



Autónoma
Universidad Autónoma del Perú

**FACULTAD DE CIENCIAS HUMANAS Y DE LA SALUD
ESCUELA PROFESIONAL DE PSICOLOGÍA**

TESIS

**BIENESTAR PSICOLÓGICO Y MIEDO AL CORONAVIRUS EN SURFISTAS DEL
PERÚ, 2021**

**PARA OBTENER EL TÍTULO DE
LICENCIADO EN PSICOLOGÍA**

AUTOR

**LUIS RICARDO RODRÍGUEZ GARCÍA
ORCID: 0000-0001-6184-3528**

ASESORA

**MAG. GUISSOLA VANESSA MENDOZA CHAVEZ
ORCID: 0000-0001-5883-9712**

LÍNEA DE INVESTIGACIÓN

BIENESTAR PSICOLÓGICO

LIMA, PERÚ, NOVIEMBRE DE 2022



CC BY-NC-ND

<https://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/4.0/>

Esta licencia es la más restrictiva de las seis licencias principales, sólo permite que otros puedan descargar las obras y compartirlas con otras personas, siempre que se reconozca su autoría, pero no se pueden cambiar de ninguna manera ni se pueden utilizar comercialmente.

Referencia bibliográfica

Rodríguez García, L. R. (2022). *Bienestar psicológico y miedo al coronavirus en surfistas del Perú, 2021* [Tesis de pregrado, Universidad Autónoma del Perú]. Repositorio de la Universidad Autónoma del Perú.

HOJA DE METADATOS

Datos del autor	
Nombres y apellidos	Luis Ricardo Rodríguez García
Tipo de documento de identidad	DNI
Número de documento de identidad	43700509
URL de ORCID	https://orcid.org/0000-0001-6184-3528
Datos del asesor	
Nombres y apellidos	Guissela Vanessa Mendoza Chavez
Tipo de documento de identidad	DNI
Número de documento de identidad	42731773
URL de ORCID	https://orcid.org/0000-0001-5883-9712
Datos del jurado	
Presidente del jurado	
Nombres y apellidos	José Carlos Anicama Gómez
Tipo de documento	DNI
Número de documento de identidad	08603084
Secretario del jurado	
Nombres y apellidos	Laura Fausta Villanueva Blas
Tipo de documento	DNI
Número de documento de identidad	09749871
Vocal del jurado	
Nombres y apellidos	Diego Ismael Valencia Pecho
Tipo de documento	DNI
Número de documento de identidad	46196305
Datos de la investigación	
Título de la investigación	Bienestar psicológico y miedo al coronavirus en surfistas del Perú, 2021
Línea de investigación Institucional	Persona, Sociedad, Empresa y Estado
Línea de investigación del Programa	Bienestar psicológico
URL de disciplinas OCDE	https://purl.org/pe-repo/ocde/ford#5.00.00

**FACULTAD DE CIENCIAS HUMANAS Y DE LA SALUD
ESCUELA PROFESIONAL DE PSICOLOGÍA**

ACTA DE SUSTENTACIÓN DE TESIS

En la ciudad de Lima, el Jurado de Sustentación de Tesis conformado por los psicólogos colegiados: Dr. José Carlos Anicama Gómez quien lo preside, la Dra. Laura Fausta Villanueva Blas como secretaria y el Mag. Diego Ismael Valencia Pecho como vocal, reunidos en acto público para dictaminar la tesis titulada:

**BIENESTAR PSICOLÓGICO Y MIEDO AL CORONAVIRUS EN
SURFISTAS DEL PERÚ, 2021**

Presentada por el Bachiller:

RODRÍGUEZ GARCÍA, LUIS RICARDO

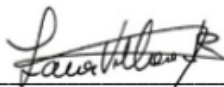
Para obtener el **Título Profesional de Licenciado en Psicología**; luego de escuchar la sustentación de la misma y resueltas las preguntas del jurado, acuerdan:

APROBADO POR UNANIMIDAD

En fe de lo cual firman los miembros del jurado, a los nueve días de noviembre del 2022.



Dr. José Carlos Anicama Gómez
C.Ps.P. 0143
Presidente



Dra. Laura Fausta Villanueva Blas
C.Ps.7452
Secretaria



Mag. Diego Ismael Valencia Pecho
C. Ps. P. 24039
Vocal

ACTA DE APROBACIÓN DE ORIGINALIDAD

Yo Guissela Vanessa Mendoza Chavez docente de la Facultad de Ciencias Humanas y de la Salud de la Escuela Profesional de Psicología de la Universidad Autónoma del Perú, en mi condición de asesora de la tesis titulada:

“BIENESTAR PSICOLÓGICO Y MIEDO AL CORONAVIRUS EN SURFISTAS DEL PERÚ, 2021”

Del bachiller Luis Ricardo Rodríguez García, constato que la tesis tiene un índice de similitud de 19% verificable en el reporte de similitud del software Turnitin que se adjunta.

La suscrita analizó dicho reporte y concluyó que cada una de las coincidencias detectadas no constituyen plagio. A mi leal saber y entender la tesis cumple con todas las normas para el uso de citas y referencias establecidas por la Universidad Autónoma del Perú.

Lima, 30 de Junio de 2023



Guissela Vanessa Mendoza Chavez

DNI: 42731773

DEDICATORIA

A Cristo nuestro señor, luz infinita, fuente de toda sabiduría, creador de lo invisible y visible, motivo del conocimiento y del servicio a los demás. Además, dedicarle este trabajo a toda mi familia.

AGRADECIMIENTOS

Tengo que agradecer mucho y a muchos, puesto que el lugar y el momento en el cual me encuentro es solo gracias a todos ellos.

Agradecer a mi esposa, por su afecto, compañía y muchas veces guía, por sus muchas veces en las cuales confió en mí y en mis capacidades para poder salir adelante en los estudios y hacerlo de buena manera, siempre motivadora, siempre cercana, siempre acompañándome en cada logro; propio y en familia.

Agradecer a mis padres, no solamente por el don de la vida, sino también, por haberme dado una primera experiencia sobre los estudios superiores sin ellos haberlos necesitado, pero mostrándome que tan necesarios son para poder seguir creciendo como ser humano.

Agradecer a todos mis familiares, por ser parte de mi vida, de mis triunfos y dificultades, por su apoyo y compañía incondicional, por tantas vivencias buenas y no tan buenas, pero, sobre todo, por siempre estar presente ayudando en todo lo que era necesario para poder seguir avanzando en mi carrera. Además, agradecer a todos los familiares de mi esposa que me acompañaron durante todo este tiempo.

Agradecer a tantos amigos, tantos que fueron fuente de inspiración para escoger esta carrera por su dedicación al servicio de los demás, hombres y mujeres creyentes, sacerdotes y religiosos, personas con una inteligencia y lucidez que me llevaron a pensar en seguir los estudios superiores, no solamente para crecer profesionalmente, sino también, para buscar un medio de ayudar a los demás.

Agradecer a todos los surfistas por quienes fue posible mi trabajo, quienes se dieron tiempo de poder ayudarme aceptando ser parte de mi investigación.

Sobre todo, agradecer a Cristo Nuestro Señor, fuente de toda inspiración y sabiduría, quién ha sido fortaleza y motivación en muchos momentos de mi vida,

llevándome a lugares que nunca pensé conocer y colocando en mi interior el deseo de seguir conociendo mucho más al ser humano, por colocar en mí el deseo de seguir conociendo más y mejor todo lo que me rodea, agradecerle por el don de la sabiduría que colocó en tantas personas que conocí y que fueron inspiración para seguir estudiando y por lo cual decidí elegir esta carrera, en beneficio propio y de los demás.

Muchas fueron las personas que intervinieron para que pueda lograr llegar hasta este lugar, hasta esta etapa de mi vida, muchas las personas que merecen algún crédito por toda la ayuda, en gran o menor medida, sin embargo, faltarían palabras para poder decirles a todos lo que significaron para mí, para que pueda llegar hasta aquí, por sus palabras, sus intenciones, sus detalles, su aliento e inclusive sus oraciones para que pueda continuar, es por ello que solo puedo tener palabras de agradecimiento por todo lo sucedido, bueno e inclusive malo, porque todas las experiencias forjaron el deseo de seguir adelante y de continuar hasta poder terminar lo que un día comenzó como una bonita experiencia. Gracias a todos y por todo.

ÍNDICE

DEDICATORIA	2
AGRADECIMIENTOS	3
RESUMEN	7
ABSTRACT	8
RESUMO	9
INTRODUCCIÓN	10
CAPÍTULO I: PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN	
1.1. Realidad problemática.....	13
1.2. Justificación e importancia de la investigación.....	19
1.3. Objetivos de la investigación: general y específicos.....	20
1.4. Limitaciones de la investigación.....	21
CAPÍTULO II: MARCO TEÓRICO	
2.1. Antecedentes de estudios.....	22
2.2. Desarrollo de la temática correspondiente al tema investigado.....	27
2.3. Definición conceptual de la terminología empleada.....	37
CAPÍTULO III: MARCO METODOLÓGICO	
3.1. Tipo y diseño de investigación.....	39
3.2. Población y muestra.....	39
3.3. Hipótesis.....	42
3.4. Variables – Operacionalización.....	42
3.5. Métodos y técnicas de investigación.....	46
3.6. Procesamiento de los datos.....	50
CAPÍTULO IV: ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN DE DATOS	
4.1. Resultados descriptivos de las dimensiones con la variable.....	54
4.2. Contrastación de hipótesis.....	55
CAPÍTULO V: DISCUSIONES, CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES	
5.1. Discusiones.....	60
5.2. Conclusiones.....	63
5.3. Recomendaciones.....	64
REFERENCIAS	
ANEXOS	

LISTA DE TABLAS

- Tabla 1 Frecuencias y porcentajes según sexo
- Tabla 2 Frecuencias y porcentajes según edad
- Tabla 3 Frecuencias y porcentajes según lugar de residencia
- Tabla 4 Frecuencias y porcentajes según si ha padecido covid – 19
- Tabla 5 Operacionalización de la variable Bienestar psicológico
- Tabla 6 Operacionalización de la variable miedo al coronavirus
- Tabla 7 Matriz de estructura factorial de la escala bienestar psicológico
- Tabla 8 Alfa de Cronbach de la escala bienestar psicológico
- Tabla 9 Matriz de estructura factorial de la escala de miedo al covid - 19
- Tabla 10 Alfa de Cronbach de la escala de miedo al covid - 19
- Tabla 11 Prueba de normalidad de la variable bienestar psicológico y sus dimensiones, y el miedo al coronavirus y sus dimensiones
- Tabla 12 Niveles de la variable bienestar psicológico y sus dimensiones
- Tabla 13 Niveles de la variable miedo al coronavirus y sus dimensiones
- Tabla 14 Correlación entre el bienestar psicológico y el miedo al coronavirus
- Tabla 15 Correlación entre las dimensiones del bienestar psicológico y el miedo al coronavirus
- Tabla 16 Correlación entre el bienestar psicológico y las dimensiones del miedo al coronavirus
- Tabla 17 Correlación entre las dimensiones del bienestar psicológico y las dimensiones del miedo al coronavirus

BIENESTAR PSICOLÓGICO Y MIEDO AL CORONAVIRUS EN SURFISTAS DEL PERÚ, 2021

LUIS RICARDO RODRÍGUEZ GARCÍA

UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DEL PERÚ

RESUMEN

La presente investigación tuvo como objetivo estudiar la relación que existe entre el bienestar psicológico y el miedo al coronavirus en surfistas del Perú, el estudio contó con 101 deportistas de surf entre las edades de 18 a 60 años, provenientes de Lima, Cañete y el norte del Perú, la investigación es de tipo básica y diseño no experimental transversal y correlacional, con un muestreo no probabilístico, se utilizó la Escala de Bienestar Psicológico de Ryff y la Escala de Miedo al coronavirus, ambas escalas evidenciaron sus propiedades psicométricas para la población de estudio siendo estas válidas y confiables, los resultados hallados en la presente investigación fueron que no se encontró relación estadísticamente significativa entre el bienestar psicológico y miedo al coronavirus, así mismo, presentaron niveles promedios y altos de bienestar psicológico y niveles promedios y altos de miedo al coronavirus.

