vida de los soldados.

Ámbitos: Soldados del cuartel militar de La Libertad

Formas de aplicación: Encuesta del cuestionario de estresores familiares (EPESA) y encuesta de calidad de vida, aplicadas presencialmente dentro del cuartel militar.

Calificación: Los estresores familiares están separados como estresores negativos con la siguiente calificación: de 0 a 564 puntos corresponde a nivel bajo de estrés, de 565 a 1128 puntos corresponde a nivel medio de estrés y de 1129 a 1698 corresponde a nivel alto de estrés. El test de calidad de vida se rango es de 220 a 282 puntos, regular calidad de vida cuyo rango es de 157 a 219 puntos y deficiente calidad de vida cuyo rango es de 94 a 156 puntos.

Dimensiones / áreas: Las dimensiones de la variable estresores familiares se dividen en estresores positivos y estresores negativos, y la variable calidad de vida se dividen en: dimensión física, dimensión emocional, dimensión social, dimensión relaciones personales y la dimensión aficiones y vacaciones.

Ítems: Formulario de cuestionario de estresores familiares (EPESA) con 18 ítems o preguntas y formulario de test de calidad de vida con 41 ítems o preguntas.

Validez y confiabilidad:

Validez: La validez del instrumento estresores familiares se calculó para una muestra piloto de 30 soldados el alfa de Cronbach para estresores positivos y otro alfa de Cronbach para estresores negativos habiendo resultado el valor de coeficiente de alfa

de Cronbach de 0.816 valor aceptable para los 8 estresores positivos existiendo validez por ser su valor mayor a 0.7; 0.879 valor aceptable para los 10 estresores positivos existiendo validez por ser su valor mayor a 0.7. La validez del instrumento calidad de vida se calculó para una muestra piloto de 30 soldados el alfa de Cronbach y se halló para la dimensión física un alfa de Cronbach de 0.863, para la dimensión emocional se calculó un alfa de Cronbach de 0.794, para la dimensión social el alfa de Cronbach fue 0.918, para la dimensión relaciones personales el alfa de Cronbach fue de 0.958 y para la dimensión de aficiones y vacaciones el alfa de Cronbach fue de 0.891, se observa que los valores de alfa de Cronbach de las 5 dimensiones del instrumento calidad de vida es mayor a 0.7 por lo cual se acepta la validez del instrumento calidad de vida.

Confiabilidad: Para el instrumento de estresores familiares se ha calculado el Alfa de Cronbach resultando el valor 0,816 siendo mayor al valor mínimo aceptado de 0,7 lo cual significa que existe confiabilidad para el instrumento EPESA. Para el instrumento de calidad de vida se ha calculado el Alfa de Cronbach fue de 0.891 y por ser a 0.7 existe confiabilidad en el instrumento calidad de vida

Lugar y año: EL lugar es el cuartel general de La Libertad y el año en que se desarrolló la investigación fue 2019.

En la tabla N° 7 (anexo 4), se muestra el baremo para todo el instrumento de calidad de vida indicando los puntajes mínimos y máximos para buena calidad el rango es de 9,020 a 11,562 puntos, para regular calidad el rango es de 6,437 a 8,979 puntos y para deficiente calidad de vida el rango es de 3,854 a 6,396 puntos.

En la tabla N° 8 (anexo 4), se muestra el baremo para cada dimensión del instrumento de calidad de vida indicando los puntajes mínimos y máximos para buena, regular y deficiente calidad de vida, para la dimensión física buena calidad el rango es de 2,220 a 2,820, regular calidad el rango es de 1,570 a 2,190, en deficiente calidad el rango es de 940 a 1,560. Para la dimensión emocional buena calidad el rango es de 2,420 a 3,102, regular calidad el rango es de 1,727 a 2,409, en deficiente calidad el rango es de 1,034 a 1,716. Para la dimensión social buena calidad el rango es de 9,020 a 11,562, regular calidad el rango es de 6,437 a 8,979, en deficiente calidad el rango es de 3,854 a 6,396. Para la dimensión relaciones personales buena calidad el rango es de 1,320 a 1,692, regular calidad el rango es de 942 a 1,314, en deficiente calidad el rango es de 564 a 936. Para la dimensión aficiones y vacaciones buena calidad el rango es de 880 a 1,128, regular calidad el rango es de 628 a 876, en deficiente calidad el rango es de 376 a 624.

Para la validez y confiabilidad para el instrumento EPESA que mide los estresores positivos (8 estresores) y los estresores negativos (10 estresores) se aplicó una muestra piloto de 30 soldados a los cuales se le aplicó 18 ítem en donde cada ítem representa a un estresor y se obtuvo el siguiente resultado:

Según la tabla N° 9 (anexo 4), se ha calculado el Alfa de Cronbach para los 8 estresores positivos con una muestra piloto de 30 soldados resultando el valor de Alfa de

Cronbach de 0,816 siendo mayor al valor mínimo aceptado de 0,7 lo cual significa que existe validez para el instrumento EPESA en los estresores positivos.

Según la tabla N° 10 (anexo 4), se ha calculado el Alfa de Cronbach para los 10 estresores negativos con una muestra piloto de 30 soldados resultando el valor de Alfa de Cronbach de 0,879 siendo mayor al valor mínimo aceptado de 0,7 lo cual significa que existe validez para el instrumento EPESA en los estresores negativos.

Según la tabla N° 11 (anexo 4), se ha calculado el Alfa de Cronbach para los 18 estresores que corresponde a todo el instrumento EPESA con una muestra piloto de 30 soldados resultando el valor de Alfa de Cronbach de 0,847 siendo mayor al valor mínimo aceptado de 0,7 lo cual significa que existe confiabilidad para todo el instrumento EPESA en los 18 estresores.

Para la validez y confiabilidad del instrumento “Cuestionario de Calidad de Vida” que mide las dimensiones: física (10 ítem), emocional (11 ítem), social (10 ítem), relaciones personales (6 ítem) y aficiones y vacaciones (4 ítem). Se aplicó una muestra piloto de 30 soldados y se obtuvo el siguiente resultado:

Según la tabla N° 12 (anexo 4), se ha calculado el Alfa de Cronbach para las 5 dimensiones con una muestra piloto de 30 soldados resultando el valor de Alfa de Cronbach para la dimensión física de  $0,796 > 0,7$ ; para la dimensión emocional de

0,839 > 0,7; para la dimensión social 0,861 > 0,7; para la dimensión relaciones personales de 0,789 > 0,7 y para la dimensión de aficiones y vacaciones de 0,842 > 0,7; lo cual significa que existe validez para el instrumento de cuestionario de calidad de vida.

Según la tabla N° 13 (anexo 4), se ha calculado el Alfa de Cronbach para los 41 ítems que corresponde a todo el instrumento “Cuestionario de Calidad de Vida” con una muestra piloto de 30 soldados resultando el valor de Alfa de Cronbach de 0,891 siendo mayor al valor mínimo aceptado de 0,7 lo cual significa que existe confiabilidad para todo el instrumento de calidad de vida.

#### **2.4. Procedimiento**

El procedimiento corresponde al proceso de recolección de datos, en el cual se aplicó el Cuestionario de Estresores familiares y el Cuestionario de Calidad de Vida a los Soldados de una Unidad del Ejército del Perú. Se visitó a la Unidad del Ejército del Perú en Trujillo y se dialogó con los representantes de dicha institución para gestionar el permiso correspondiente para la aplicación de los instrumentos mencionados. Se programó el cronograma para aplicar los instrumentos previa coordinación con la institución militar. El resultado de la aplicación de los instrumentos se vació a la hoja Excel en donde las filas corresponden a los soldados encuestados y las columnas corresponden a los ítems o preguntas de los instrumentos agrupados por dimensiones.

Para el procesamiento de resultados se utilizó el programa Microsoft Excel 2016 y Statistical Package For The Social SPSS V 29.0. Se obtuvo los estadísticos descriptivos: medidas de tendencia central (media), de dispersión (desviación estándar) y de distribución (asimetría). Se elaboró tablas de distribución de frecuencias con sus gráficos respectivos para cada dimensión y para los dos instrumentos procesados. De acuerdo a los resultados de asimetría con valores entre -1 y +1 se pudo determinar que la correlación lineal fue tratada con el coeficiente de Pearson y así encontró la hipótesis planteada.

Para los lineamientos éticos que se aplicaron en el desarrollo de la presente investigación se tomaron los siguientes: el soldado participó de forma voluntaria para responder los cuestionarios, previamente se le informó lo importante de la aplicación de los instrumentos para determinar los estresores familiares y la calidad de vida. La participación fue de forma anónima lo cual protegió la identidad del participante.

La investigación que involucró a sujetos humanos que son los soldados de la unidad objeto de estudio, requirió de una detenida consideración de los procedimientos que se aplicaron para proteger sus derechos.

### CAPÍTULO III. RESULTADO

**Tabla N° 1**

*Correlación entre la V.I. Estresores familiares y la V.D. calidad de vida*

		Estresores	Calidad de vida
Estresores	Correlación de	1	-,337**
	Pearson		
	Sig. (bilateral)		,027
	N	100	100
Calidad de vida	Correlación de	-,337**	1
	Pearson		
	Sig. (bilateral)	,027	
	N	100	100

\*\* . La correlación es significativa en el nivel 0,05 (bilateral).

Fuente: SPSS V29

Según la tabla N° 1, la variable independiente “estresores familiares” y la variable dependiente “Calidad de vida” tiene una correlación inversa, demostrado con el Coeficiente de Correlación del Producto Momento de Pearson (r) de -0.337 con significancia bilateral de  $0.027 < 0.05$ . Esto significa que, existe correlación inversa o negativa entre la variable Estresores con la variable calidad de vida y esto es debido a que si aumenta el nivel de los estresores entonces disminuye la calidad de vida y viceversa. Queda demostrado que si existe relación inversa entre los estresores familiares y la calidad de vida de los soldados de un cuartel militar de La Libertad.