Palabras clave: coronavirus, surfistas, bienestar psicológico

**PSYCHOLOGICAL WELL-BEING AND FEAR OF CORONAVIRUS IN PERUVIAN
SURFERS, 2021**

LUIS RICARDO RODRÍGUEZ GARCÍA

UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DEL PERÚ

ABSTRACT

The present research aimed to study the relationship between psychological well-being and fear of coronavirus in Peruvian surfers, the study included 101 surfers between the ages of 18 to 60 years, from Lima, Cañete and the north of Peru, the research is of a basic type and non-experimental cross-sectional design and correlates, with a non-probabilistic sampling, the Ryff Psychological Well-being Scale and the Scale of Fear of the coronavirus were used, both scales showed their psychometric properties for the population of study being these valid and reliable, the results found in the present investigation were that no statistically significant relationship was found between psychological well-being and fear of coronavirus, likewise, they presented average and high levels of psychological well-being and average and high levels of fear of coronavirus.

Keywords: coronavirus, surfers, psychological well-being

BEM-ESTAR PSICOLÓGICO E MEDO DE CORONAVÍRUS EM SURFISTAS PERUANOS, 2021

LUIS RICARDO RODRÍGUEZ GARCÍA

UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DEL PERÚ

RESUMO

A presente pesquisa teve como objetivo estudar a relação entre bem-estar psicológico e medo do coronavírus em surfistas peruanos, o estudo incluiu 101 surfistas com idades entre 18 e 60 anos, de Lima, Cañete e norte do Peru, a pesquisa é de um tipo básico e delineamento transversal não experimental e correlatos, com amostragem não probabilística, foram utilizadas a Escala de Bem-estar Psicológico de Ryff e a Escala de Medo do coronavírus, ambas as escalas demonstraram suas propriedades psicométricas para a população em estudo. estes válidos e confiáveis, os resultados encontrados na presente investigação foram que não foi encontrada relação estatisticamente significativa entre bem-estar psicológico e medo do coronavírus, da mesma forma, eles apresentaram níveis médios e altos de bem-estar psicológico e níveis médios e altos de medo. de coronavírus.

Palavras-chave: coronavírus, surfistas, bem-estar psicológico

INTRODUCCIÓN

Mediante este estudio se pudo determinar la relación existente entre el bienestar psicológico y el miedo al coronavirus en surfistas del Perú, puesto que los deportistas de dicha disciplina han tenido mayores libertades para la realización de la misma, a pesar de la situación de crisis sanitaria en la cual se vive desde el año 2020. Además, se ha visto una respuesta distinta ante la pandemia por parte de dichos deportistas que motivó el estudio de su relación.

En el primer capítulo se describe el problema de investigación, en el cual se puede encontrar la situación por la cual se desarrolla el presente estudio a raíz de la pandemia que se vive en todo el mundo y las restricciones que se viven dando lugar a la pregunta de investigación, además se encontraron en dicho capítulo, la justificación e importancia de la misma, los objetivos y terminaremos mostrando las limitaciones del trabajo de investigación.

En el segundo capítulo se hallaron los antecedentes de estudio, tanto internacionales como nacionales, que son la base de la investigación, además, se mostrarán las bases teóricas de las variables estudiadas, donde se podrán encontrar las principales teorías que nos ayudarán a entender la investigación. Terminaremos dicho capítulo enumerando la terminología empleada.

En el tercer capítulo se halló el tipo y diseño de la presente investigación, así como, la población y muestra en la cual se desarrolla, refiriendo cuáles fueron los criterios de inclusión y exclusión. Se observan en dicho capítulo las primeras tablas sociodemográficas del estudio, luego vendrán las hipótesis de la investigación, para pasar a la operacionalización de las variables. Se terminó mostrando los métodos y técnicas de investigación, así como, sus respectivas tablas, matriz de estructura,

validez y confiabilidad de los instrumentos, métodos de recolección de datos y prueba de normalidad.

En el cuarto capítulo se observó el análisis e interpretación de los resultados del estudio realizado, en donde se hallan los resultados de las variables que se estudiaron contrastándolas con las hipótesis de la misma.

En el quinto y último capítulo se halló la discusión de la investigación, la cual se contrasta con los antecedentes y las bases teóricas, para finalizar con las conclusiones y recomendaciones del presente estudio.

CAPÍTULO I
PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN

1.1. Realidad problemática

El Covid-19, suscitó múltiples daños en la vida de las personas. Enfermedad mortal que pertenece a una familia de virus los cuales infectan a los animales, así también, como a las personas, dichos coronavirus son los causantes de enfermedades como el Síndrome Respiratorio Agudo Severo, así como también, del Síndrome Respiratorio de Oriente Medio (Organización Mundial de la Salud [OMS], 2020). Las dificultades que trajo consigo esta pandemia han generado cambios en el ámbito laboral, teniendo que cambiar en muchas ocasiones la labor presencial, por la labor virtual, otras personas han perdido su trabajo, puesto que la misma no se podía desarrollar de manera virtual, aquellas personas que perdieron sus trabajos se han aventurado a buscar trabajos similares o cualquier trabajo con tal de solventar su vida y la de sus familias, generando también preocupaciones constantes en las personas según lo menciona la Organización Internacional del Trabajo (OIT, 2020), además, se suma a todo esto, el problema más grave, que ha sido el poco control de la enfermedad, la falta de establecimientos sanitarios para los enfermos y para los muertos. La salud de todas la personas se vio afectada, de manera específica, la salud mental tuvo muchos desajustes ocasionando en las poblaciones preocupaciones que generaban estos cambios, dichos cambios también fueron ocasionados debido a restricciones según los países por la enfermedad que se esparcía de manera aeróbica, para la OMS (2020) la salud mental abarca no solamente el bienestar físico, también tiene que ver con un adecuado estado psicológico y social, asimismo, menciona que esta conlleva de la ausencia de enfermedades o afecciones.

El bienestar de las personas ha tenido una serie de desajustes debido a todos los cambios padecidos en el año 2020 en la cual inició la pandemia y aun en este

2021 en la cual se sigue afrontando la misma, cambios que han sido más perjudiciales para algunos que para otros, muchas personas alrededor del mundo han tenido una forma de afrontar las dificultades que han surgido en estos tiempos de formas muy distintas, sufriendo la escasez en ciertos momentos, las restricciones en muchos otros casos, las cuarentenas en distintos momentos y hasta buscar trabajo después de haberlo perdido en plena crisis sanitaria, situaciones que afectan la salud mental de toda persona (OIT, 2020), es por eso que el bienestar psicológico de los sujetos que se enfrentan a difíciles situaciones actuales merecen ser observadas de forma más cercana, asimismo, se entiende que el bienestar psicológico conlleva que las personas asuman el compromiso de hallar un significado a su existencia, además de comprometerse con los retos reales que le plantea su propia vida, de forma que el interés se centre en promocionar y fortalecer, no solamente lo saludable, sino también lo adaptativo en toda persona, y ya no solamente tratar los desórdenes psicológicos, sino el bienestar en su conjunto (Chacaltana, 2018).

El Coronavirus, Covid-19, causante de esta pandemia, sólo se conoció a partir de su proliferación mundial, la cual se transmite de forma aérea y que fue capaz de desplazarse a través de sus portadores muy rápidamente. Una de las razones por las cuales fue difícil poder controlar dicha pandemia fue la falta de conocimiento de la misma, así como la de su sintomatología, de forma que los síntomas fueron reconocidos mucho tiempo después de haber adquirido el padecimiento. La crisis sanitaria o pandemia se inició en China, en la ciudad de Wuhan, está a su vez se trasladó a los países de Europa por medio de sus portadores, ocasionando un contagio masivo, que muy poco tiempo después llegó a todo el mundo. Gradualmente la enfermedad llegó a cada país del mundo provocando el colapso de los sistemas de salud, además del económico, social y psicológico, denominada la pandemia del

nuevo siglo. Las cifras de contagios alrededor del mundo se cuentan por millares y siguen subiendo, así lo informa el portal web de la Universidad Johns Hopkins en la cual se puede observar que dicha cantidad es mayor a los 225 millones de casos detectados en todo el mundo, así mismo menciona dicha universidad que las muertes superan los 4 millones y medio de casos alrededor de todo el mundo (Universidad Johns Hopkins, 2021).

Las dificultades que ha conllevado esta pandemia están siendo desastrosas para todos los países, no solamente para los centros hospitalarios, sino también, en todos los ámbitos, tales como, el trabajos, el ritmo de vida, los negocios y, sobre todo, en la salud mental, dado que ha sido afectada a nivel mundial, sumado a ello, se encuentran las restricciones que han tenido que tomar los gobiernos nacionales para el control de mortalidad por la crisis sanitaria, muchas de aquellas normativas establecidas sin mucho éxito (Manrique, 2020). Pese a los estudios y vacunas desarrolladas en varios países, se han encendido las alarmas por nuevas formas de Coronavirus con diferentes mutaciones, tal es el caso de la nueva cepa B.1.1.7, la cual fue identificada en el Reino Unido, dicha variante es mucho más fácil de transmitir que las demás enfermedades aeróbicas, estos hallazgos se encuentran con investigaciones que sugieren que dicha variante puede tener una relación con un incremento del riesgo de mortalidad por la enfermedad del coranivurs. Se puede observar que la variante se asocia con un aumento de la carga viral, lo que respalda la creciente evidencia de que se transmite más fácilmente (CNN, 2021).

La cepa del Coronavirus se extendió muy rápidamente por todo el mundo, aunque fueron los países asiáticos los originarios de dicha enfermedad, su transmisión aeróbica hizo que su llegada a los demás países fuera mucha más rápida, llegando a América Latina en un tiempo muy corto después de su descubrimiento, es

por ello, y gracias a sus portadores que Brasil fue el primer país de esta parte del mundo en recepcionar a una persona que padecía el SARS – COV2, debido a que una persona residente del país había contraído dicha enfermedad en un viaje por Italia, trayendo consigo a su retorno al país sudamericano el coronavirus, esta información se hizo de conocimiento público por medio del Ministerio de Salud de Brasil, dicha entidad hizo tal afirmación un 26 de febrero del 2020 (BBC, 2020). Seguidamente se supo que la enfermedad comenzó a llegar a la mayoría de países sudamericanos por medio de ciudadanos provenientes del extranjero, específicamente de Europa donde la proliferación de la pandemia había sido más extensa y mucho más rápida ya que se encontraba cerca del epicentro de la proliferación de dicha enfermedad. Muchos de los países comenzaron a tomar medidas concretas frente a las dificultades que se hacían cada vez más visibles por la enfermedad del Coronavirus, tales como el cierre de sus vuelos directos a Europa por el temor de la recepción de más casos positivos o las salidas de personas que puedan regresar nuevamente con dicha enfermedad del extranjero, así como también las restricciones de salidas y compras, dentro de estas medidas, se establecieron días específicos para la salida de hombres y mujeres para la realización de actividades, tales como el trabajo, compras, entre otras, además de cuarentenas focalizadas, y algunas hasta nacionales (Manrique, 2020).

Nuestro país viendo las dificultades y los medios que se ponían para el mejor manejo de la enfermedad que se extendía por los países no ha sido ajeno al problema sanitario mundial ocasionado por el SARS – COV2, el exmandatario Martin Vizcarra en un mensaje a la nación, informó que el 6 de marzo del 2020, un ciudadano peruano de 25 años había ingresado al Perú con la tan temida enfermedad proveniente de Europa, dicho ciudadano fue sometido a las pruebas respectivas que dieron un

diagnóstico positivo para Covid-19 (El Comercio, 2020). El sistema de salud nacional fue decayendo sistemáticamente por la cantidad de enfermos que se presentaban con dicha enfermedad, ya que no se contaba con las herramientas, infraestructura y personal médico para poder atender tantos casos de dicha enfermedad, además de las muertes, las instituciones de salud inevitablemente fueron colapsando. Según el Ministerio de Salud (MINSA, 2021) las cifras de contagios han superado el millón y medio en todo el país, y nuevas restricciones se vienen aplicando para frenar en cierta medida las dificultades que trae consigo esta pandemia.

El ejercicio regular crea adaptaciones, no solo a corto, si también a largo plazo en los sistemas musculoesqueléticos, así como también, en los sistemas respiratorios, cardiovasculares y metabólicos, lo que contribuye a la importancia del ejercicio para la salud, no solo mental, sino también, física. El ejercicio es definido como toda aquella actividad que produce un movimiento corporal por la contracción muscular, el cual depende del consumo de energía, por el cual se generan beneficios de manera progresiva en la salud de las personas, salud no solamente física, sino también, para la salud mental de las personas (Cuesta y Calle, 2013). Dichos beneficios son visibles en toda aquella persona que realiza ejercicio continuamente, sin embargo, no se han producido de manera constante en los deportistas puesto que las restricciones ya mencionadas afectaron a todos, incluidas las personas que practicaban las distintas disciplinas deportivas a nivel profesional, en Latinoamérica la Conmebol; institución encargada de regular los eventos deportivos, suspendió partidos internacionales de fútbol con vías al mundial Qatar 2022 debido al Coronavirus y las cuarentenas que se implementaron en cada país, de forma que ninguna disciplina deportiva se practicaba de la misma manera, ni en la misma magnitud (Marca, 2020).

Otro de los eventos que llamaba mucho la atención por la gran reunión de exponentes de todas las disciplinas deportivas eran las olimpiadas, dicho evento también estuvo sujeto a la suspensión por diversas situaciones, entre ellas, las preocupaciones por las diferentes restricciones que se vivían en cada uno de los países invitados a dicho certamen, así como también, por el miedo a los contagios de la temida enfermedad (CNN, 2020). El evento olímpico se pospuso un año, el cual recién pudo realizarse a partir del día 23 de Julio del 2021, reuniendo a diez mil quinientos atletas de 204 países, sin embargo, dicho evento mundial tuvo restricciones debido al coronavirus, los deportistas debieron realizar sus actuaciones sin público para evitar no solo las aglomeraciones, sino también, los posibles contagios ya que el problema de la pandemia aún seguía vigente (El Heraldó, 2021).

En nuestro país las restricciones no fueron ajenas a la pandemia que se vivía en todo el mundo, de modo que, se extendieron a todos los deportes por medidas del Gobierno peruano para poder combatir la propagación de la pandemia, no solo se suspendieron torneos, sino también, se reprogramaron algunos otros, pero sin fechas definidas, entre ellas figuran la liga 1 de fútbol, el bádminton, el judo, el karate, el tenis de mesa, etc. (La República, 2020). Muchas de las actividades han sido restringidas durante este tiempo de pandemia, algunos deportistas no han podido mantener un ritmo adecuado para la realización de un deporte específico, sea el deporte que sea, tal es el caso de los surfistas, que desde junio del 2020 recién han podido retomar su actividad deportiva, puesto que este deporte se realiza de manera individual y al aire libre, sin el contacto con otras personas, dándoles a ellos la posibilidad de poder realizarlo durante un tiempo determinado, que en principio fue por 60 minutos, el cual se extendió, en la medida que se ampliaban los permisos a nivel nacional, deporte

que se permitió por los diferentes laureles que venía consiguiendo a nivel nacional e internacional (Peruweek, 2020).

Por causa de la pandemia son muchas las respuestas emocionales que se han producido en las personas, entre todas las respuestas emocionales surgen, el miedo a contraer la enfermedad del Coronavirus, según Marks el miedo es normal ya que es una emoción universal, aunque la misma se considere amenazante o perjudicial en algunas circunstancias (Marks, 1991), sin embargo, la realización de un ejercicio específico como el surf pone de manifiesto que la forma de afrontamiento de la misma conlleva una mirada distinta del problema de salud, es por ello que es importante conocer actualmente el estado de dichas variables; el bienestar psicológico y el miedo al Covid-19.

Debido a todo lo mencionado anteriormente me planteo la siguiente interrogante: ¿Cuál es la relación que existe entre el bienestar psicológico y el miedo al Covid-19 en surfistas del Perú?

1.2. Justificación e importancia de la investigación

Debido a la escasez de investigaciones sobre las variables miedo a Covid-19, así como, del bienestar psicológico en nuestra nación, la relevancia y la importancia de este estudio son sustanciales, más aún, en los surfistas del Perú, quienes son los participantes de este estudio, deporte que cuenta con grandes exponentes nacionales en competiciones a nivel mundial, además, dicho deporte se hace cada vez más conocido y practicado.

El presente trabajo tiene una utilidad teórica que permite hacer una revisión de la literatura referente a las variables bienestar psicológico y miedo al COVID - 19, asimismo, aportara con alcances teóricos referente al contexto actual y sirviendo como antecedente para futuras investigaciones.

Además, la justificación del presente trabajo es práctica, la investigación a partir de sus resultados podrá brindar a la población de estudio diversas recomendaciones como la implementación de programas, talleres en pro de su bienestar psicológico.

El presente estudio tiene relevancia social porque permite la verificación de las propiedades psicométricas de los cuestionarios nos proveyó elementos científicos necesarios para llevar a cabo los objetivos planteados.

Finalmente, esta investigación tiene justificación metodológica, este estudio beneficiara a la población en mención, así como a la federación nacional de tabla para mejorar el rendimiento de los deportistas.

1.3. Objetivos de la investigación: general y específicos

1.3.1. *Objetivo general*

Determinar la relación que existe entre el bienestar psicológico y miedo al coronavirus en surfistas del Perú, 2021.

1.3.2. *Objetivos específicos*

1. Describir los niveles de la variable bienestar psicológico y de sus dimensiones en surfistas del Perú.
2. Describir los niveles de la variable miedo al coronavirus y de sus dimensiones en surfistas del Perú.
3. Establecer la relación que existe entre las dimensiones del bienestar psicológico y el miedo al coronavirus en surfistas del Perú.
4. Establecer la relación que existe entre el bienestar psicológico y las dimensiones de miedo al coronavirus en surfistas del Perú.
5. Establecer la relación entre las dimensiones del bienestar psicológico y las dimensiones del miedo al coronavirus.

1.4. Limitaciones de la investigación

Las limitaciones están vinculadas a la accesibilidad de la población con la cual se trabaja, debido a las restricciones que aún se viven en todo el país por la crisis sanitaria y por la cual no se puede acceder a las playas con mucha facilidad si no se es deportista, de forma que se pudiera llegar a un número mayor de participantes, ya que si se pudiera bajar a la playa como persona natural si se podría realizar la encuesta de manera directa a los surfistas, más aún, a través de ellos llegar a personas que también practican este deporte, sin embargo, se busca trabajar con la población mediante personas allegadas al deporte, como son los jueces de surf, quienes podrán ayudar de intermediarios para poder llegar a los surfistas, además de las redes sociales, como medio para llegar a más deportistas que se desenvuelvan en el ámbito competitivo.

Otra de las limitaciones que presenta esta investigación, es la falta de información que se ha obtenido, puesto que son 2 nuevas variables de estudio trabajadas en su conjunto, además de ser trabajadas con otras variables, distintas a la presente investigación. Por último, los resultados de este estudio no pueden generalizarse.

CAPÍTULO II
MARCO TEÓRICO

2.1. Antecedentes de estudios

2.1.1. Internacionales

Danet (2021) determinó cuál era el impacto psicológico entre las personas que laboran de forma directa con pacientes que padecen Coronavirus y compararlo con otros profesionales de la salud, dicho estudio se realizó, mediante una revisión sistemática. Las revistas que se tomaron en cuenta para esta revisión científica fueron; Web of Science, PubMed y Scopus, finalmente fueron 12 los artículos seleccionados en total. Las investigaciones realizadas en USA y Europa mostraron niveles moderados y niveles altos de estrés, así como de ansiedad, de depresión, de alteración del sueño y de burnout, para las cuales se evidenciaron distintas maneras de afrontamiento, asimismo, se halló también, síntomas más frecuentes e intensos en la población femenina, así como en las enfermeras, un punto a tomar en cuenta con respecto a los resultados es que no se observaron datos concluyentes con respecto a la edad. Además, con respecto a las personas que se hallaban trabajando en primera línea de ayuda a las personas que padecen Coronavirus, los resultados mostraron que, el impacto en los profesionales es mucho mayor que en los otros que trabajan en el sector salud y que los del ámbito asiático. La investigación nos muestra también que se debe estudiar más a fondo las experiencias emocionales, así como en la necesidad profesional de apoyo emocional, para poder realizar estrategias para intervenir de manera eficaz brindando protección y ayuda a los profesionales de la salud.

Cervantes et al. (2021) identificaron los niveles de miedo al Covid – 19 en el trabajadores de secundaria en Guadalajara, asimismo, determinar qué diferencias existen según los niveles grupo de edad, género y categoría laboral. Para dicha investigación utilizaron el instrumento FCV – 19S; cuestionario que sirvió para evaluar

el miedo hacia la pandemia que generó el coronavirus. El lugar donde se realizó dicha investigación fue una escuela secundaria pública de México, específicamente en el estado de Guadalajara. La población fue de 1529 individuos en total, entre personal administrativo y docentes. Se hallaron diferencias estadísticas al realizar una comparación entre las puntuaciones de los trabajadores hombres y mujeres. Además, concluyeron que no existen diferencias en las puntuaciones del personal administrativo y de los profesores, así como tampoco hallaron diferencias en cuanto a las puntuaciones de 18 hasta 45 años y de 46 hasta 66 años.

Aguinaga et al. (2021) llevaron a cabo una investigación teniendo como objetivo el análisis del posible efecto protector de las estrategias de afrontamiento. Para ello, aplicaron el Cuestionario de Estrategias de Afrontamiento en Competición Deportiva, Cuestionario de Entorno de Grupo y la Escala de Bienestar Psicológico de Ryff. La muestra estuvo conformada por 99 futbolistas principiantes. Concluyeron que existen relaciones bi-variadas negativas entre ansiedad y bienestar. Por otra parte, al analizar el efecto moderador de la cohesión grupal, así como, de las estrategias de afrontamiento, observaron que dichas variables reflejan un efecto de tipo negativo de la ansiedad respecto al bienestar.

Quezada – Scholz (2020) hizo una examinación bibliográfica acerca del miedo y la incertidumbre, las cuales suelen manifestarse fruto de brote de la pandemia del coronavirus en todo el mundo, las cuales pueden producir conductas que eventualmente se encuentran lejos de las que se esperan al enfrentar condiciones de dicha magnitud, ya que las mismas son conductas poco generosas y desmesuradas, de forma que aumentan en varias ocasiones el riesgo de contagio de los demás, así como de manera personal. De igual forma, esto constituye considerablemente la vulnerabilidad de desarrollar psicopatológicas específicas, en particular en aquellos

cuya salud mental ha sido afectada por condiciones relacionadas con la constitución biológica y la experiencia, es decir, en personas de riesgo.

Garza et al. (2017) pusieron a prueba un modelo en el cual la presentación de las tareas realizadas por el entrenador predice la satisfacción de las necesidades psicológicas básicas y el bienestar psicológico en 468 deportista universitarios de 18 a 28 años. Al examinar las interrelaciones de las variables de la investigación, se puede detectar una interrelación positiva y estadísticamente significativa entre la presentación de la tarea y los requisitos psicológicos fundamentales de competencia, autonomía, vitalidad y relación.

Amador et al. (2017) determinaron cómo una sesión de ejercicio físico está relacionada con el bienestar psicológico, calidad del sueño e intención de práctica futura de actividad física. Formaron parte de esta investigación 200 individuos, de 14 a 70 años. Además, descubrieron una asociación directa entre las tres variables y relación inversa entre el estado afectivo negativo y calidad del sueño.

2.1.2. Nacionales

Castillo y Gonzales (2021) identificaron el miedo al COVID-19 en 500 pobladores de Puente Piedra. Para ello, evaluaron con la Escala FCV-19S. La dimensión reacciones al miedo obtuvo un grado medio (50,4%), algo (35,4%) y bajo (48,4%). Referente a expresiones somáticas al miedo, el nivel predominante fue bajo (48,4%), medio (42%) y alto (9,6%).

Caycho et al. (2020) evaluaron de manera preliminar síntomas de depresión, de ansiedad generalizada y de miedo en relación al Covid – 19 en 120 policías que trabajan en la vía pública de la ciudad de Lima, dedicados específicamente a verificar el cumplimiento de las normas implementadas por el gobierno. Utilizaron la Escala FCV-19S, hallando lo siguiente: el 42,5% evidenciaba mucho miedo al Covid – 19,

además, un 41,6% manifiesta mucha incomodidad al pensar en el virus, además, el 43% evidencia bastante temor por perder su vida a causa del coronavirus, el 65% evidencio que las manos no se le humedecen cuando piensa en el Covid - 19, un 52,3% manifestó que no se pone ansioso o nervioso cuando mira historias o noticias acerca del virus en las plataformas virtuales, el 60,8% expresó no tener problemas de sueño, el 59, 3% manifestó no tener palpitaciones aceleradas al pensar en dicho virus. Refieren los autores que estos resultados expresan que el personal policial tiene bajos niveles de reacciones somáticas del miedo y con respecto a las reacciones emocionales del miedo evidencian altos niveles.