**Tabla N° 2**

*Correlación entre la V.I. Estresores familiares y la dimensión física de la V.D. calidad de vida*

		VI: Estresores	DIM1: Dimensión física
VI: Estresores	Pearson	1	-,283**
	Correlation		
	Sig.+		,034
	N	100	100
DIM1: Dimensión física	Pearson	-,283**	1
	Correlation		
	Sig.	,034	
	N	100	100

\*\* . La correlación es significativa en el nivel 0,05 (bilateral).

Fuente: SPSS V29

Según la tabla N° 2, la variable independiente “estresores familiares” en la dimensión física tiene una correlación inversa, demostrado con el Coeficiente de Correlación del Producto Momento de Pearson (r) de -0.283 con significancia bilateral de  $0.034 < 0.05$ . Esto significa que, existe correlación inversa o negativa entre la variable Estresores con la en la dimensión física y esto es debido a que si aumenta el nivel de los estresores entonces disminuye la fuerza física y viceversa. Queda demostrado que si existe relación inversa entre los estresores familiares y la dimensión física de los soldados de un cuartel militar de La Libertad.



**Tabla N° 3**

***Correlación entre la V.I. Estresores familiares y la dimensión emocional de la V.D. calidad de vida***

		VI: Estresores	DIM2: Dimensión emocional
VI: Estresores	Pearson	1	-,416**
	Correlation		
	Sig.+		,016
	N	100	100
DIM2: Dimensión emocional	Pearson	-,416**	1
	Correlation		
	Sig.	,016	
	N	100	100

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

Fuente: SPSS V29

Según la tabla N° 3, la variable independiente “estresores familiares” en la dimensión emocional tiene una correlación inversa, demostrado con el Coeficiente de Correlación del Producto Momento de Pearson (r) de -0.416 con significancia bilateral de  $0.016 < 0.01$ . Esto significa que, existe correlación inversa o negativa entre la variable Estresores con la en la dimensión emocional y esto es debido a que si aumenta el nivel de los estresores entonces disminuye las emociones y viceversa. Queda demostrado que si existe relación inversa entre los estresores familiares y la dimensión emocional de los soldados de un cuartel militar de La Libertad.

**Tabla N° 4**

*Correlación entre la V.I. Estresores familiares y la dimensión social de la V.D. calidad de vida*

		VI: Estresores	DIM3: Dimensión social
VI: Estresores	Pearson Correlation	1	-,391**
	Sig.+		,029
	N	100	100
DIM3: Dimensión social	Pearson Correlation	-,391**	1
	Sig.	,029	
	N	100	100

\*\* . La correlación es significativa en el nivel 0,05 (bilateral).

Fuente: SPSS V29

Según la tabla N° 4, la variable independiente “estresores familiares” en la dimensión social tiene una correlación inversa, demostrado con el Coeficiente de Correlación del Producto Momento de Pearson (r) de -0.391 con significancia bilateral de  $0.029 < 0.05$ . Esto significa que, existe correlación inversa o negativa entre la variable Estresores con la en la dimensión social y esto es debido a que si aumenta el nivel de los estresores entonces disminuye las relaciones sociales y viceversa. Queda demostrado que si existe relación inversa entre los estresores familiares y la dimensión social de los soldados de un cuartel militar de La Libertad.

**Tabla N° 5**

***Correlación entre la V.I. Estresores familiares y la dimensión relaciones personales de la V.D. calidad de vida***

		VI: Estresores	DIM4: Dimensión Relaciones personales
VI: Estresores	Pearson	1	-,645**
	Correlation		
	Sig.+		,003
	N	100	100
DIM4: Dimensión Relaciones personales	Pearson	-,645**	1
	Correlation		
	Sig.	,003	
	N	100	100

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

Fuente: SPSS V29

Según la tabla N° 5, la variable independiente “estresores familiares” en la dimensión relaciones personales tiene una correlación inversa, demostrado con el Coeficiente de Correlación del Producto Momento de Pearson ( $r$ ) de  $-0.645$  con significancia bilateral de  $0.003 < 0.01$ . Esto significa que, existe correlación inversa o negativa entre la variable Estresores con la en la dimensión relaciones personales y esto es debido a que si aumenta el nivel de los estresores entonces disminuye las relaciones personales y viceversa. Queda demostrado que si existe relación inversa entre los estresores familiares y la dimensión relaciones personales de los soldados de un cuartel militar de La Libertad.

**Tabla N° 6**

***Correlación entre la V.I. Estresores familiares y la dimensión aficiones y vacaciones de la V.D. calidad de vida***

		VI: Estresores	DIM5: Dimensión aficiones y vacaciones
VI: Estresores	Pearson Correlation	1	-,549**
	Sig.+		,042
	N	100	100
DIM5: Dimensión aficiones y vacaciones	Pearson Correlation	-,549**	1
	Sig.	,042	
	N	100	100

\*\* . La correlación es significativa en el nivel 0,05 (bilateral).

Fuente: SPSS V29

Según la tabla N° 6, variable independiente “estresores familiares” en la dimensión aficiones y vacaciones tiene una correlación inversa, demostrado con el Coeficiente de Correlación del Producto Momento de Pearson ( $r$ ) de -0.549 con significancia bilateral de  $0.042 < 0.05$ . Esto significa que, existe correlación inversa o negativa entre la variable Estresores con la en la dimensión aficiones y vacaciones y esto es debido a que si aumenta el nivel de los estresores entonces disminuye las aficiones y ocio y viceversa. Queda demostrado que si existe relación inversa entre los estresores familiares y la dimensión aficiones y vacaciones de los soldados de un cuartel militar de La Libertad.

## CAPÍTULO IV. DISCUSIÓN Y CONCLUSIONES

### 4.1. Discusión

Se acepta la hipótesis general, asegurando que existe relación entre los Estresores Familiares y la Calidad de Vida, demostrado con el Coeficiente de Correlación del Producto Momento de Pearson ( $r$ ) de  $-0.337$  con significancia bilateral de  $0.027 < 0.05$  (tabla 1). Esto significa que, existe correlación inversa o negativa entre la variable Estresores con la variable Calidad de Vida, debido a que si aumenta el nivel de los estresores entonces disminuye la calidad de vida y viceversa. Resultados similares se encontró en la investigación de Jara (2016) quien investigó la relación entre estresores familiares y calidad de vida en postulantes al servicio militar voluntario de la Marina de Guerra del Perú, en donde existe mayor calidad de vida cuando los estresores familiares son bajos existiendo una correlación inversa entre las variables de estudio.

Se acepta la primera hipótesis específica, la variable independiente “Estresores Familiares” en la dimensión física tiene una correlación inversa, demostrado con el Coeficiente de Correlación del Producto Momento de Pearson ( $r$ ) de  $-0.283$  (tabla 2) con significancia bilateral de  $0.034 < 0.05$ . Se probó que existe correlación inversa o negativa entre la variable Estresores con la dimensión física, debido a que si aumenta el nivel de los estresores entonces disminuye la fuerza física y viceversa. Queda demostrado que sí existe relación inversa entre los estresores familiares y la dimensión física de los soldados de un cuartel militar de La Libertad. Resultados similares se encontraron en la investigación de Ochoa (2018) donde se evidencia una correlación

inversa entre el estrés laboral y la dimensión física de la calidad de vida en técnicos de enfermería del Hospital de Huaycán entendiéndose que, cuando el estado físico de los investigados está en un nivel bajo, aumenta el estrés laboral y viceversa, por lo tanto, se debe aumentar el estado físico para disminuir el efecto del estrés, resultado de los estresores familiares.

Se acepta la segunda hipótesis específica, es decir, la variable independiente “estresores familiares” en la dimensión emocional tiene una correlación inversa, demostrado con el Coeficiente de Correlación del Producto Momento de Pearson ( $r$ ) de  $-0.416$  (tabla 3) con significancia bilateral de  $0.016 < 0.01$ . Esto significa que, existe correlación inversa o negativa entre la variable Estresores con la dimensión emocional. Resultados similares se encontró en la investigación de Jara (2016) en donde a mayor apoyo social emocional disminuye el estrés, resultado de los estresores familiares en los postulantes al servicio militar voluntario de la Marina de Guerra del Perú. Queda demostrado que sí existe relación inversa entre los estresores familiares y la dimensión emocional de los soldados de un cuartel militar de La Libertad.

Se acepta la tercera hipótesis específica, es decir, la variable independiente “estresores familiares” en la dimensión social tiene una correlación inversa, demostrado con el Coeficiente de Correlación del Producto Momento de Pearson ( $r$ ) de  $-0.391$  (tabla 4) con significancia bilateral de  $0.029 < 0.05$ . Esto significa que, existe correlación inversa o negativa entre la variable Estresores con la en la dimensión social y esto es debido a

que si aumenta el nivel de los estresores entonces disminuye las relaciones sociales y viceversa. Resultados similares se encontró en la investigación de Lévano, Jesús (2018) en su investigación: “Afrontamiento al estrés en el personal militar de diferentes unidades hospitalarias del Hospital Militar Central del Perú CrI. Luis Arias Schreiber” indicándose que el apoyo social en el personal militar disminuye el estrés lo cual demuestra una relación inversa entre estrés y apoyo social. Queda contrastado que sí existe relación inversa entre los estresores familiares y la dimensión social de los soldados de un cuartel militar de La Libertad.

Se acepta la cuarta hipótesis específica, es decir, la variable independiente “estresores familiares” en la dimensión relaciones personales tiene una correlación inversa, demostrado con el Coeficiente de Correlación del Producto Momento de Pearson ( $r$ ) de -0.645 (tabla 5) con significancia bilateral de  $0.003 < 0.01$ . Resultados similares se encontró en la investigación de Celis (2016) en su investigación “Estrés Laboral y Satisfacción Laboral en el personal civil de una Institución Militar en el Callao”, en el cual menciona que las relaciones personales es un factor relevante para mantener en un nivel bajo el estrés laboral y que cuando fallan las relaciones personales entonces se incrementa el estrés laboral. Traduciéndose en una correlación inversa o negativa entre la variable Estresores con la dimensión relaciones personales y esto es debido a que si aumenta el nivel de los estresores entonces disminuye las relaciones personales y viceversa. Queda demostrado que sí existe relación inversa entre los estresores

familiares y la dimensión relaciones personales de los soldados de un cuartel militar de La Libertad.

Se acepta la quinta hipótesis específica, es decir, la variable independiente “estresores familiares” en la dimensión variable independiente “estresores familiares” en la dimensión aficiones y vacaciones tiene una correlación inversa, demostrado con el Coeficiente de Correlación del Producto Momento de Pearson ( $r$ ) de  $-0.549$  (tabla 6) con significancia bilateral de  $0.042 < 0.05$ . Resultados similares se encontraron en la investigación de Fúnez (2018) en la cual ha demostrado que las vacaciones influyen en los militares objeto de estudio en forma positiva reduciendo el estrés. Esto significa que, existe correlación inversa o negativa entre la variable Estresores con la dimensión aficiones y vacaciones y esto es debido a que si aumenta el nivel de los estresores entonces disminuye las aficiones y ocio y viceversa. Ochoa (2018) demostró que si existe relación entre Estrés laboral y vacaciones que refuerza la Calidad de vida en el objeto de estudio y que la relación entre las variables estrés laboral y calidad de vida es inversa y significativa. Queda demostrado que sí existe relación inversa entre los estresores familiares y la dimensión aficiones y vacaciones de los soldados de un cuartel militar de La Libertad.

Los estresores familiares se ven reflejados en la calidad de vida de los soldados de un cuartel militar. En este contexto, muchos reclutas experimentan patrones inadecuados



en el rendimiento de sus actividades por las dimensiones física, emocional, social, relaciones personales y aficiones y vacaciones debido a estresores familiares.

En cuanto a la edad de la muestra estudio que son 100 soldados predomina la edad de 19 años siendo un total de 36 años seguido de 20 años que son 23 y ambos representan más del 50% (tabla 14). Comparado con los estudios de otras ciudades como en Lima donde Lévano (2018) indica una población mayoritaria de adolescentes con edades entre 20 y 25 años que representan al 72.1%. Los 18 años parece ser la edad ideal para ingresar a realizar el servicio militar, sea voluntario o no, como lo señala Sánchez (1994), esa es la edad utilizada por otros países como España y los Estados Unidos de Norteamérica.

Tal como lo afirma Molina, et al (2008), “cuando un estresor incide o se activa entonces afecta al organismo reaccionando a través de la activación del sistema nervioso vegetativo (glándulas suprarrenales, aumento de la tasa cardíaca y presión sanguínea, aumento de la respiración).”

En la actualidad, los estresores familiares pueden afectar el comportamiento de los soldados. Quintana & Sotil (2000) afirman que “es de vital importancia controlarlo debido al riesgo psicosocial, que afecta a la familia en sus relaciones interpersonales, relaciones educativas y relaciones emocionales. Las investigaciones en familias disfuncionales generan estresores familiares.”

Por lo tanto, luego del análisis e interpretación de estresores familiares, se ha demostrado que estos afectan en la calidad de vida de los soldados, siendo los más relevantes (tabla 16): discusión (78 puntos), enfermedades (67 puntos), drogas (27 puntos) y cambios importantes en casa (24 puntos). Los estresores menos frecuentes son los de adopción (0 puntos), llegada de un nuevo miembro familiar (2 puntos) y muerte (5 puntos). Apreciándose similitud con la investigación de Jara (2016) quien afirma que los estresores de mayor relevancia en el cambio de calidad de vida de los postulantes al servicio militar son la llegada de un nuevo miembro familiar (34 puntos) seguido de nacimiento de un sobrino (22 puntos); asimismo los ítems menos frecuentes fueron adopción de un niño (10 puntos), cambio en el status marital de mis padres por volverse a casar (20 puntos) y separación de mis padres por trabajo (23 puntos), de lo cual se concluye que no existe relación entre las variables estresores familiares y calidad de vida en los soldados postulantes.

La calidad de vida es un factor importante para el desarrollo y desempeño óptimo de nuestras actividades cotidianas, tanto en los estudios como en el trabajo y en la preparación de personas que sirven al país tales como bomberos, soldados. Según Fúnez (2018) en la calidad de vida se obtuvo 50.5% lo cual tiene similitud con la presente investigación donde se obtuvo un porcentaje de 77.9% (tabla 43) de calidad de vida lo cual indica que los soldados tienen un buen estilo de vida en la ciudad de Trujillo.

Se observó que en el consolidado porcentual de los estresores en un año (tabla 41), el mayor porcentaje recayó en el estresor “discusión” con un valor de 78%, le sigue el estresor “enfermedades” con 67% que son los estresores en los que hay que trabajarlos para reducirlos y así aumentar la calidad de vida de los soldados de un cuartel militar de La Libertad.

Se determinó el valor porcentual de las dimensiones de la variable calidad de vida (tabla 43), siendo la dimensión “aficiones y vacaciones” la que obtuvo mayor puntuación de 80%, le sigue la dimensión emocional con 78%, luego la dimensión física y social con 77.9% y la que obtuvo menor puntuación fue la dimensión de “relaciones personales” con un valor de 75.4%. La variable calidad de vida obtuvo un porcentaje de 77.9% que representa una calidad de vida de nivel regular o medio. Resultados similares se encontró en la investigación de Jara (2016) en donde la calidad de vida en postulantes al servicio militar voluntario de la marina de guerra del Perú obtuvo un nivel medio en la calidad de vida.

Finalmente, es prioritario indicar que esta investigación se realizó con la intención de dar a conocer un tanto más la realidad de los soldados en el ejército con la finalidad de tener un mayor conocimiento sobre la calidad de vida de los soldados basándose en la carga de estresores familiares concluyendo que los estresores familiares (18.61%, tabla 41) no tiene un valor alto por lo que la calidad de vida es alta (77.9%, tabla 43).

## 4.2. Conclusiones

- Se concluye que existe una correlación inversa entre las variables calidad de vida y estresores familiares de los soldados de un cuartel militar de La Libertad, demostrado con el Coeficiente de Correlación del Producto Momento de Pearson ( $r$ ) de  $-0.337$  con significancia bilateral de  $0.027 < 0.05$  y esto es debido a que si aumenta el nivel de los estresores entonces disminuye la calidad de vida.
- Se concluye que existe una correlación inversa entre los estresores familiares en la dimensión física de la calidad de vida, demostrado con el Coeficiente de Correlación del Producto Momento de Pearson ( $r$ ) de  $-0.283$  con significancia bilateral de  $0.034 < 0.05$ .
- Se concluye que existe una correlación inversa entre los estresores familiares en la dimensión emocional de la calidad de vida, demostrado con el Coeficiente de Correlación del Producto Momento de Pearson ( $r$ ) de  $-0.416$  con significancia bilateral de  $0.016 < 0.01$ .
- Se concluye que existe una correlación inversa entre los estresores familiares en la dimensión social de la calidad de vida, demostrado con el Coeficiente de Correlación del Producto Momento de Pearson ( $r$ ) de  $-0.391$  con significancia bilateral de  $0.029 < 0.05$ .
- Se concluye que existe una correlación inversa entre los estresores familiares en la dimensión relaciones personales de la calidad de vida, demostrado con el Coeficiente de Correlación del Producto Momento de Pearson ( $r$ ) de  $-0.645$  con significancia bilateral de  $0.003 < 0.01$ .

- Se concluye que existe una correlación inversa entre los estresores familiares en la dimensión aficiones y vacaciones de la calidad de vida, demostrado con el Coeficiente de Correlación del Producto Momento de Pearson ( $r$ ) de  $-0.549$  con significancia bilateral de  $0.042 < 0.05$
- Se concluye que a nivel de variable estresores familiares ha obtenido un porcentaje de  $18.61\%$ , lo que significa que el nivel de estresores no es alto en la unidad de soldado.