Soca (2020) efectuó una labor de investigación con el propósito de determinar cuál era la frecuencia del miedo, de la depresión y ansiedad en gestantes, además de las causas que se asocian al trabajo de hospitalización en obstetricia y ginecología en el Hospital Nacional Cayetano Heredia. Los criterios de exclusión e inclusión deben cumplirse por parte de los participantes para que puedan ser parte del estudio, la cual es una investigación epidemiológica transversal y analítica. Luego de pasar el primer filtro de exclusión e inclusión se les administra los instrumentos para poder determinar la existencia de miedo, así como de depresión y de ansiedad en las gestantes en el servicio de obstetricia y ginecología que se encuentran hospitalizadas en dicha institución. Además, las historias clínicas serán revisadas para recoger información de manera específica de las gestantes, que se añadirán luego a una base de datos. Dichos datos recogidos, serán utilizados de manera exclusiva para los propósitos de este estudio, debido a esto la información de los participantes se mantendrá en total privacidad.

Mejía et al. (2020) hallaron la relación entre percepción de miedo y exageración que difunden los medios respecto al COVID-19 en 17 distintas ciudades peruanas.

Una investigación realizada de manera virtual a 4009 individuos. Los muestran que las redes sociales y la TV exageran la información con 64% y 57% respectivamente; además, que el 43% perciben que la TV y un 41% que las redes sociales incrementaron el miedo. Con respecto a la familia/amigos, manifestaron que un 39% exageraron la problemática y un 25% generaron miedo. Finalmente, fueron las mujeres con secundaria completa y estudios superiores quienes arrojaron menor miedo y exageración.

Estrada y Mamani (2020) relacionaron el bienestar psicológico y la resiliencia en 134 alumnos de un instituto de Puerto Maldonado. Utilizaron como instrumentos: la Escala de Bienestar Psicológico de Sánchez Cánovas y la Escala de Resiliencia (ER) de Wagnild y Young. Además, encontraron que existe relación directa entre ambas variables ($Rho= 0,702$).

Chacaltana (2018) determinaron la relación y causalidad que hay entre adaptación universitaria, procrastinación académica y bienestar psicológico en una muestra de 170 universitarios de psicología. La metodología fue descriptiva y correlacional. Los instrumentos utilizados para la recopilación de datos fueron; el Cuestionario de Vivencias Académicas (QVA-R), la Escala de Procrastinación Académica de Busko y la Escala de Bienestar Psicológico de Ryff. En los resultados se halló una relación entre las variables. Por último, concluyeron que, la adaptación personal, la adaptación al estudio, la madurez, el crecimiento personal y la autoaceptación, son factores predictivos para que los estudiantes procrastinen.

Quiroz (2017) determinó la relación entre el clima laboral y bienestar psicológico en 60 maestros de un colegio nacional. Aplicó la CL - SPC de Sonia Palma y bienestar psicológico (EBP) de José Sánchez Cánovas. Finalmente, se evidenció una relación entre ambas variables ($,835$). Además, el 26,7% presente nivel medio

bajo de bienestar psicológico de los cuales también perciben un clima laboral medio. Por otro lado, el 10% representan el nivel bajo manifiestan clima laboral muy desfavorable. Por último, el 18,3% con niveles altos de bienestar psicológico, indican un favorable clima laboral.

2.2. Desarrollo de la temática correspondiente al tema investigado

2.2.1. Bienestar psicológico

Durante mucho tiempo la psicología ha estudiado la debilidad humana y la psicopatología, de esta forma ha desarrollado un tipo de estudio patogénico, pasando por altas características específicas propias del hombre, tales como la alegría, el humor, el optimismo, la ilusión y la creatividad de forma que se ha estudiado de manera parcializada o ignorándola en otros casos (Vera, 2006).

Para fines de la presente investigación, se realiza, en principio, un análisis del bienestar psicológico, desde el enfoque de la psicología positiva, luego se analizarán las distintas definiciones del bienestar psicológico. Además de identificar las características específicas del bienestar psicológico, por último, describir el trabajo que realizó Carol Ryff acerca del tema.

Definición de bienestar psicológico.

El bienestar psicológico se define según los distintos autores y sus posturas de la siguiente manera:

El bienestar psicológico es considerado por Lawton (1983, como se citó en Chávez, 2015) uno de los ámbitos de la calidad de vida, además, menciona también que el bienestar psicológico incluye condiciones ambientales, competencias de conducta y la percepción de la calidad de vida.

El bienestar psicológico para Diener (1984, como se citó en Salas, 2010) es una perspectiva de la vida, la cual suele perdurar con el pasar de los años, sin

embargo, este autor no menciona en su definición de bienestar psicológico la calidad de vida.

Otros autores que abordan este concepto son Horley y Little (1985, como se citó en Salas, 2010) para quienes el bienestar psicológico es un sentimiento positivo, además, dicho constructo puede ser medido por medio de sus afectos, componentes y cognición, los cuales se analizan desde el ámbito laboral y familiar.

Por otra parte, el bienestar psicológico es para Taylor (1991; como se citó en Chávez, 2015) un componente de la salud, dicho componente se puede manifestar en cualquier ámbito del accionar del ser humano. Asimismo, Sánchez (1998, citado en Chávez, 2015) lo define como el nivel de percepción de vida de cada sujeto, el cual no presencia de depresión, pero sí satisfacción hacia la vida y emociones positivas.

El bienestar psicológico refiere Casullo (2002, como se citó en Salas, 2010) es la satisfacción individual en la cual se destaca un ánimo positivo, teniendo en cuenta componentes como los emocionales y los cognitivos, asimismo de la interacción de estos dos componentes.

La variable manifiesta los pensamientos y sentimientos positivos con respecto a si mismo, es decir, al bienestar personal, en la cual se incluyen aspectos sociales, físicos y psíquicos de la persona.

Enfoque positivo de la psicología: bienestar psicológico.

Este modelo ha manifestado algunas complejidades en su acercamiento al tema preventivo de los trastornos mentales. Según Vera (2006) la dificultad radica en la creencia errónea de que prevenir es centrarse en eliminar o evitar emociones negativas.

En estos tiempos, la literatura psicológica abarca muchos otros fenómenos, tales como la simpatía, la amistad, la alegría, la risa, el amor, la felicidad y la solidaridad, dichos fenómenos son manifestaciones de los estados positivos de la conducta. Asimismo, Alarcón (2009) manifiesta que existen nuevos autores como Seligman y Csikszentmihalyi (2000) que han desarrollado nuevas formas de estudiar las conductas positivas, partiendo de la evaluación de experiencias subjetivas, como la satisfacción, la felicidad, la prudencia, la capacidad para amar, la perseverancia, el altruismo, la sensibilidad estética, el optimismo, el contentamiento, el coraje, entre otros comportamientos.

A través de los años, los efectos del bienestar y de la felicidad habían sido ignorados en el estudio del funcionamiento psicológico personal. Los datos de dichos estudios empiezan a manifestarse aproximadamente hace 50 años, investigaciones que han aportado grandemente y mostrado nuevas perspectivas para introducirse en la investigación del bienestar psicológico.

Perspectiva hedónica.

Muchos filósofos y religiosos de la antigüedad manifestaron su interés por una vida con significado en la cual eran importantísimas tener en cuenta algunas características específicas, como la sabiduría, el amor y el no apego a las cosas. La perspectiva hedónica hacía referencia a la habilidad que poseen las personas para mantenerse en serenidad y balance en situaciones desafiantes, así como en momentos placenteros de la vida (Delle Fave et al., 2011). Para Diener (1994, como se citó en Subieta y Delfino, 2010) la perspectiva hedónica se centra en el estudio del bienestar subjetivo, su búsqueda trata de identificar cuáles son los motivos para que el ser humano experimente la vida de forma positiva, además de incluir los juicios cognitivos y el reaccionar afectivo de las personas.

Perspectiva eudaimónica.

El concepto de bienestar, dentro de la perspectiva eudaimónica se basa en las formulaciones que tenía Aristóteles acerca del fin último del hombre, el cual es la realización de actividades relacionadas a los valores de cada persona para poder lograr lo mejor que hay en cada uno, de esta forma poder vivir al máximo el potencial individual. Dicho de otra forma, la perspectiva eudaimónica incluye la búsqueda y el resultado (Disabato et al., 2016; Ryff, 2014; Huta y Waterman, 2013). Para John Stuart Mill (1989) la felicidad resultada de la realización de trabajos significativos, además, Bertrand Russell (1958) refería que es algo por la cual debemos luchar, para ello tenían que haber 2 elementos importantes, tener relaciones significativas con los otros y estar interesado, además de comprometido con la vida. Ideas muy semejantes a las del filósofo Aristóteles con respecto a la búsqueda de la felicidad para la cual se necesita vivir una vida llena de virtudes (Ryff, 2016).

El bienestar subjetivo para Blanco y Díaz (2005, como se citó en Zubieta y Delfino, 2010) se define dentro del marco emocional, en la cual resalta la satisfacción con la vida y la felicidad. Por todo lo mencionado anteriormente surge la psicología positiva, una nueva perspectiva de estudio, la cual está relacionada directamente con el desarrollo personal, su promoción y aplicación en distintos grupos.

Enfoque de bienestar psicológico de Ryff.

Uno de los críticos y a la vez realizador de aportes muy importantes sobre el tema es Carol Ryff quien manifiesta que el bienestar psicológico hace referencia a la falta de trastornos psicológicos (Ryff, 1989).

Ryff (1989, como se citó en Pardo, 2010) llega a establecer una de las más relevantes teorías del bienestar psicológico a partir del enfoque eudaimónico, con un énfasis particular en el crecimiento y el desarrollo. De esta manera, afirma que el

bienestar se considera como el conjunto de aspectos negativos, positivos y de satisfacción con la vida, de forma tal que se convierte en un constructo multifacético el cual se compone de actitudes. Asimismo, Deci y Ryan (2006, como se citó en Pardo, 2010) mencionan que el bienestar psicológico permite tener una vida plena, el cual no es un resultado sino un proceso.

El estudio del bienestar psicológico a partir del enfoque eudaimónico debe realizarse conservando la visión positiva de la psicología, puesto que actualmente dichos estudios tienen en consideración variables de carácter subjetivo e individual (Diener et al., 1997, como se citó en Casullo y Castro, 2000).

Por todo lo mencionado anteriormente Ryff (1989, como se citó en Casullo y Castro, 2000) menciona que la variable es multidimensional, ya que el bienestar toma en cuenta factores psicológicos, sociales, conductuales y subjetivos.

2.2.2. Miedo al Coronavirus

Para la American Psychiatric Association (2014) la nosofobia es el miedo que tiene todo ser humano a contagiarse de alguna enfermedad, esta emoción puede agravarse en circunstancias de alto riesgo o situaciones que sean muy difíciles de sobrellevar, es decir, en cuanto mayor sea la situación de riesgo, mayor será el miedo. El miedo en las personas se produce en el momento que este se encuentra en una situación de riesgo. Cabe mencionar que el miedo se puede confundir con alguna otra emoción, como; la ira, la ansiedad, la irritabilidad o el estrés, puesto que estas emociones también reaccionan ante el miedo o temor, así lo refieren Pakpour y Griffiths (2020). Puesto que el miedo a contraer enfermedades está especificado en el DSM-5, dicha emoción deber ser tratada de manera específica, presentando características como: a) Las físicas; relacionadas a las activaciones físicas, como pueden ser las taquicardias, las alteraciones estomacales, la sudoración, el sueño, el

apetito, entre otros, dichas activaciones físicas se muestran de manera irregular, además de ser leves o intensas, sin embargo, también se dan de forma molesta o repetitiva. b) Las cognitivas: en las cuales predomina el temor, el miedo como un grupo de pensamientos hostiles en torno al individuo, los cuales pueden ser obsesivos, difíciles de erradicar, además de ser constantes. El incremento del miedo a nivel cognitivo suele ocurrir por una confrontación desordenada de la emoción, los cuales, generalmente, no tienen un fundamento real. c) Las conductuales: de forma instintiva tratamos de evitar aquella emoción, evitando las situaciones que nos atemorizan de forma que puedan desaparecer, sin embargo, las muchas estrategias de evitación que pudieran usarse resultan inadecuadas puesto que recrudecen dichas situaciones, además de acrecentarla y generalizarla.