## REFERENCIAS

- Aguirre, M. C. (2014). *Estresores laborales y calidad de vida en pilotos hispanoparlantes de aeronaves comerciales*. [Tesis doctoral, Universidad de Salamanca, Salamanca – España]. Repositorio institucional de la Universidad de Salamanca. [https://gredos.usal.es/bitstream/handle/10366/127292/DPSA\\_AguirreMasC\\_Estreso\\_reslaborales.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://gredos.usal.es/bitstream/handle/10366/127292/DPSA_AguirreMasC_Estreso_reslaborales.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
- Cancela, R., et al (2010). *Metodología de la Investigación Educativa: Investigación ex post facto*. [Tesis, Universidad Autónoma de Madrid]. Repositorio institucional de la Universidad Autónoma de Madrid. <https://studylib.es/doc/5714428/metodolog%C3%ADa-de-la-investigaci%C3%B3n-educativa--investigaci%C3%B3n-...>
- Celis, I. P. (2016). *Estrés Laboral y Satisfacción Laboral en el personal civil de una Institución Militar en el Callao*. [Tesis, Universidad César Vallejo]. Repositorio institucional UCV. [https://alicia.concytec.gob.pe/vufind/Record/UPAO\\_7b91fe11e6c24bbacf22f82a75919bb8](https://alicia.concytec.gob.pe/vufind/Record/UPAO_7b91fe11e6c24bbacf22f82a75919bb8)
- Comin, E, A. (2003). *El estrés y el riesgo para la salud*. <https://www.maz.es/Publicaciones/Publicaciones/manual-el-estres-y-el-riesgo-para-la-salud.pdf>
- Ejército del Perú. (2019). *Misión y Visión*. Ejército del Perú. <http://www.ejercito.mil.pe/index.php/nosotros/ejercito-del-peru/mision-y-vision>
- Esteinou, R. (2006). *Fortalezas y desafíos de las familias en dos contextos: Estados Unidos de América y México*. Editorial La casa chata. [https://books.google.com.pe/books?id=JI3ahDfQoegC&printsec=frontcover&hl=es&source=gbs\\_ge\\_summary\\_r&cad=0#v=onepage&q&f=false](https://books.google.com.pe/books?id=JI3ahDfQoegC&printsec=frontcover&hl=es&source=gbs_ge_summary_r&cad=0#v=onepage&q&f=false)
- Fúnez, Ñ. M. (2018). *Calidad de vida relacionada con la salud y resiliencia en militares españoles*. [Tesis, Universidad de Lleida]. Repositorio institucional Universidad de Lleida <https://www.tesisenred.net/bitstream/handle/10803/587191/Tmf%C3%B1de1.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Gómez, E. M. (2012). *La familia en las fuerzas armadas españolas*. [Tesis de doctorado, Universidad Nacional de Educación a Distancia]. Repositorio institucional

Universidad Nacional de Educación a Distancia.  
[http://bibliotecavirtualdefensa.es/BVMDefensa/i18n/catalogo\\_imagenes/grupo.cmd?path=95749](http://bibliotecavirtualdefensa.es/BVMDefensa/i18n/catalogo_imagenes/grupo.cmd?path=95749)

- Gómez, M., & Sabeh, E. (2016). *Calidad de vida, evolución del concepto y su influencia en la investigación y la práctica*. [Tesis, Universidad de Salamanca]. Repositorio institucional de la Universidad de Salamanca <http://campus.usal.es/~inico/investigacion/invesinico/calidad.htm>
- Haro, B. D. (2003). *Tesis Análisis de la Asociación entre estresores psicosociales y depresión clínica en adolescentes de dos colegios de Lima año 2003*. [Tesis, Universidad de San Martín de Porres]. Repositorio institucional Universidad de San Martín de Porres.
- Huallpa F. A. (2018). *Estrés laboral y Calidad de vida en técnicos de enfermería del Hospital de Huaycán*. [Tesis de grado, Universidad Cesar Vallejo]. Repositorio institucional UCV. <https://librospub.org/psicologia-de-la-salud-y-calidad-de-vida/>
- Jara, A. R. (2016). *Estresores familiares y calidad de vida en postulantes al servicio militar voluntario de la marina de guerra del Perú abril 2016*. [Tesis, Universidad de San Martín de Porres]. Repositorio institucional Universidad de San Martín de Porres. [http://repositorio.usmp.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12727/2967/jara\\_vra.pdf?sequence=3&isAllowed=y](http://repositorio.usmp.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12727/2967/jara_vra.pdf?sequence=3&isAllowed=y)
- Jiménez, S. S. (2018). *Factores Psicosociales que influyen en la calidad de vida de los adultos mayores de la fundación NURTAC modalidad residencial*. [Tesis de grado, Universidad de Guayaquil]. Repositorio institucional de UG. <https://view.officeapps.live.com/op/view.aspx?src=http://repositorio.ug.edu.ec/bitstream/redug/26924/1/TESIS%20SONIA%20JIMENEZ%20FACTORES%20PSICOSOCIALES%202017-2018%20.docx>
- Lévano, L. J. (2018). *Afrontamiento al estrés en el personal militar de diferentes unidades hospitalarias del Hospital Militar Central del Perú "Crl. Luis Arias Schreiber*. [Tesis de Licenciatura, Universidad Nacional Federico Villarreal]. Repositorio institucional de Universidad Nacional Federico Villarreal. <http://repositorio.unfv.edu.pe/bitstream/handle/UNFV/2059/LEVANO%20LOZA%20JESUS%20IVAN.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Londoño, N. H. et al (2006). *Propiedades Psicométricas y Validación de la Escala de Estrategias de Coping modificada (ECC-M) en una Muestra Colombiana*. [Tesis, Pontificia Universidad Javeriana Colombia]. Repositorio institucional [http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1657-92672006000200010](http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1657-92672006000200010)

- Lucini, Daniela., & Pagani, Massimo. (2012). From stress to functional syndromes: An internist's point of view. *European Journal of Internal Medicine*. <https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/S0953620511002998>
- McCubbin, H., et al (1983). *Social Stress and the Family Advances Developments in Family Stress Theory and Research*. Editorial Itzacala. The Haworth Press. [https://link.springer.com/chapter/10.1007/978-1-4615-7151-3\\_25](https://link.springer.com/chapter/10.1007/978-1-4615-7151-3_25)
- Mezzich, J., et al. (2006). *Validación de la Escala de calidad de vida de Mezzich*. Instituto Nacional de Salud Mental "Honorio Delgado - Hideyo Noguchi.
- Molina, T., et al (2008). *Estrés psicosocial: Algunos aspectos clínicos y experimentales. Análisis de Psicología*.
- Mucio, R. J. (2007). *La neuroquímica del estrés y el papel de los péptidos opioides*. Revista de Educación Bioquímica. <https://www.bing.com/search?q=La+neuroqu%C3%ADmica+del+estr%C3%A9s+y+el+papel+de+los+p%C3%A9ptidos+opioides&cvid=3aea8402957946a0a28a89502e958691&FORM=ANAB01&PC=U531>
- Oblitas, G. L. (2008). *Psicología de la salud y calidad de vida*. <http://www.unife.edu.pe/pub/revpsicologia/psicologiasalud.pdf>
- Olson, D. (1988). *Tipos de familia, estrés familiar y satisfacción con la familia: una perspectiva del desarrollo familiar*. Buenos Aires - Argentina.
- Ospina, S. A. (2016). *Síntomas, niveles de estrés y estrategias de afrontamiento en una muestra de estudiantes masculinos y femeninos de una Institución de Educación Superior Militar: Análisis Comparativo*. [Tesis de maestría, Universidad Católica de Colombia]. Repositorio Institucional de Universidad Católica de Colombia. <https://repository.ucatolica.edu.co/bitstream/10983/3161/4/TESIS%20DE%20MAE%20STR%20C3%8DA%20%20Andr%C3%A9s%20Ospina%20Stepanian.pdf>
- Quintana, A., & Sotil, A. (2000). *Influencia del clima familiar y estrés del padre de familia en la salud mental de los niños*. Revista de investigación en psicología.
- Rodríguez, M., & Frías, L. (2005). *Algunos factores psicológicos y su papel en la enfermedad: una revisión*. Psicología y Salud. <https://studylib.es/doc/7080285/redalyc.-algunos-factores-psicol%C3%B3gicos-y-su-papel-en-la-e...>



- Rodríguez, M., & García, M. (2005). *Modelo sobre la calidad de vida en el Instituto Pedagógico de Caracas desde la perspectiva de la comunidad institucional*. Instituto Pedagógico de Caracas. <https://www.redalyc.org/pdf/3761/376140388013.pdf>
- Rosales, F. R. (2014). *Estrés y salud*. [Trabajo de fin de grado, Universidad de Jaén] Repositorio institucional TAUJA. [http://tauja.ujaen.es/bitstream/10953.1/952/1/TFG\\_RosalesFern%C3%A1ndez%2CRosaura.pdf](http://tauja.ujaen.es/bitstream/10953.1/952/1/TFG_RosalesFern%C3%A1ndez%2CRosaura.pdf)
- Salgado, A. R. (2003). *Análisis crítico del foro nacional sobre el servicio militar obligatorio*. [Tesis de grado, Universidad académica del humanismo cristiano de Santiago de Chile]. <http://bibliotecadigital.academia.cl/handle/123456789/180>
- Stora, J. B. (1992). *El estrés*. Editorial Publicaciones Cruz, primera edición.
- Tarazona, J. E. (2016). *Estado de ánimo y estresores de estudios en postulantes al servicio militar voluntario de la marina de guerra del Perú abril 2016*. [Tesis, Universidad Nacional de San Martín de Porres]. Repositorio Institucional USMP. [http://www.repositorioacademico.usmp.edu.pe/bitstream/usmp/2973/3/tarazona\\_jeb.pdf](http://www.repositorioacademico.usmp.edu.pe/bitstream/usmp/2973/3/tarazona_jeb.pdf)
- Torres, V. A. (2013). *La familia, estresores vitales y su correlación con el apoyo social*. Oviedo - España: Universidad de Oviedo. <https://www.educacion.gob.es/teseo/imprimirFicheroTesis.do?idFichero=ff8y5ZDoPAc%3D>
- Trucco, M. (2002). *Estrés y trastornos mentales: aspectos neurobiológicos y psicosociales*. *Revista chilena de neuro-psiquiatría*. [https://scielo.conicyt.cl/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0717-92272002000600002](https://scielo.conicyt.cl/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0717-92272002000600002)
- Villalobos, G. (2010). *Batería de instrumentos*. [http://www.riesgo-psicosocial.co/bateria\\_riesgo\\_psicosocial.pdf](http://www.riesgo-psicosocial.co/bateria_riesgo_psicosocial.pdf)

## ANEXOS

### ANEXO 01: CONSENTIMIENTO INFORMADO

Estimado soldado

Mediante el presente documento me dirijo a usted para invitarlo a participar en un estudio para evaluar la relación entre Estresores Familiares y Calidad de Vida de los soldados del servicio militar voluntario.

La información que proporcione será confidencial. Para participar, sírvase llenar los cuestionarios que aparecen a continuación.

Atentamente:

Ramiro Aníbal Rojas Villegas

---

Es por ello que, en mi condición de soldado seleccionado para ser evaluado, manifiesto mi conformidad para participar voluntariamente en el estudio.

DNI DEL PARTICIPANTE:

\_\_\_\_\_

EDAD \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

**FIRMA**

## ANEXO 02: CUESTIONARIO DE ESTRESORES FAMILIARES

### Encuesta peruana de estresores familiares en soldados (Fuente: EPESA) E. P. E. S. A.

A continuación, se enumeran una lista de eventos, por favor lea atentamente cada pregunta y marque con una cruz el casillero que corresponda o déjelo en blanco, si no vivió el evento en estos últimos 12 meses

Sexo: Masculino ( ), Edad: ( ), Fecha: ( / / )

Estresores familiares	Últimos 12 meses
Estresor: Cambio importante 1. Existe un cambio importante para bien o para mal en mi casa o vecindario	
Estresor: Mudanza 2. Me he mudado a otra casa	
Estresor: accidente 3. Hubo un cambio importante por accidente	
Estresor: Enfermedades 4. Existe un cambio importante en la salud y/o comportamiento de un miembro de mi familia (enfermedades)	
Estresor: Drogas 5. Hubo un comportamiento de un familiar afectado por las drogas	
Estresor: Matrimonio 6. Habrá una boda en mi familia	
Estresor: Embarazo 7. Una integrante de la familia salió embarazada?	

Estresor: Aborto 8. Una integrante de mi familia sufrió un aborto	
Estresor: Llegada de un nuevo miembro familiar 9. Un familiar llegará a vivir a mi casa	
Estresor: Bebé recién nacido 10. Un bebé recién nacido está viviendo en mi casa	
Estresor: Adopción 11. Un niño fue adoptado en mi familia	
Estresor: Mudanza de un pariente 12. Un pariente o allegado se ha mudado para vivir conmigo	
Estresor: Ausencia de padres 13. Uno de mis padres, por su trabajo, está mucho tiempo fuera de casa	
Estresor: Alejamiento de un familiar 14. Mi hermano abandonó la casa	
a. Por estudios	
b. Por casamiento	
c. Por otras razones	
Estresor: Discusión 15. Hubo una discusión en el hogar	
a. Tuve una fuerte discusión con mi padre o madre	
b. Tuve una fuerte discusión con mi(s) hermano(s)	
c. Hubo una fuerte discusión entre mis padres	
Estresor: Cambio de status marital 16. Mis padres cambiaron su estatus marital	
Estresor: Divorcio 17. Mis padres se van a divorciar	

Estresor: Muerte	
18. Un miembro de la familia falleció	
a. Uno de mis hermanos falleció	
b. Uno de mis padres falleció	
c. Mi pareja falleció	
d. Otro miembro de mi familia falleció	

### ANEXO 03: CUESTIONARIO DE CALIDAD DE VIDA

**TEST DE CALIDAD DE VIDA (Basado en el cuestionario de perfil de salud de Nottingham. Referenciado por Jiménez, Sonia (2018))**

Instrucciones:

A continuación, se presenta una serie de frases acompañadas cada una de las alternativas, para que usted escoja con un aspa en el espacio correspondiente, las cuales deberá usted responder con sinceridad, en lo personal y anónimo. No hay respuestas buenas ni malas. Si no puede leer bien una asistente le dictará la pregunta y escogerá una respuesta (siempre, a veces o nunca)

A. Dimensión física	Siempre	A veces	Nunca
1. Se siente limitado al cargar paquetes	1	2	3
2. se siente limitado para realizar actividades diarias en su hogar	1	2	3
3. su rendimiento en el trabajo está limitado por cansancio físico	1	2	3
4. Se siente limitado al subir un tramo de escaleras	1	2	3
5. Se siente limitado al realizar actividad física dentro del cuartel	1	2	3
6. Se limita al realizar ejercicios prolongados	1	2	3
7. Se encuentra en buen estado físico para atender sus necesidades	3	2	1
8. Tiene debilidad o fatiga en la realización de sus actividades diarias	1	2	3
9. Tiene algún tipo de enfermedad hereditaria	1	2	3
10. Tiene predisposición para realizar actividad física	3	2	1

B. Dimensión Emocional	Siempre	A veces	Nunca
11. Se siente usted abatido, triste, melancólico y con ganas de llorar	1	2	3
12. Se siente usted ansioso, nervioso o inquieto	1	2	3
13. Usted puede dominar sus emociones como ira, cólera, agresividad	3	2	1
14. Usted demuestra sus sentimientos a través de caricias, halagos o ternura	3	2	1
15. Se siente satisfecho o complacido con su vida personal	3	2	1
16. Se siente usted relajado y libre de tensiones	3	2	1

17. Usted se siente bien con las cosas que hace ahora	3	2	1
18. Tiene usted esperanza en el futuro	3	2	1
19. usted se acepta como es	3	2	1
20. Se quiere como es	3	2	1
21. Se deprime cuando tiene alguna enfermedad	1	2	3

C. Dimensión Social	Siempre	A veces	Nunca
22. Esta usted dispuesto a tener muchos amigos	3	2	1
23. Participa en actividades de recreación, reuniones, paseos, juegos	3	2	1
24. Le agrada reunirse con otras personas	3	2	1
25. Le agrada estar solo	1	2	3
26. Siente que sus amigos le apoyan incondicionalmente	3	2	1
27. Desempeña algún trabajo u ocupación en casa o fuera de ella	3	2	1
28. Siente que su familia lo acepta	3	2	1
29. Su trabajo le produce satisfacción	3	2	1
30. Considera que puede ser útil para sus compañeros dentro del cuartel	3	2	1
31. Considera usted que puede mantenerse económicamente	3	2	1

D. Dimensión Relaciones Personales	Siempre	A veces	Nunca
32. Las relaciones personales con los miembros de su familia son positivas	3	2	1
33. Mantiene relaciones sexuales con su pareja	3	2	1
34. Se preocupa por su apariencia personal	3	2	1
35. Se reúne con sus amistades	3	2	1
36. Comparte momentos de intimidad, abrazos, besos, caricias con su pareja	3	2	1
37. Dialoga con sus familiares	3	2	1

E. Dimensión de Aficiones y Vacaciones	Siempre	A veces	Nunca
38. Se programa periodos de vacaciones	3	2	1
39. Practica actividades de turismo	3	2	1
40. Realiza algún tipo de trabajo intelectual	3	2	1
41. Dedicar algún tiempo del día a actividades recreativas: paseos, TV, bailar, lectura	3	2	1

#### ANEXO 04: RESULTADOS COMPLEMENTARIOS

**Tabla Nº 7**

*Baremo para todo el instrumento calidad de vida*

Baremo	Rango	
	Puntaje Mínimo	Puntaje Máximo
Buena calidad de vida	$41 \times 220 = 9,020$	$41 \times 282 = 11,562$
Regular calidad de vida	$41 \times 157 = 6,437$	$41 \times 219 = 8,979$
Deficiente calidad de vida	$41 \times 94 = 3,854$	$41 \times 156 = 6,396$

Fuente: Elaboración propia



**Tabla N° 8**

***Baremo para el instrumento calidad de vida por dimensiones***

Dimensiones	Baremo	Rango	
		Puntaje Mínimo	Puntaje Máximo
Dimensión física	Buena calidad de vida	10 x 220 = 2,220	10 x 282 = 2,820
	Regular calidad de vida	10 x 157 = 1,570	10 x 219 = 2,190
	Deficiente calidad de vida	10 x 94 = 940	10 x 156 = 1,560
Dimensión Emocional	Buena calidad de vida	11 x 220 = 2,420	11 x 282 = 3,102
	Regular calidad de vida	11 x 157 = 1,727	11 x 219 = 2,409
	Deficiente calidad de vida	11 x 94 = 1,034	11 x 156 = 1,716
Dimensión Social	Buena calidad de vida	10 x 220 = 9,020	10 x 282 = 11,562
	Regular calidad de vida	10 x 157 = 6,437	10 x 219 = 8,979
	Deficiente calidad de vida	10 x 94 = 3,854	10 x 156 = 6,396
Dimensión de relaciones personales	Buena calidad de vida	6 x 220 = 1,320	6 x 282 = 1,692
	Regular calidad de vida	6 x 157 = 942	6 x 219 = 1,314
	Deficiente calidad de vida	6 x 94 = 564	6 x 156 = 936
Dimensión de aficiones y vacaciones	Buena calidad de vida	4 x 220 = 880	4 x 282 = 1,128
	Regular calidad de vida	4 x 157 = 628	4 x 219 = 876
	Deficiente calidad de vida	4 x 94 = 376	4 x 156 = 624

Fuente: Elaboración propia

**Tabla N° 9**

*Estadísticas de fiabilidad para el instrumento EPESA aplicado a los 8 estresores positivos*

Alfa de Cronbach	N de elementos
0,816	30

Fuente: SPSS V29

**Tabla N° 10**

*Estadísticas de fiabilidad para el instrumento EPESA aplicado a los 10 estresores  
negativos*

---

Alfa de Cronbach	N de elementos
0,879	30

---

Fuente: SPSS V29

**Tabla N° 11**

*Estadísticas de fiabilidad para el instrumento EPESA aplicado a los 18 estresores*

---

Alfa de Cronbach	N de elementos
0,847	30

---

Fuente: SPSS V29

**Tabla N° 12**

*Estadísticas de fiabilidad para el instrumento “Cuestionario de Calidad de Vida”  
aplicado a las 5 dimensiones*

Dimensiones	Alfa de Cronbach	N° de elementos
Física	0,796	30
Emocional	0,839	30
Social	0,861	30
Relaciones Personales	0,789	30
Aficiones y Vacaciones	0,842	30

Fuente: SPSS V29

**Tabla N° 13**

**Estadísticas de fiabilidad para el instrumento “Cuestionario de Calidad de Vida”  
aplicado todo el instrumento**

---

Alfa de Cronbach	N de elementos
0,891	30

---

Fuente: SPSS V29

**Tabla N° 14**  
*Distribución de frecuencia porcentual de edades*

Edad	Frecuencia	Porcentaje
18	19	19
19	36	36
20	23	23
21	22	22
	100	100

Fuente: Datos de edades del test de estresores aplicado a los soldados.