Dentro de la psicología se trabaja con el miedo a través de estrategias terapéuticas, técnicas de afrontamiento, además de reestructuración cognitiva, superación de la emoción del miedo por medio de distractores, técnicas de exposición, relajación, etc., dichas estrategias pueden ayudarle al individuo a afrontar de forma directa y positiva lo que está ocasionándole tal emoción, asimismo, le ayudará a comprender de forma sana aquellas ocasiones que previamente le producían tal emoción.

Huarcaya et al. (2020) han determinado la variable del miedo al coronavirus en las siguientes dimensiones:

a. Miedo Emocional:

Está vinculado con la percepción de la persona ante un estímulo, no solamente ello, sino también, tiene que ver con la actitud conductual psicológica del individuo

b. Expresiones somáticas de miedo:

Con respecto a las expresiones somáticas del miedo, estas se manifiestan mediante reacciones fisiológicas del organismo, las cuales evidencian que el miedo está presente, sin embargo, este se halla en un grado anómalo.

Miedo.

Beck et al. (1985) refieren que el miedo viene a ser aquel proceso cognitivo que incluye la evaluación de que un determinado acontecimiento supone una amenaza real o potencial.

Barlow (2002) considera que es un aviso primario en reacción a una amenaza inminente, marcado por una excitación aguda e inclinaciones a la acción.

Beck et al. (1985) hacen hincapié en la base cognitiva del miedo, mientras que Barlow (2002) destaca las características neurobiológicas y conductuales más automáticas del concepto. El miedo es una evaluación instintiva fundamental del riesgo; por lo tanto, es el mecanismo central de todos los trastornos de ansiedad.

Coronavirus (SARS-COV 2).

Según la OMS, los coronavirus vienen a ser un grupo de virus que causan enfermedades no solo en los animales, sino también en los humanos. Se conoce así que, varios coronavirus son la causa de infecciones respiratorias, los cuales pueden iniciar con un simple resfriado, pero pueden llegar a enfermedades sumamente complicadas.

La función de las emociones.

Las emociones tienen en sí mismas una función particular, es decir, tienen una utilidad, además de permitirle a cada persona poder reaccionar conductualmente de manera apropiada, le permiten también reaccionar de forma particular e independiente ante situaciones específicas. Cabe mencionar que cualquier emoción

cumple un papel importante en mayor o menor grado en el ajuste personal y en la adaptación social.

Para Reeve (1994) las emociones tienen 3 funciones específicas:

a. Las funciones adaptativas.

Dentro de las funciones de las emociones se halla la de preparar el organismo para que pueda realizar de manera eficaz conductas demandadas según las situaciones ambientales, además de dirigir los comportamientos hacia objetivos determinados. Según Plutchik (1980) las emociones cumplen 8 funciones primordiales, además, defiende el hecho de determinar un lenguaje funcional para identificar tales reacciones con aquella función adaptativa según corresponda. Asimismo, ayudará a operacionalizar el proceso, para la posterior aplicación del método experimental según sea la investigación de la emoción específica. La emoción y su función se pueden corresponder de la siguiente manera; miedo-protección, ira-destrucción, alegría-reproducción, tristeza-reintegración, confianza-afiliación, asco-rechazo, anticipación-exploración y sorpresa-exploración. Una importante función que cumple la emoción es la de ser un mecanismo adaptativo, así lo manifiesta Darwin (1872/1984), quien refiere que esta función ayuda a proveer conductas apropiadas según sea la demanda, es decir, las emociones ayudarán a la persona a adaptarse más fácilmente.

b. Funciones sociales.

Las emociones cumplen un papel importante dentro de las relaciones interpersonales, de forma que facilitan la aparición de comportamientos adecuados según sea la situación. Según Izard (1989) son muchas las funciones que cumplen las emociones en el ámbito social, destacando entre ellas, el control de la conducta de las otras personas, la facilitación de la interacción social, la promoción de los

comportamientos prosociales, además de facilitar la forma de comunicar los estados afectivos. Destacar entre las emociones la felicidad, la cual permite relaciones interpersonales y favorece los vínculos sociales, por otra parte, emociones como la ira generan respuestas de confrontación o evitación. De una u otra forma, las emociones se pueden considerar como estímulos discriminativos que ayudan a realizar comportamientos adecuados. Por otra parte, otra de las funciones sociales que cumplen las emociones deriva de la represión de las mismas, es decir, no evidenciar los estados emocionales que pudiera tener una persona podría dar como resultado reacciones indeseables o malos entendidos (Pennebaker, 1993).

c. Funciones motivacionales.

Entre la motivación y la emoción existe una relación muy importante, puesto que posee 2 características de la conducta motivada, las cuales son; la intensidad y la dirección. Un comportamiento que se encuentra cargado de manera emocional suele realizarse de manera más fuerte o vigorosa, por ejemplo; la alegría facilita la atracción interpersonal, la cólera ayuda a tener reacciones defensivas, la sorpresa nos permite estar atentos ante estímulos nuevos, etc. Además, dirige el comportamiento de la persona, de forma que facilite la evitación o acercamiento del objetivo del comportamiento motivado según la emoción. Por otra parte, una emoción puede permitir que aparezca el propio comportamiento motivado, dirigiéndose al objetivo específico y haciendo que se realice con entusiasmo o intensidad. La conducta motivada provoca una reacción emocional, dicha emoción ayuda a aparecer unos comportamientos motivados y otros no.

d. Emociones básicas.

Darwin es quien propone el término de emociones universales, quien refiere que estas emociones tienen un carácter afectivo innato, diferente entre las mismas,

pero presentes en todo momento en cada una de las personas, es decir, todo ser humano posee reacciones afectivas naturales de manera natural, por consiguiente, dichas emociones naturales se manifiestan de manera específica (Tomkins, 1962, 1963; Ekman, 1984; Izard, 1977). Por último, cabe mencionar que dichas emociones naturales son cualitativamente distintas.

Izard (1991), refiere que una emoción puede ser considerada básica si cumple los siguientes requisitos; debe tener una configuración facial característica y diferenciada, debe tener un sustrato neural característico y diferenciado, debe poseer sentimientos característicos y diferenciados, debe mantener propiedades de motivación y de organización de roles adaptativos.

Podemos mencionar, según refiere Izard (1991) que aquellas emociones que cumplen dichos parámetros son: el interés, el placer, la sorpresa, la ira, la tristeza, el desprecio y el miedo. Además, considera que la culpa y la vergüenza vienen a ser parte de una misma emoción, ya que las mismas no pueden diferenciarse entre ellas por la expresión facial. Ekman, quien también estudió la emoción, menciona que las básicas serían la alegría, ira, tristeza, miedo, asco y sorpresa, más adelante añadida a estas emociones mencionadas se agregaría el desprecio (Ekman, 1973; 1989, 1993; Ekman et al., 1991 a y b).

Las emociones, según refiere Izard (1977) y Plutchik (1980) son fenómenos neuropsicológicos particulares, los cuales son fruto de la selección innata, mismas que motivan y organizan conductas fisiológicas y cognitivas que ayudan a la adaptación individual, es decir, las emociones básicas son procesos que están íntimamente ligados con la evolución y la adaptación de todo ser humano.

En cuanto a intensidad, el miedo y la ansiedad muestran distintos niveles, por lo tanto, sus componentes no suelen aparecer unidos en cada situación. En pacientes

con problemas emocionales, en muchas ocasiones, el miedo y la ansiedad aparecen como parte de los cuadros clínicos.

El miedo se caracteriza por ser una emoción necesaria, normal y universal, dicha emoción le facilita a todo ser humano su proceso de adaptación ya que responde a un estímulo específico, esta emoción la experimenta todo individuo y surge a raíz de un estímulo imaginario o real, además puede considerarse como una fobia frente a algunas circunstancias que sean consideradas perjudiciales o amenazantes. Una de las características del miedo es que la emoción es repetitiva y recurrente, asimismo, tiene la capacidad, sino es abordada de manera adecuada de retroalimentarse. Por otra parte, fundamentalmente el miedo está asociado, en mayor grado, a circunstancias poco conocidas (Marks, 1991).

2.3. Definición conceptual de la terminología empleada

2.3.1. Bienestar

Estado del sujeto en la cual se incluyen dimensiones psicológicas y subjetivas, las cuales se encuentran estrechamente ligadas al buen funcionamiento de la persona y a la salud (Ryff, 1989).

2.3.2. Psicología positiva

Estudio científico que se encarga de los rasgos y experiencias positivas, las cuales permiten una mejor calidad de vida, de forma que se reduzcan las incidencias de psicopatologías (Ryff, 1989).

2.3.3. Miedo

El miedo se caracteriza por ser una emoción necesaria, normal y universal, dicha emoción, le facilita a todo ser humano su proceso de adaptación ya que responde a un estímulo específico (Lang, 1968).

CAPÍTULO III
MARCO METODOLÓGICO

3.1. Tipo y diseño de investigación

3.1.1. Tipo

Fue básica, dado que tiene por objetivo buscar nuevos conocimientos científicos, asimismo, la investigación busca explicar el reciente estado de un fenómeno determinado, en la presente, se trata del bienestar psicológico y el miedo al coronavirus en surfistas a nivel nacional (Sánchez y Reyes, 2009).

3.1.2. Diseño

Además, tuvo un diseño no correlacional y transversal, para Hernández et al. (2014) dicho diseño se caracteriza por buscar las especificaciones de relación entre las variables, la cual solo es posible desde el análisis de las mismas en una muestra específica de individuos, puesto que busca relacionar el bienestar psicológico con el miedo al coronavirus en surfistas del Perú.

3.2. Población y muestra

3.2.1. Población

Se conformó por los deportistas que practican surf a nivel nacional, de 18 años en adelante, entendiendo que los participantes pueden ser de cualquier balneario del Perú, como los que se encuentran en los distritos de Huanchaco, Cerro Azul, San Bartolo y Punta Hermosa. además, los deportistas que se dedican al surf suelen practicar dicho deporte en sus diferentes modalidades y con diferentes tipos de tablas como las hawaianas, las longboards, los paddle bord y los bodyboard.

3.2.2. Muestra

Puesto que la presente investigación fue dirigida a un público en particular, se determinó entonces que la población es específica, la cual estuvo conformada por 101 surfistas entre hombres y mujeres que practican dicho deporte a nivel nacional,

siendo aceptables entre los participantes, solo aquellos que comprenden edades de 18 años en adelante.

Criterios de inclusión.

- Personas de 18 años a más.
- Personas que practican actualmente y de manera continua el surf.
- Hombres y mujeres.

Criterios de exclusión.

- Personas de 17 años a menos.
- Deportistas que no practican surf.

Tabla 1

Frecuencias y porcentajes según sexo

Sexo	<i>f</i>	%
Hombre	90	89.1
Mujer	11	10.9
Total	101	100.0

En la tabla 1 se aprecia la distribución muestral, según sexo, donde el 89.1% representa al sexo masculino y el 10.9% al femenino, estando la muestra representada por los hombres.

Tabla 2*Frecuencias y porcentajes según la edad*

Edad	<i>f</i>	%
18 a 26 años	31	30.7
27 a 59 años	66	65.3
60 años a más	4	4.0
Total	101	100.0

En la tabla 2 se observa la representación muestral, según edad, donde hay una mayor cantidad de participantes de 27 a 59 años con el 65.3%, seguido de 18 a 26 años con el 30.7% y, por último, el 4% representado por los surfistas de 60 años a más.

Tabla 3*Frecuencias y porcentajes según el lugar de residencia*

Lugar de residencia	<i>f</i>	%
Cañete	8	7.9
Lima	57	56.4
Huaral	10	9.9
Trujillo	16	15.8
Piura	10	9.9
Total	101	100.0

En la tabla 3 se evidencia la distribución de la muestra según el lugar de residencia, donde se evidencia que hay una mayor presencia de Lima con el 56.4%, posterior a ello Trujillo con el 15.8%, Huaral y Piura con el 9.9% cada uno y, por último, el lugar menor representado es Cañete con el 7.9%.