Se observa en la tabla N° 14, que el mayor porcentaje de edades fue de 36% y recayó en 19 años, le sigue la edad de 20 años con porcentaje de 23%, la edad de 21 años con porcentaje de 22% y la edad de 18 años con porcentaje de 19.

**Tabla N° 15**

*Frecuencia de estresores familiares clasificados por tipo de estresor*

Estresores familiares	Ultimo 12 meses
Cambio importante en casa o vecindario	24
Mudanza	13
Accidente	15
Enfermedades	67
Drogas	27
Matrimonio	9
Embarazo	6
Aborto	8
Llegada de un nuevo miembro familiar	2
Bebé recién nacido	6
Adopción	0
Mudanza de un pariente	12
Ausencia de padres	18
Alejamiento de un familiar	22
Discusión	78
Cambio de status marital	14
Divorcio	9
Muerte	5

Fuente: Test de estresores familiares aplicado a los soldados de la unidad objeto de estudio

Se observa en la tabla N° 15, que el estresor “discusión” con 78 puntos es el estresor de mayor puntaje, mientras que el estresor “adopción” obtuvo cero puntos siendo el estresor de menor puntaje, se muestra también los estresores familiares ordenados de mayor a menor según el puntaje obtenido en los 12 últimos meses.



**Tabla N° 16.**

*Estresores familiares ordenados en forma descendente*

Estresores familiares	Ultimo 12 meses
15. Discusión	78
4. Enfermedades	67
5. Drogas	27
1. Cambio importante en casa o vecindario	24
14. Alejamiento de un familiar	22
13. Ausencia de padres	18
3. Accidente	15
16. Cambio de status marital	14
2. Mudanza	13
12. Mudanza de un pariente	12
6. Matrimonio	9
17. Divorcio	9
8. Aborto	8
7. Embarazo	6
10. Bebé recién nacido	6
18. Muerte	5
9. Llegada de un nuevo miembro familiar	2
11. Adopción	0
Total	335

Fuente: Test de estresores familiares aplicado a los soldados de la unidad objeto de estudio

Se observa en la tabla N° 16, que los estresores familiares están ordenados en forma descendente, es decir, están ordenados de mayor a menor. Los 5 estresores familiares de mayor puntaje fueron “discusiones” con 78 puntos, le sigue el estresor “enfermedades” con 67 puntos, “drogas” con 27 puntos, “cambio importante en casa” con 24 puntos y

“alejamiento de un familiar”, mientras que los estresores más bajos en puntaje fueron “llegada de un nuevo miembro familiar” con 2 puntos y “adopción” con cero puntos.

La Encuesta Peruana de estresores psicosociales del adolescente (EPESA) que mide cada evento en Unidades de Cambio Vital (UCV) de Kaplan y Sadock, adaptada por Haro Bruyat David y Bohorquez Giraldo Enrique, Perú, 2003, en cuya subescala Familia y Hogar tiene 28 preguntas, donde las sumas totales de los puntajes de cada estresor vivido se interpretan de la siguiente manera: de 0-125 UCV bajo estrés, de 126 a 200 UCV moderado estrés, de 201 a 300 UCV alto estrés y de 301 a más muy alto estrés. La suma de todos los puntajes de estresores fue de 335 puntos (tabla 3.3) por lo tanto, se considera que el test de estresores familiares fue calificado como de “muy alto estrés”.

**Tabla N° 17.**

*Estadística descriptiva de estresores*

	N	Mean	Std. Deviation	%
Estresor 1: Cambio importante en casa	100	,24	,429	15.96
Estresor 2: Mudanza	100	,13	,338	11.27
Estresor 3: Accidente	100	,15	,359	11.97
Estresor 4: Enfermedades	100	,67	,473	15.77
Estresor 5: Drogas	100	,27	,446	14.87
Estresor 6: Matrimonio	100	,09	,288	9.6
Estresor 7: Embarazo	100	,06	,239	7.97
Estresor 8: Aborto	100	,08	,273	9.1
Estresor 9: Llegada de un nuevo miembro familiar	100	,02	,141	4.7
Estresor 10: Bebé recién nacido	100	,06	,239	7.97
Estresor 11: Adopción	100	,00	,000	0
Estresor 12: Mudanza de un pariente	100	,12	,327	10.9
Estresor 13: Ausencia de padres	100	,18	,386	12.77
Estresor 14: Alejamiento de un familiar	100	,22	,416	13.87
Estresor 15: Discusión	100	,78	,416	13.87
Estresor 16: Cambio de status marital	100	,14	,349	11.63
Estresor 17: Divorcio	100	,09	,288	9.6
Estresor 18: Muerte	100	,05	,219	7.3
VI: Estresores	100	,186	,0877	2.92
Valid N (listwise)	100			

Fuente: Test de estresores familiares aplicado a los soldados de la unidad objeto de estudio.

SPSS V29

Se observa en la tabla N° 17, la estadística descriptiva de estresores en el cual se muestra la media y la desviación estándar para cada estresor.

**Tabla N° 18.**

***Estresor 1: Cambio importante en casa \* Estresor 2: Mudanza (Tabulación Cruzada)***

		Estresor 2: Mudanza		Total
		No ocurrió en los últimos 12 meses	Si ocurrió en los últimos 12 meses	
Estresor 1: Cambio importante en casa	No ocurrió en los últimos 12 meses	67	9	76
	Si ocurrió en los últimos 12 meses	20	4	24
Total		87	13	100

Fuente: Test de estresores familiares aplicado a los soldados de la unidad objeto de estudio

En la tabla N° 18, se observa el cruce del estresor 1 y el estresor 2. Se indica del estresor 1 que, 76 personas tuvieron un cambio importante en el último año, de ese total 67 personas no se mudaron y 9 personas se mudaron de casa. Así mismo, 24 personas tuvieron un cambio importante en casa en el último año y de ese total, 20 personas no se mudaron y 4 personas sí. Se indica del estresor 2 que 87 personas no se mudaron en el último año y 13 personas se mudaron, concluyendo que debido al estresor por un cambio importante en casa, solo un 4% de personas se mudan de vivienda.

**Tabla N° 19.**  
***Estresor 1: Cambio importante en casa \* Estresor 3: Accidente (Tabulación cruzada)***

		Estresor 3: Accidente		Total
		No ocurrió en los últimos 12 meses	Si ocurrió en los últimos 12 meses	
Estresor 1: Cambio importante en casa	No ocurrió en los últimos 12 meses	63	13	76
	Si ocurrió en los últimos 12 meses	22	2	24
Total		85	15	100

Fuente: Test de estresores familiares aplicado a los soldados de la unidad objeto de estudio

En la tabla N° 19, se observa el cruce del estresor 1 y el estresor 3. Se indica del estresor 1 que, 76 personas tuvieron un cambio importante en el último año, de ese total 63 personas no sufrieron ningún accidente y 9 personas se accidentaron. Así mismo, 24 personas tuvieron un cambio importante en casa en el último año y de ese total, 22 personas no sufrieron accidentes y 2 personas se accidentaron. Se indica del estresor 3 que 85 personas no sufrieron accidentes en el último año y 15 personas se accidentaron, concluyendo que debido al estresor por un cambio importante en casa, solo el 2% de personas sufren algún tipo de accidente.

**Tabla N° 20**  
***Estresor 1: Cambio importante en casa \* Estresor 4: Enfermedades (Tabulación Cruzada)***

		Estresor 4: Enfermedades		Total
		No ocurrió en los últimos 12 meses	Si ocurrió en los últimos 12 meses	
Estresor 1: Cambio importante en casa	No ocurrió en los últimos 12 meses	26	50	76
	Si ocurrió en los últimos 12 meses	7	17	24
<b>Total</b>		<b>33</b>	<b>67</b>	<b>100</b>

Fuente: Test de estresores familiares aplicado a los soldados de la unidad objeto de estudio

En la tabla N° 20, se observa el cruce del estresor 1 y el estresor 4. Se indica del estresor 1 que, 76 personas tuvieron un cambio importante en el último año, de ese total 26 personas no sufrieron ninguna enfermedad y 50 personas se enfermaron. Así mismo, 24 personas tuvieron un cambio importante en casa en el último año y de ese total, 26 personas no tuvieron enfermedades y 50 personas se enfermaron. Se indica del estresor 4 que 33 personas no sufrieron enfermedades en el último año y 67 personas se enfermaron, concluyendo que debido al estresor por un cambio importante en casa, el 17% de personas sufren por algún tipo de enfermedad.

**Tabla N° 21**  
***Estresor 1: Cambio importante en casa \* Estresor 5: Drogas (Tabulación Cruzada)***

		Estresor 5: Drogas		Total
		No ocurrió en los últimos 12 meses	Si ocurrió en los últimos 12 meses	
Estresor 1: Cambio importante en casa	No ocurrió en los últimos 12 meses	57	19	76
	Si ocurrió en los últimos 12 meses	16	8	24
Total		73	27	100

Fuente: Test de estresores familiares aplicado a los soldados de la unidad objeto de estudio

En la tabla N° 21, se observa el cruce del estresor 1 y el estresor 5. Se indica del estresor 1 que, 76 personas tuvieron un cambio importante en el último año, de ese total 57 personas no consumen drogas y 19 personas se consumen drogas. Así mismo, 24 personas tuvieron un cambio importante en casa en el último año y de ese total, 16 personas no consumen drogas y 8 personas consumen drogas. Se indica del estresor 5 que 73 personas no consumen drogas en el último año y 27 personas consumen drogas, concluyendo que debido al estresor por un cambio importante en casa, solo el 8% de personas consumen drogas.



**Tabla N° 22**

***Estresor 1: Cambio importante en casa \* Estresor 6: Matrimonio (Tabulación Cruzada)***

		Estresor 6: Matrimonio		Total
		No ocurrió en los últimos 12 meses	Si ocurrió en los últimos 12 meses	
Estresor 1: Cambio importante en casa	No ocurrió en los últimos 12 meses	70	6	76
	Si ocurrió en los últimos 12 meses	21	3	24
Total		91	9	100

Fuente: Test de estresores familiares aplicado a los soldados de la unidad objeto de estudio

En la tabla N° 22, se observa el cruce del estresor 1 y el estresor 6. Se indica del estresor 1 que, 76 personas tuvieron un cambio importante en el último año, de ese total 70 personas no se casaron y 19 personas se casaron. Así mismo, 24 personas tuvieron un cambio importante en casa en el último año y de ese total, 21 personas no se casaron y 3 personas se casaron. Se indica del estresor 6 que 91 personas no se casaron en el último año y 9 personas se casaron, concluyendo que debido al estresor por un cambio importante en casa, solo el 3% de personas se casaron.

**Tabla N° 23**

***Estresor 1: Cambio importante en casa***

		Frecuen cy	Percen t	Valid Percent	Cumulative Percent
Val id	No ocurrió en los últimos 12 meses	79	76,0	76,0	76,0
	Si ocurrió en los últimos 12 meses	24	24,0	24,0	100,0
	Total	100	100,0	100,0	

Fuente: Test de estresores familiares aplicado a los soldados de la unidad objeto de estudio

En la tabla N° 23, se observa que en el estresor 1 (cambio importante en casa), que 76 personas no presentaron ningún cambio relevante en casa en el último año 24 personas sí tuvieron cambios en casa en el último año.

**Tabla N° 24**

***Estresor 2: Mudanza***

		Frequen cy	Percen t	Valid Percent	Cumulative Percent
Val id	No ocurrió en los últimos 12 meses	87	87,0	87,0	87,0
	Si ocurrió en los últimos 12 meses	13	13,0	13,0	100,0
	Total	100	100,0	100,0	

Fuente: Test de estresores familiares aplicado a los soldados de la unidad objeto de estudio

En la tabla N° 24, se observa que en el estresor 2 (mudanza) obtenido del Test de estresores familiares aplicado a los soldados de la unidad objeto de estudio, que 87 personas no se mudaron en el último año y 13 personas se mudaron en el último año.

**Tabla N° 25**

***Estresor 3: Accidente***

		Frecuen cy	Percen t	Valid Percent	Cumulative Percent
Val id	No ocurrió en los últimos 12 meses	85	85,0	85,0	85,0
	Si ocurrió en los últimos 12 meses	15	15,0	15,0	100,0
	Total	100	100,0	100,0	

Fuente: Test de estresores familiares aplicado a los soldados de la unidad objeto de estudio

En la tabla N° 25 se observa que en el estresor 3 (accidente) obtenido del Test de estresores familiares aplicado a los soldados de la unidad objeto de estudio, que 85 personas no se tuvieron accidentes en el último año y 15 personas si tuvieron accidentes en el último año.

**Tabla N° 26**

***Estresor 4: Enfermedades***

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	No ocurrió en los últimos 12 meses	33	33,0	33,0	33,0
	Si ocurrió en los últimos 12 meses	67	67,0	67,0	100,0
	Total	100	100,0	100,0	

Fuente: Test de estresores familiares aplicado a los soldados de la unidad objeto de estudio

En la tabla N° 26 se observa que en el estresor 4 (enfermedades), que 33 personas no sufrieron ninguna enfermedad en el último año y 67 personas se enfermaron en el último año.

**Tabla N° 27**

***Estresor 5: Drogas***

		Frequen cy	Percen t	Valid Percent	Cumulative Percent
Val id	No ocurrió en los últimos 12 meses	73	73,0	73,0	73,0
	Si ocurrió en los últimos 12 meses	27	27,0	27,0	100,0
	Total	100	100,0	100,0	

Fuente: Test de estresores familiares aplicado a los soldados de la unidad objeto de estudio

En la tabla N° 27 se observa que en el estresor 5 (drogas), que 73 personas no consumieron drogas en el último año y 27 personas se enfermaron en el último año.

**Tabla N° 28**

***Estresor 6: Matrimonio***

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid No ocurrió en los últimos 12 meses	91	91,0	91,0	91,0
Si ocurrió en los últimos 12 meses	9	9,0	9,0	100,0
Total	100	100,0	100,0	

En la tabla N° 28 se observa que en el estresor 6 (matrimonio), que 91 personas no se casaron en el último año y 9 personas se casaron en el último año.

**Tabla N° 29**  
***Estresor 7: Embarazo***

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid No ocurrió en los últimos 12 meses	94	94,0	94,0	91,0
Si ocurrió en los últimos 12 meses	6	6,0	6,0	100,0
Total	100	100,0	100,0	

Fuente: Test de estresores familiares aplicado a los soldados de la unidad objeto de estudio

En la tabla N° 29 se observa que en el estresor 7 (embarazo), que 94 personas no se pasaron por un embarazo en el último año y 9 mujeres estuvieron embarazadas en el último año.



**Tabla N° 30**

***Estresor 8: Aborto***

		Frecuen cy	Percen t	Valid Percent	Cumulative Percent
Val id	No ocurrió en los últimos 12 meses	92	92,0	92,0	92,0
	Si ocurrió en los últimos 12 meses	8	8,0	8,0	100,0
	Total	100	100,0	100,0	

Fuente: Test de estresores familiares aplicado a los soldados de la unidad objeto de estudio

En la tabla N° 30 se observa que en el estresor 8 (aborto), que 94 personas no se pasaron por un aborto en el último año y 8 mujeres sufrieron un aborto en el último año. El gráfico incluyendo la media y la desviación estándar se muestra en la siguiente figura:

**Tabla N° 31**

***Estresor 9: Llegada de un nuevo miembro familiar***

		Frecuen cy	Percen t	Valid Percent	Cumulative Percent
Val id	No ocurrió en los últimos 12 meses	98	98,0	98,0	98,0
	Si ocurrió en los últimos 12 meses	2	2,0	2,0	100,0
	Total	100	100,0	100,0	

Fuente: Test de estresores familiares aplicado a los soldados de la unidad objeto de estudio

En la tabla N° 31 se observa que en el estresor 9 (llegada de un nuevo miembro familiar), que 98 personas no recibieron un nuevo miembro familiar en el último año y solo 2 personas contaron con la llegada de un nuevo miembro en la familia en el último año.

**Tabla N° 32**

***Estresor 10: Bebé recién nacido***

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid No ocurrió en los últimos 12 meses	94	94,0	94,0	94,0
Si ocurrió en los últimos 12 meses	6	6,0	6,0	100,0
Total	100	100,0	100,0	

Fuente: Test de estresores familiares aplicado a los soldados de la unidad objeto de estudio

En la tabla N° 32 se observa que en el estresor 10 (bebé recién nacido), que 94 personas no contaron con la llegada de un bebé recién nacido en el último año y solo 6 personas recibieron en la familia a un bebé recién nacido en el último año.

**Tabla N° 33**

***Estresor 11: Adopción***

		Frequen cy	Percen t	Valid Percent	Cumulative Percent
Val id	No ocurrió en los últimos 12 meses	100	100,0	100,0	100,0

Fuente: Test de estresores familiares aplicado a los soldados de la unidad objeto de estudio

En la tabla N° 33 se observa que en el estresor 11 (adopción), que ninguna persona adoptó un niño en el último año.

**Tabla N° 34**

***Estresor 12: Mudanza***

		Frequen cy	Percen t	Valid Percent	Cumulative Percent
Val id	No ocurrió en los últimos 12 meses	88	88,0	88,0	88,0
	Si ocurrió en los últimos 12 meses	12	12,0	12,0	100,0
	Total	100	100,0	100,0	

Fuente: Test de estresores familiares aplicado a los soldados de la unidad objeto de estudio

En la tabla N° 34 se observa que en el estresor 12 (mudanza de un pariente), que 88 personas no vivieron la mudanza de un pariente en el último año y 12 personas tuvieron parientes que se fueron de casa en el último año.

**Tabla N° 35**  
***Estresor 13: Ausencia de padres***

		Frequen cy	Percen t	Valid Percent	Cumulative Percent
Val id	No ocurrió en los últimos 12 meses	82	82,0	82,0	82,0
	Si ocurrió en los últimos 12 meses	18	18,0	18,0	100,0
	Total	100	100,0	100,0	

Fuente: Test de estresores familiares aplicado a los soldados de la unidad objeto de estudio

En la tabla N° 35 se observa que en el estresor 13 (ausencia de padres), que 82 personas no vivieron la ausencia de padres en el último año y 18 personas vivieron ausencia de padres en el último año.