Tabla 4

Frecuencias y porcentajes según si ha padecido covid - 19

Ha padecido covid-19	<i>f</i>	%
Si	18	17.8
No	83	82.2
Total	101	100.0

En la tabla 4 se expone la distribución muestral, según el contagio de COVID-19, donde el 17.8% manifiesta haberse contagiado del coronavirus y el 82.2% no haber contraído el COVI-19.

3.3. Hipótesis

3.3.1. Hipótesis general

Existe relación entre el bienestar psicológico y miedo al coronavirus en surfistas del Perú, 2021.

3.3.2. Hipótesis específicas

He₁: Existe relación entre las dimensiones del bienestar psicológico y el miedo al coronavirus en surfistas del Perú.

He₂: Existe relación entre el bienestar psicológico y las dimensiones de miedo al coronavirus en surfistas del Perú.

He₃: Existe relación entre las dimensiones del bienestar psicológico y las dimensiones del miedo al coronavirus.

3.4. Variables – Operacionalización

3.4.1. Bienestar Psicológico

Definición conceptual.

Es aquel proceso por el que cada persona atraviesa para formar e incrementar su perfeccionamiento de su potencial personal, así como, el reconocimiento de sus virtudes y talentos (Ryff, 1989).

Definición operacional.

Se define a partir de la Escala de Bienestar psicológico para adultos (Bieps-A) de Casullo (2002) la cual contiene 4 dimensiones: aceptación/control, autonomía, vínculos y proyectos.

Tabla 5*Operacionalización de la variable bienestar psicológico*

Dimensión	Indicadores	Ítems	Categorías	Escala de medición
			Respuestas	Niveles
Aceptación/Control	Aceptación de si mismo y de su pasado.	2, 11 y 13	En desacuerdo	Bajo Promedio Alto
Autonomía	Dominio del entorno. Toma de decisiones independientes.	4, 9 y 12	Ni acuerdo ni en desacuerdo	Bajo Promedio Alto Ordinal
Vínculos	Relaciones positivas. Vínculos apropiados.	5, 7 y 8	De acuerdo	Bajo Promedio Alto
Proyectos	Crecimiento Personal. Propósito en la vida.	1,3, 6 y 10		Bajo Promedio Alto

3.4.2. Miedo al Coronavirus

Definición conceptual.

El miedo se caracteriza por ser una emoción necesaria, normal y universal, dicha emoción le facilita a todo ser humano su proceso de adaptación ya que responde a un estímulo específico, esta emoción la experimenta todo individuo y surge a raíz de un estímulo imaginario o real, además puede considerarse como una fobia frente a algunas circunstancias que sean consideradas perjudiciales o amenazantes, además de alguna enfermedad específica, como lo es el Coronavirus.

Definición operacional.

Se define a partir de la Escala de miedo al coronavirus desarrollada para evaluar el miedo en la población y adaptada al Perú (Huarcaya et al., 2020) la cual contiene dos dimensiones; miedo emocional y expresiones somáticas del miedo.

Tabla 6*Operacionalización de la variable miedo al coronavirus*

Dimensión	Indicadores	Ítems	Categorías	Escala de medición	
			Respuestas	Niveles	
Miedo Emocional	Pensamientos estresores o ansiosos	1,2,4 y 5	Totalmente en desacuerdo		
			En desacuerdo	Bajo	Ordinal
			Ni de acuerdo ni en desacuerdo	Promedio	
Expresiones somáticas del miedo	Sudoración. Parálisis corporal. Aceleración del ritmo cardiaco.	3,6 y7	De acuerdo	Alto	
			Totalmente de acuerdo		

3.5. Métodos y técnicas de investigación

3.5.1. Escala de Bienestar Psicológico (Bieps-A)

Fue creada por Casullo (2002) la cual posee 7 factores: Control/ Aceptación, Vínculos Psicosociales, Proyecto de Vida, Autonomía y Proyectos. Es Escala Tipo Likert. Respecto a la validez, se utilizó el análisis de componentes principales con rotación varimax donde se concluye que el instrumento se conforma por 4 dimensiones: aceptación/control de situaciones, autonomía, vínculos sociales y proyectos. Además, manifiesta confiabilidad mediante el alfa de Cronbach (.70) teniendo .46, .61, .49 y .59 para las dimensiones mencionadas.

La Escala de Bienestar para adultos (BIEPS-A) fue adaptada en Lima por Domínguez (2014). En cuanto a la validez, se determinó el análisis factorial confirmatorio donde los datos se ajustan a la estructura propuesta de tres factores. Respecto a la confiabilidad, se obtuvo un alfa de .80 para la escala total y sus dimensiones.

Tabla 7

Matriz de estructura factorial de la escala bienestar psicológico

	Factor			
	Proyectos	Aceptación Control	Autonomía	Vínculo
Ítem 1	.384			
Ítem 2		.302		
Ítem 3	.431			
Ítem 4			.357	
Ítem 5				.428
Ítem 6	.429			
Ítem 7				.314
Ítem 8				.406
Ítem 9			.300	
Ítem 10	.468			
Ítem 11		.301		
Ítem 12			.449	
Ítem 13		.278		
Autoval.	2.125	1.641	1.363	1.280
%V.E.	18.798	16.665	14.801	13.817
%V.E.A.	18.798	35.462	50.264	64.081

Para la tabla 7 se expone la matriz de estructura factorial de la Escala Bienestar Psicológico, donde se aprecia que la extracción de 4 factores se explica en el 75.429.% de la varianza total explicada (V.E.A.), asimismo, se observa que, confirma

el modelo teórico del instrumento y los coeficientes de los ítems han sido mayores o iguales a 0.30, sin embargo, se observa que el ítem 13 presenta un coeficiente de .278, pero no ha sido eliminada para mantener el modelo planteado por el autor.

Tabla 8

Alfa de Cronbach de la escala bienestar psicológico

Dimensiones/Variable	N de elementos	Alfa	[IC 95%]
Proyectos	3	.668	[.430; .633]
Aceptación/Control	3	.638	[.437; .566]
Autonomía	3	.538	[.567; .762]
Vínculo	3	.668	[.562; .703]
Bienestar psicológico	13	.723	[.530; .637]

En la tabla 8, se observan valores del coeficiente del alfa de Cronbach donde se visualiza que para la dimensión Proyectos presenta un alfa del 0,668 y para la dimensión Aceptación Control un alfa de 0.638, para la dimensión autonomía el alfa es de 0.538 y para la dimensión de vínculo 0.668, por último, para la escala total presenta un alfa de 0.723, siendo este último aceptable.

3.5.2. Escala de Miedo al Coronavirus

La Escala de Miedo al Covid-19 (FCV-19S) fue desarrollada por Ahorsu et al. (2020) para evaluar este miedo en iraníes, tuvo como objetivo valorar el miedo que experimentan las personas frente al Coronavirus, además de facilitar nuevas formas de prevención y tratamiento posterior. El FCV-19S es una escala unidimensional que mide los niveles de miedo al COVID-19. Cuenta con dos dimensiones: miedo emocional y expresiones somáticas del miedo, la cual se encuentra conformada por

07 ítems con respuesta de tipo Likert donde: 1 (totalmente en desacuerdo) y 5 (totalmente de acuerdo). El total de las puntuaciones van desde 7 hasta 35, entre mayor sea la puntuación evaluada, mayor será el miedo al Covid-19.

En nuestro contexto este instrumento ha sido validado en el Perú por Huarcaya et al. (2020) con una fiabilidad de 0,82 mediante el Alfa de Cronbach. La validez concurrente con la Escala (HADS) (depresión, $r = 0,425$ y ansiedad, $r = 0,511$), siendo estas puntuaciones aceptadas para la validez y confiabilidad estudiadas en población peruana.

Validez de la Escala Bienestar Psicológico.

La validez de la escala fue evaluada con la técnica del análisis factorial exploratorio, utilizando como método extracción máxima ejes principales, con rotación Varimax. Donde el KMO (0.379) y el Test de esfericidad de Bartlett ($X^2 = 89.859$, $gl = 45$, $p = .000$) lo que evidencia que la prueba es adecuada para realizar el análisis factorial confirmatorio.

Tabla 9

Matriz de estructura factorial de la escala de miedo al covid-19

	Factor	
	Miedo Emocional	Expresiones somáticas del miedo
Ítem 1	.797	
Ítem 2	.742	
Ítem 3		.834
Ítem 4	.637	
Ítem 5	.706	
Ítem 6		.902
Ítem 7		.745
Autoval.	3.473	1.142
%V.E.	32.977	32.948
%V.E.A.	32.977	65.925

En la tabla 9 se presenta la matriz de estructura factorial de la escala donde se observa que la extracción de 2 factores se explica en el 65.925.% de la varianza total explicada (V.E.A.), asimismo, se observa que, confirma el modelo teórico del instrumento y los autovalores fueron mayores a 1, además, los ítems corresponden a cada factor y puntúan mayor al .30, por lo que se considera aceptable.

Tabla 10

Alfa de Cronbach de la escala de miedo al covid-19

Dimensiones/Variable	N de elementos	Alfa	[IC 95%]
Miedo emocional	4	.743	[.642; .840]
Expresiones somáticas del miedo	3	.830	[.618; .792]
Miedo al coronavirus	7	.808	[.621; .796]

En la tabla 10, se aprecian indicadores del coeficiente del alfa de Cronbach donde se visualiza que para la dimensión miedo emocional presenta un alfa del 0.743 y para la dimensión expresiones somáticas un alfa de 0.830, así como, para la escala total del instrumento obteniendo un alfa de 0.808, siendo estos una confiabilidad alta y aceptable.

Validez de la escala de miedo al coronavirus.

La validez de la escala fue analizada con la técnica del AFE, mediante el método de extracción máxima de ejes principales, con rotación Varimax, donde el KMO (0.783) y el Test de esfericidad de Bartlett ($X^2 = 124.435$, $gl = 21$, $p=.000$) lo que evidencia que la prueba es adecuada para realizar el análisis factorial confirmatorio.

3.6. Procesamiento de los datos

Después de haber implementado los aspectos previos del trabajo de investigación, se recogieron los datos a través de las escalas, para ello, las personas

que decidieron participar de la investigación, lo hicieron de manera libre, es decir, no fueron forzados a participar. Se obtuvo un informe de consentimiento virtual que autoriza su colaboración con la investigación, la cual está dirigida a sujetos mayores de 18 años. La información recolectada permanece confidencial y se utilizó para fines de la presente investigación.

La aplicación se hizo de forma personal, además, el formulario fue enviado de manera virtual a la persona que participó, a través del correo electrónico, el whatsapp, el Facebook o alguna otra aplicación virtual, el tiempo de la prueba tiene un aproximado de 15 minutos, como máximo, ya que es de fácil resolución. Si recibieron consultas para la realización de los instrumentos, pues algunos de los participantes no podían realizarlo, puesto que no tenía correo electrónico, así que se les reenvió el formulario con los instrumentos mediante el Facebook o la aplicación que tuvieran a mano.

Después de evaluar y depurar los materiales se armó la base de datos en Excel para el análisis estadístico concerniente, luego los datos recopilados se procesaron con el programa SPSS Statistic 27 y el JASP 0.15, mediante este programa se pudo determinar los estadísticos descriptivos como las frecuencias y porcentajes, así como, la estadística inferencial y el nivel de significancia, además, se realizó el análisis de la prueba de bondad de ajuste con el KS para conocer la distribución de la población de estudio.

Para conocer la distribución de la muestra, se realizó la prueba de normalidad por medio del estadístico de Kolmogorov-Smirnov.

Tabla 11

Prueba de normalidad de la variable bienestar psicológico y sus dimensiones, y el miedo al coronavirus y sus dimensiones

	Estadístico	Kolmogorov-Smirnov ^a gl	Sig.
Miedo Emocional	.124	101	.001
Expresiones somáticas del miedo	.230	101	.000
Miedo al coronavirus	.100	101	.015
Aceptación control	.498	101	.000
Autonomía	.321	101	.000
Vínculos	.464	101	.000
Proyectos	.431	101	.000
Bienestar psicológico	.220	101	.000

En la tabla 11 se presenta la prueba de normalidad de la variable miedo al coronavirus, evidenciándose que su significancia es menor $p < .05$, al igual que sus dimensiones miedo emocional y expresiones somáticas del miedo. Para la variable bienestar psicológico se evidencia una significancia menor al $.05$, asimismo, para sus dimensiones, esto nos indica que tanto las variables como dimensiones presentan una distribución no normal, por lo tanto, para realizar los resultados estadísticos inferenciales se usó la correlación de Spearman.

CAPÍTULO IV

ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN DE DATOS

4.1. Resultados descriptivos de las dimensiones con la variable

Tabla 12

Niveles de la variable bienestar psicológico y sus dimensiones

	D1		D2		D3		D4		BP	
	<i>f</i>	%	<i>f</i>	%	<i>f</i>	%	<i>f</i>	%	<i>f</i>	%
Bajo	5	5	10	9.9	5	5	10	9.9	13	12.9
Promedio	11	10.9	15	14.9	17	16.8	16	15.8	39	38.6
Alto	85	84.2	76	75.2	79	78.2	75	74.3	49	48.5

Nota. D1: aceptación/control, D2: autonomía, D3: vínculos, D4: proyectos, BP: Bienestar psicológico

En la tabla 12 se presentan los niveles de la variable donde se evidencia que la muestra refleja un nivel psicológico alto del 48.5%, un nivel promedio de bienestar del 38.6%, y en el nivel bajo el 12.9%. Para las dimensiones de la variable se evidencia que en aceptación y control predomina el nivel alto con el 84.2%, para autonomía predomina el nivel alto con el 75.2%, para vínculos predomina el nivel alto con el 78.2%, por último, en proyectos con el 74.3%.

Tabla 13

Niveles de la variable miedo al coronavirus y sus dimensiones

Niveles	Miedo emocional		Expresiones somáticas del miedo		Miedo al coronavirus	
	<i>f</i>	%	<i>f</i>	%	<i>f</i>	%
Bajo	15	14.9	0	0	15	14.9
Promedio	55	54.5	62	61.4	63	62.4
Alto	31	30.7	39	38.6	23	22.8

En la tabla 13 se muestra los niveles de la variable y sus dimensiones donde se evidencia que el miedo al coronavirus en los surfistas se encuentra en un nivel promedio con el 62.4%, nivel alto con 22.8% y nivel bajo con 14.9%, para la dimensión miedo emocional se muestra que el 54.5% se encuentra en un nivel promedio, el 30.7% con nivel alto y el 16.9% nivel bajo y, finalmente, para la dimensión expresiones

somáticas del miedo, solo se ubican en un nivel promedio con el 61.4% y en un nivel alto el 38.6%.

4.2. Contrastación de hipótesis

Relación entre el bienestar psicológico y miedo al coronavirus en surfistas del Perú, 2021.

H₀: No existe relación entre el bienestar psicológico y miedo al coronavirus en surfistas del Perú, 2021.

H_a: Existe relación entre el bienestar psicológico y miedo al coronavirus en surfistas del Perú, 2021.

Tabla 14

Correlación entre el bienestar psicológico y el miedo al coronavirus

Variable		Miedo al Coronavirus
	r_s [IC 95%]	.145 [.315, -.054]
Bienestar psicológico	p	.148
	TE	.02

En la tabla 14 se presenta la asociación de las variables, donde se observa que no existe relación estadísticamente significativa entre las variables de estudio $p > .148$, por lo tanto, se rechaza la hipótesis de investigación.

Relación entre las dimensiones del bienestar psicológico y el miedo al coronavirus en surfistas del Perú.

H₀: No existe relación entre las dimensiones del bienestar psicológico y el miedo al coronavirus en surfistas del Perú.

H_a: Existe relación entre las dimensiones del bienestar psicológico y el miedo al coronavirus en surfistas del Perú.

Tabla 15

Correlación entre el las dimensiones del bienestar psicológico y el miedo al coronavirus

Variable		Miedo al Coronavirus
Aceptación/control	r_s [IC 95%]	.053 [.597, -.149]
	p	.597
	TE	.002
Autonomía	r_s [IC 95%]	.113 [.298,-.094]
	p	.261
	TE	.012
Vínculos	r_s [IC 95%]	-.046 [.137-.23]
	p	.645
	TE	.002
Proyectos	r_s [IC 95%]	.23 [.423, .021]
	p	.021
	TE	.05

En la tabla 15 se presenta la asociación entre las dimensiones del bienestar psicológico y el miedo al coronavirus donde se evidencia que para las dimensiones aceptación control, autonomía y vínculos no existe relación estadísticamente significativa puesto que la significancia es $p > .05$, sin embargo, la dimensión proyectos se relaciona positivamente con el miedo al coronavirus $p < .05$, con un nivel de correlación .23 débil, y un tamaño de efecto mínimo (Cohen, 1992).

Relación entre el bienestar psicológico y las dimensiones de miedo al coronavirus en surfistas del Perú.

H_0 : No existe relación entre el bienestar psicológico y las dimensiones de miedo al coronavirus en surfistas del Perú.

H_a: Existe relación entre el bienestar psicológico y las dimensiones de miedo al coronavirus en surfistas del Perú.

Tabla 16

Correlación entre el bienestar psicológico y las dimensiones del miedo al coronavirus

Variable		Miedo emocional	Expresiones somáticas del miedo
	r_s [IC 95%]	.17 [.354, -.026]	.061 [.253, -.136]
Bienestar psicológico	p	.088	.0546
	TE	.02	.02

En la tabla 16 se expone la correlación de Spearman entre la variable bienestar psicológico y las dimensiones del miedo al coronavirus donde se aprecia que no existe relación entre la variable y las dimensiones del miedo al coronavirus, por lo tanto, se rechaza la hipótesis.

Relación entre las dimensiones del bienestar psicológico y las dimensiones del miedo al coronavirus.

H₀: No existe relación entre las dimensiones del bienestar psicológico y las dimensiones del miedo al coronavirus.

H_a: Existe relación entre las dimensiones del bienestar psicológico y las dimensiones del miedo al coronavirus.

Tabla 17

Correlación entre el las dimensiones del bienestar psicológico y las dimensiones del miedo al coronavirus

Variable		Miedo Emocional	Expresiones somáticas del miedo
Aceptación control	r_s [IC 95%]	.047 [0.222, -.153]	.017 [.868, -.175]
	p	.643	.868
	TE	.002	.002
Autonomía	r_s [IC 95%]	.145 [.336,-0.057]	-.046 [.234,-.154]
	p	.147	.651
	TE	.021	.002
Vínculos	r_s [IC 95%]	.026 [.199,-.157]	.059 [.031,-.341]
	p	.799	.111
	TE	.002	.003
Proyectos	r_s [IC 95%]	.218 [.435,.007]	.143 [.317,-.037]
	p	.028	.153
	TE	.04	.02

En la tabla 17 se observa la asociación entre las dimensiones del bienestar psicológico y las dimensiones del miedo al coronavirus donde se evidencia que para las dimensiones aceptación-control, autonomía y vínculos no existe relación estadísticamente significativa puesto que la significancia es $p > .05$, sin embargo, para la dimensión proyectos se encontró una relación positiva significativa $p < .05$ con un nivel de correlación débil ($r_s = .218$), y un tamaño de efecto mínimo entre ellas de .04, por lo tanto, se rechaza la hipótesis puesto que no se ha evidenciado relación con todas las dimensiones.

CAPÍTULO V
DISCUSIONES, CONCLUSIONES Y
RECOMENDACIONES

5.1. Discusiones

En este apartado se dará a conocer la revisión y comparación con otros estudios y la base teórica, puesto que este estudio tiene como finalidad conocer la asociación que existe entre el bienestar psicológico y el miedo al coronavirus en surfistas del Perú un deporte importante en este país, que cada vez va tomando mayor lugar y realce en las competencias nacionales e internacionales.

Dentro del objetivo general, esta investigación buscó determinar la relación entre el bienestar psicológico y el miedo al coronavirus en surfistas del Perú, en donde se halló que no existe relación estadísticamente significativa, esto nos indica que en los surfistas cada variable se maneja de manera independiente, es decir, que tanto el miedo como el bienestar psicológico no se relacionan, por lo tanto, no se comprueba la hipótesis de la investigación y se acepta la hipótesis nula, estos hallazgos pueden deberse que al realizar un deporte tan riesgoso en el mar, como lo es el surfing, estos tengan un mayor control del miedo o temor ante situaciones específicas, ya que el miedo es un proceso cognitivo, el cual conlleva a la valoración que da la persona ante un peligro real o potencial en una situación determinada (Beck et. al.,1985). Por otro lado, los surfistas, al ser deportistas llevan un estilo de vida adecuado desde el cuidado de su alimentación hasta el ejercicio físico, así como su contacto directo con la naturaleza, ante ello y por las características particulares de esta población se puede dejar ver que estas variables no se relacionan. En ese sentido, el bienestar psicológico según Lawton (1983, como se citó en Chávez, 2015) tiene que ver con las condiciones ambientales, competencias de conducta y la percepción de la calidad de vida.

Para el primer objetivo específico se hallaron los niveles de la variable bienestar psicológico y de sus dimensiones en surfistas del Perú, donde se encontró

que el 48.5% presenta un nivel alto, el 38.6% un nivel promedio y el 12.9% un nivel bajo, esto se puede deber al estilo de vida de los surfistas, con este hallazgo podemos indicar que la mayoría de los deportistas presentan niveles adecuados y altos de bienestar psicológico, es decir presentan un ánimo positivo, así como también, pensamientos y sentimientos adecuados, además, tienen una satisfacción personal e individual, esto tiene que ver con los aspectos, sociales, físicos y psíquicos, a su vez tiene relación con las características de los surfistas, puesto que son personas que están en contacto directo con la naturaleza, se preocupan por su alimentación y ejercicio físico. Estos resultados discrepan con Hernández et. al. (2017) quienes encontraron niveles bajos y muy bajos en la mayoría de docentes evaluados, estas diferencias pueden deberse a la particularidad de la muestra, ya que son docentes y estos profesionales están expuestos a un trabajo constante y agotador, ya que no solo es el dictado de las clases, sino también la preparación de materiales y la revisión de tareas, esto limita al docente a ejercer un tipo de vida activa a diferencia de los surfistas.

Para el objetivo específico dos, se hallaron los niveles de la variable miedo al coronavirus y de sus dimensiones en surfistas del Perú donde se halló que el 62.4% presenta un nivel promedio, el 22.8% un nivel alto y, con un nivel bajo el 14.9%, esto quiere decir que los surfistas presentan niveles normales de miedo al coronavirus dentro de la pandemia, solo el 22.8% presenta niveles altos de miedo estos resultados coinciden con un estudio realizado en Lima por Castillo y Gonzales (2021) quienes estudiaron en residentes de un Asentamiento Humano en Puente Piedra, estos resultados pueden coincidir debido a que estas personas ya se encuentran vacunadas, y puede haber cambiado la percepción del miedo ante esta enfermedad pandémica.

Para el objetivo número tres se halló que no existe relación entre las dimensiones aceptación control, autonomía y vínculos con el miedo al coronavirus, sin embargo, la dimensión proyectos se relaciona positivamente con el miedo al coronavirus esto quiere decir que a mayores niveles en proyectos mayor será el miedo, esta dimensión tiene que ver con el crecimiento personal y los propósitos con la vida, y esto se puede ver relacionado, puesto que los surfistas al tener un peligro latente como es el COVID – 19, también ven peligrar sus proyectos a futuro como competencias a nivel del surf o proyectos personales, además hay que tener presente que este deporte durante la cuarentena era permitido, ya que es una disciplina individual, esto de una u otra forma puede mantener presente los proyectos trazados a nivel deportivo o personal, teniendo en cuenta a Casullo (2002, como se citó en Salas, 2010) se refiere al bienestar psicológico como la satisfacción individual en la cual se destaca un ánimo positivo, teniendo en cuenta componentes como los emocionales y los cognitivos que están relacionados a los proyectos y al miedo.