**Tabla N° 36**

***Estresor 14: Alejamiento de un familiar***

		Frequen cy	Percen t	Valid Percent	Cumulative Percent
Val id	No ocurrió en los últimos 12 meses	78	78,0	78,0	78,0
	Si ocurrió en los últimos 12 meses	22	22,0	22,0	100,0
	Total	100	100,0	100,0	

Fuente: Test de estresores familiares aplicado a los soldados de la unidad objeto de estudio

En la tabla N° 36 se observa que en el estresor 14 (alejamiento de un familiar), que 78 personas no vivieron el alejamiento de un familiar en el último año y 22 personas vivieron la lejanía de un familiar en el último año.

**Tabla N° 37**

***Estresor 15: Discusión***

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	No ocurrió en los últimos 12 meses	22	22,0	22,0	22,0
	Si ocurrió en los últimos 12 meses	78	78,0	78,0	100,0
	Total	100	100,0	100,0	

Fuente: Test de estresores familiares aplicado a los soldados de la unidad objeto de estudio

En la tabla N° 37 se observa que en el estresor 15 (discusión), que 22 personas no tuvieron discusiones en el último año y 78 personas tuvieron discusiones con alguna persona que les causó estrés en el último año.



**Tabla N° 38**

***Estresor 16: Cambio de status marital***

		Frecuen cy	Percen t	Valid Percent	Cumulative Percent
Val id	No ocurrió en los últimos 12 meses	86	86,0	86,0	86,0
	Si ocurrió en los últimos 12 meses	14	14,0	14,0	100,0
	Total	100	100,0	100,0	

Fuente: Test de estresores familiares aplicado a los soldados de la unidad objeto de estudio

En la tabla N° 38 se observa que en el estresor 16 (cambio de status marital), que 86 personas no tuvieron un cambio de status marital en el último año y 14 personas pasaron por un cambio de status marital producto de un divorcio o una pérdida de pareja en el último año.

**Tabla N° 39**  
***Estresor 17: Divorcio***

		Frequen cy	Percen t	Valid Percent	Cumulative Percent
Val id	No ocurrió en los últimos 12 meses	91	91,0	91,0	91,0
	Si ocurrió en los últimos 12 meses	9	9,0	9,0	100,0
	Total	100	100,0	100,0	

Fuente: Test de estresores familiares aplicado a los soldados de la unidad objeto de estudio

En la tabla N° 39 se observa que en el estresor 17 (divorcio), que 91 personas no se divorciaron en el último año y 9 personas pasaron por un divorcio en el último año.

**Tabla N° 40**  
***Estresor 18: Muerte***

		Frecuen cy	Percen t	Valid Percent	Cumulative Percent
Val id	No ocurrió en los últimos 12 meses	95	95,0	95,0	95,0
	Si ocurrió en los últimos 12 meses	5	5,0	5,0	100,0
	Total	100	100,0	100,0	

Fuente: Test de estresores familiares aplicado a los soldados de la unidad objeto de estudio

En la tabla N° 40 se observa que en el estresor 18 (muerte), que 95 personas afirmaron que no tuvieron parientes que murieron en el último año y 5 personas sufrieron estrés por la muerte de un pariente en el último año.

**Tabla N° 41**  
***Consolidado porcentual de Estresores en un año***

	%
Estresores familiares	Ultimo 12 meses
Cambio importante en casa o vecindario	24
Mudanza	13
Accidente	15
Enfermedades	67
Drogas	27
Matrimonio	9
Embarazo	6
Aborto	8
Llegada de un nuevo miembro familiar	2
Bebé recién nacido	6
Adopción	0
Mudanza de un pariente	12
Ausencia de padres	18
Alejamiento de un familiar	22
Discusión	78
Cambio de status marital	14
Divorcio	9
Muerte	5
VI: Estresores familiares	18.61

Fuente: Test de estresores familiares aplicado a los soldados de la unidad objeto de estudio

En la tabla N° 41 se observa el consolidado porcentual de los estresores en un año y el mayor porcentaje recayó en el estresor discusión con un valor de 78%, le sigue enfermedades con 67% que son los estresores en los que hay que trabajarlos para reducirlos y así aumentar la calidad de vida de los soldados de un cuartel militar de La Libertad. El estresor que obtuvo menor valor porcentual fue el estresor adopción con un valor de 0% de adopciones, le sigue el estresor llegada de un nuevo miembro familiar con un valor de 2%.

**Tabla N° 42**  
**Media y desviación Estandar de Calidad de vida por ítems**

	N	Mean	Std. Deviation
DIM1: Dimensión física	100	2,34	,2608
1. Se siente limitado al cargar paquetes	100	2,55	,730
2. se siente limitado para realizar actividades diarias en su hogar	100	2,54	,731
3. su rendimiento en el trabajo está limitado por cansancio físico	100	2,35	,796
4. Se siente limitado al subir un tramo de escaleras	100	2,21	,844
5. Se siente limitado al realizar actividad física dentro del cuartel	100	2,10	,835
6. Se limita al realizar ejercicios prolongados	100	2,10	,835
7. Se encuentra en buen estado físico para atender sus necesidades	100	2,09	,842
8. Tiene debilidad o fatiga en la realización de sus actividades diarias	100	2,55	,730
9. Tiene algún tipo de enfermedad hereditaria	100	2,54	,731
10. Tiene predisposición para realizar actividad física	100	2,35	,796
DIM2: Dimensión emocional	100	2,345	,2424
11. Se siente usted abatido, triste, melancólico y con ganas de llorar	100	2,52	,759
12. Se siente usted ansioso, nervioso o inquieto	100	2,60	,696
13. Usted puede dominar sus emociones como ira, cólera, agresividad	100	2,28	,830
14. Usted demuestra sus sentimientos a través de caricias, halagos o ternura	100	2,20	,853
15. Se siente satisfecho o complacido con su vida personal	100	2,24	,818
16. Se siente usted relajado y libre de tensiones	100	2,24	,818
17. Usted se siente bien con las cosas que hace ahora	100	2,16	,838
18. Tiene usted esperanza en el futuro	100	2,52	,759
19. usted se acepta como es	100	2,52	,759
20. Se quiere como es	100	2,32	,790
21. Se deprime cuando tiene alguna enfermedad	100	2,20	,853
DIM3: Dimensión social	100	2,34	,2608
22. Esta usted dispuesto a tener muchos amigos	100	2,55	,730
23. Participa en actividades de recreación, reuniones, paseos, juegos	100	2,54	,731
24. Le agrada reunirse con otras personas	100	2,35	,796
25. Le agrada estar solo	100	2,21	,844

26. Siente que sus amigos le apoyan incondicionalmente	100	2,10	,835
27. Desempeña algún trabajo u ocupación en casa o fuera de ella	100	2,10	,835
28. Siente que su familia lo acepta	100	2,09	,842
29. Su trabajo le produce satisfacción	100	2,55	,730
30. Considera que puede ser útil para sus compañeros dentro del cuartel	100	2,54	,731
31. Considera usted que puede mantenerse económicamente	100	2,35	,796
Dim4: Dimensión Relaciones personales	100	2,26	,4291
32. Las relaciones personales con los miembros de su familia son positivas	100	2,20	,853
33. Mantiene relaciones sexuales con su pareja	100	2,10	,835
34. Se preocupa por su apariencia personal	100	2,10	,835
35. Se reúne con sus amistades	100	2,08	,849
36. Comparte momentos de intimidad, abrazos, besos, caricias con su pareja	100	2,56	,729
37. Dialoga con sus familiares	100	2,54	,731
Dim5: Dimensión Aficiones y vacaciones	100	2,40	,3827
38. Se programa periodos de vacaciones	100	2,52	,759
39. Practica actividades de turismo	100	2,60	,696
40. Realiza algún tipo de trabajo intelectual	100	2,28	,830
41. Dedicar algún tiempo del día a actividades recreativas: paseos, TV, bailar, lectura	100	2,20	,853
VD: Calidad de Vida	100	2,34	,1995
Valid N (listwise)	100		

Fuente: Test de estresores familiares aplicado a los soldados de la unidad objeto de estudio. SPSS V29

Se observa en la tabla N° 42 que la media de los 41 ítems utilizados en el instrumento de calidad de vida fluctúa entre 2.08 a 2.60 y la desviación estándar fluctúa entre 0.261 y 0.853. La media de la variable calidad de vida obtuvo un valor de 2.34 con una desviación estándar de 0.1995, lo cual demuestra una baja dispersión de los datos del instrumento calidad de vida.

**Tabla N° 43**  
***Media y desviación Estandar de las dimensiones de Calidad de vida***

<b>Descriptive Statistics</b>			
	N	Mean	%
DIM1: Dimensión física	100	2,338	77.9%
DIM2: Dimensión emocional	100	2,345	78.2%
DIM3: Dimensión social	100	2,338	77.9%
Dim4: Dimensión Relaciones personales	100	2,263	75.4%
Dim5: Dimensión Aficiones y vacaciones	100	2,400	80%
VD: Calidad de Vida	100	2,337	77.9%
Valid N (listwise)	100		

Fuente: Test de estresores familiares aplicado a los soldados de la unidad objeto de estudio

Se observa en la tabla N° 43 la estadística descriptiva de las media, desviaciones y valor porcentual de las dimensiones de la variable calidad de vida, siendo la dimensión 5 que corresponde a las aficiones y vacaciones la que obtuvo mayor puntuación de 80%, le sigue la dimensión emocional con 78%, luego la dimensión física y social con 77.9% y la que obtuvo menor puntuación fue la dimensión 4 de relaciones personales con un valor de 75.4%. La variable calidad de vida obtuvo un porcentaje de 77.9% que representa una calidad de vida de nivel regular o medio.