El objetivo específico cuatro busca establecer la relación que existe entre el bienestar psicológico y las dimensiones de miedo al coronavirus en surfistas del Perú donde se halló que el bienestar psicológico no se relaciona con las dimensiones del miedo al coronavirus, este hallazgo se confirma al igual que con el objetivo general, puesto que por el estilo de vida que llevan estos deportistas y sus características personales estas variables no se relacionan. Este estilo de vida se refiere a la actividad física que realizan estos deportistas aportan exponencialmente a su bienestar psicológico, así como refiere Cuesta y Calle (2013) que el ejercicio resulta importante para la salud mental y física de las personas, la importancia de ejercitarse se debe a que su realización de manera regular produce adaptación a corto y largo plazo en los sistemas músculo-esqueléticos, respiratorios, cardiovasculares y

metabólicos, es así que entendemos que el ejercicio es definido como toda aquella actividad que produce un movimiento corporal por la contracción muscular, el cual depende del consumo de energía, por el cual se generan beneficios de manera progresiva en la salud de las personas.

Por último, para el objetivo específico número cinco se halló que en su mayoría las dimensiones del bienestar psicológico y las dimensiones del miedo al coronavirus no se relacionan, excepto la dimensión de proyectos con el miedo emocional, esto podría deberse a que ambas variables se asocian directamente a nivel cognitivo es decir con los pensamientos, ya que pueden predominar, pensamientos recurrentes, distorsiones cognitivas o rumiación generando en ellos ideas de no poder cumplir sus metas, objetivos o planes a futuro, recordando que el miedo es un aviso primario en reacción a una amenaza inmediata, marcado por una fuerte excitación e inclinación a la acción (Barlow, 2002).

5.2. Conclusiones

1. Se halló que no existe relación estadísticamente significativa entre el bienestar psicológico y el miedo al coronavirus.
2. Los niveles de bienestar psicológico en los surfistas del Perú son promedios (38.6%) y altos (48.5%) en su mayoría.
3. Los niveles de miedo al coronavirus en los surfistas del Perú son promedio (62.4%), alto (22.8%) y bajo (14.9%).
4. La dimensión proyectos del bienestar psicológico se relaciona con el miedo al coronavirus.
5. El bienestar psicológico no se relaciona con las dimensiones del miedo al coronavirus.

6. La dimensión proyectos del bienestar psicológico se relaciona con la dimensión miedo emocional del miedo al coronavirus.

5.3. Recomendaciones

1. Se recomienda a la Federación Nacional de Tabla – FENTA, velar por los deportistas de surf, para mantener los niveles de bienestar psicológico implementando talleres y/o charlas por ejemplo de motivación, control, satisfacción personal, entre otros que puedan brindar los psicólogos deportivos y de esta manera prevenir los niveles elevados de miedo al COVID - 19.
2. Ejecutar estudios en otras muestras más amplias y en otras disciplinas deportivas y/o adicionando nuevas variables sociodemográficas y psicosociales asociadas al bienestar psicológico y el miedo al coronavirus, para conocer si se presenta el mismo fenómeno en otros deportistas.
3. Se recomienda a la Federación Nacional de Tabla - FENTA, contar con un equipo de psicólogos para optimizar el bienestar psicológico y de esta manera los competidores sigan trayendo logros al Perú.

REFERENCIAS

- Aguinaga, I., Herrero, D. y Santamaría, T. (2021) Factor protector de las estrategias de afrontamiento y la cohesión de grupo sobre el bienestar psicológico ante situaciones de ansiedad competitiva en futbolistas. *Cuadernos de Psicología del Deporte*, 21(1), 86-101
<https://revistas.um.es/cpd/article/view/414281/294411>
- Alarcón, R. (2009). *Psicología de la felicidad. Introducción a la psicología positiva*. Editorial Universitaria. <https://www.redalyc.org/pdf/3378/337829515008.pdf>
- Amador. B., Montero. C., Beltrán. V., González. D. y Cervelló. E. (2017). Ejercicio físico agudo, agotamiento, calidad del sueño, bienestar psicológico e intención de práctica de actividad física. *Revista iberoamericana de psicología del ejercicio y el deporte*, 12(1), 121-127.
<https://www.redalyc.org/pdf/3111/311148817012.pdf>
- Arévalo, D. y Padilla, C. (2016). Medición de la Confiabilidad del Aprendizaje del Programa RStudio Mediante Alfa de Cronbach. *Revista Politécnica*, 37(1), 68.
https://revistapolitecnica.epn.edu.ec/ojs2/index.php/revista_politecnica2/article/view/469
- BBC News Mundo (2020). *Coronavirus: Brasil confirma el primer caso en América Latina*. BBC News Mundo. <https://www.bbc.com/mundo/noticias-america-latina-51641436>
- Castillo, B. y Gonzales, M. (2021). Miedo al covid-19 en residentes de un asentamiento humano en puente piedra, Lima. *Revista Agora*, 8(1), 69-74.
<https://www.revistaagora.com/index.php/cieUMA/article/view/165>
- Caycho, T., Carbajal. C., Vilca. L., Heredia. J. y Gallegos M. (2020). Covid-19 y salud mental en policías peruanos: resultados preliminares. *Acta Médica Perú*, 37(3),

396-398. http://www.scielo.org.pe/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1728-59172020000300396.

Cervantes, G., Maciel, M., Elizondo, E., Cervantes, L., Cervantes, G., García, B., Ibarrola, J., Almanza, Y., Barbosa, F., Fuentes, C., Chejfec, J., Guzmán J., Flores, P., Reyes, E. y González, A. (2021). Miedo al COVID-19 en el personal de la escuela secundaria: un estudio de encuesta en el occidente de México. *International Journal of Mental Health and Addiction*, 20(3), 1687-1694. <https://europepmc.org/article/med/33519317>

Chacaltana, K. (2018). *Procrastinación académica, adaptación universitaria y bienestar psicológico en estudiantes universitarios de psicología - ICA* [Tesis de maestría, Universidad Femenina del Sagrado Corazón]. Repositorio de la Universidad Femenina del Sagrado Corazón. <http://repositorio.unife.edu.pe/repositorio/handle/20.500.11955/494>

CNN. (2020). *Juegos Olímpicos de Tokio 2020: aplazamientos, patrocinadores preocupados y una petición de línea para cancelarlos*. CNN. <https://cnnespanol.cnn.com/2021/05/19/juegos-olimpicos-de-tokio-2020-aplazamientos-patrocinadores-preocupados-y-una-peticion-en-linea-para-cancelarlos/>

CNN. (2021). *Variante B.1.1.7 es más transmisible pero no aumenta la gravedad de enfermedad del covid-19, sugieren nuevos estudios*. CNN. <https://cnnespanol.cnn.com/2021/04/13/b-1-1-7-transmisible-gravedad-covid-trax/>

Cohen, J. (1992). A power primer. *Psychological Bulletin*, 112(1), 155–159. <https://doi.org/10.1037/0033-2909.112.1.155>

- Cuesta, M. y Calle, A. (2013). Beneficios del ejercicio físico en población sana e impacto sobre la aparición de enfermedad. *Endocrinología y Nutrición*, 60(6), 283-286. <https://www.sciencedirect.com/sdfe/pdf/download/eid/1-s2.0-S1575092213001332/first-page-pdf>.
- Danet, A. (2021). Impacto psicológico de la COVID – 19 en profesionales sanitarios de primera línea en el ámbito occidental. Una revisión sistemática. *Medicina Clínica*, 156(9), 449-458. <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC7775650/>
- Delle, A., Massimini, F. & Bassi, M. (2011). *Psychological selection and optimal experience across cultures*. Springer. <https://link.springer.com/book/10.1007/978-90-481-9876-4>
- Disabato, D., Goodman, F., Kashdan, T., Short, J. y Jarden, A. (2016). Different types of well-being? A cross-cultural examination of hedonic and eudaimonic wellbeing. *Psychological Assessment*, 28(5), 471-482. <https://dx.doi.org.ezproxy.ulima.edu.pe/10.1037/pas0000209>
- Domínguez, S. (2014). Análisis psicométrico de la escala de bienestar psicológico para adultos en estudiantes universitarios de lima: un enfoque de ecuaciones estructurales. *Psychologia: avances de la disciplina*, 8(1), 23-31.
- El Comercio. (2020). *Coronavirus en Perú*. El Comercio. <https://elcomercio.pe/peru/coronavirus-en-peru-martin-vizcarra-confirma-primer-caso-del-covid-19-en-el-pais-nndc-noticia/>
- El Comercio. (2020). *Encuesta nacional urbana – Covid-19*. El Comercio. <https://elcomercio.pe/politica/el-comercio-ipsos-problemas-emocionales-afectan-al52-de-ciudadanos-coronavirus-covid-19-noticia/>

- El Herald. (2021). *Inician los Juegos Olímpicos de Tokio 2021*. El Herald.
<https://www.elheraldodesaltillo.mx/2021/07/23/inician-los-juegos-olimpicos-de-tokio-2020/>
- Estrada. E. y Mamani. H. (2020). Bienestar psicológico y resiliencia en estudiantes de educación superior pedagógica. *Apuntes Universitarios*, 10(4), 56-68.
<https://doi.org/10.17162/au.v10i4.491>.
- Garza. O., Tristán. J., Tomás. I., Hernández. A. y López. J. (2017). Presentación de las tareas, satisfacción de las necesidades psicológicas básicas y bienestar en atletas universitarios. *Journal of Behavior, Health & Social Issues*, 9(1), 13-20.
<https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S2007078017300160>
- Hernández, R., Fernández, C. y Baptista, P. (2014). *Metodología de la investigación* (6ª ed.). McGraw-Hill. <https://www.uca.ac.cr/wp-content/uploads/2017/10/Investigacion.pdf>
- Instituto de Salud Mental “Honorio Delgado – Hideyo Nogushi”. (2019). *Informe del área de estudios epidemiológicos. Anales de salud mental*. Instituto de Salud Mental “Honorio Delgado – Hideyo Nogushi”.
- La República. (2020). *El deporte en suspenso por coronavirus*. La República.
<https://larepublica.pe/deportes/2020/03/16/coronavirus-en-peru-el-deporte-en-suspenso-por-covid-19/>
- Lang, P. (1968). Fear reduction and fear behavior: Problems in treating a construct. *Research in psychotherapy*, 3, 90-102. <https://psycnet.apa.org/record/2004-15393-004>
- Manrique, A. (2020). *El coronavirus y su impacto en la sociedad actual y futura*. Colegio de Sociólogos del Perú. <https://colegiodesociologosperu.org.pe/wp->

content/uploads/El-Coronavirus-y-su-impacto-en-la-sociedad-actual-y-futura-mayo-2020.pdf.

Marca (2020). Conmebol suspende la doble fecha de Eliminatorias de marzo para el Mundial 2022. Marca. [.https://www.marca.com/futbol/america/2021/03/06/6043b9eb22601d094d8b4625.html](https://www.marca.com/futbol/america/2021/03/06/6043b9eb22601d094d8b4625.html).

Marks, I. (1991). *Miedos, fobias y rituales 2*. Martínez Roca.

Mejía, C., Rodríguez, J., Garay, L., Enriquez, M., Moreno, A., Huaytán, K., Huancahuari, N., Julca, A., Alvarez, C., Choque, J. y Curioso, W. (2020). Percepción de miedo o exageración que transmiten los medios de comunicación en la población peruana durante la pandemia de la COVID-19. *Revista Cubana de Investigaciones Biomédicas*, 39(2), 1-20. http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0864-03002020000200001

Ministerio de Salud. (2021). *Sala Situacional*. Ministerio de Salud. https://covid19.minsa.gob.pe/sala_situacional.asp

Organización Internacional del Trabajo. (2020, 1 de julio). *Impactos en el mercado de trabajo y los ingresos en América Latina y el Caribe. Panorama laboral en tiempo de la Covid-19*. Organización Internacional del Trabajo. https://www.ilo.org/wcmsp5/groups/public/---americas/---ro-lima/documents/publication/wcms_749659.pdf.

Organización Mundial de la Salud. (2020). *Coronavirus*. Organización Mundial de la Salud. https://www.who.int/csr/disease/coronavirus_infections/es/

Organización Mundial de la Salud. (2020). *Salud Mental*. Organización Mundial de la Salud. https://www.who.int/topics/mental_health/es/

- Peruweek. (2020). *Miraflores reabre sus playas a los surfistas*. Peruweek.
<https://www.peruweek.pe/miraflores-reabre-sus-playas-a-los-surfistas/>
- Quezada, S. (2020). Miedo y psicopatología la amenaza que oculta el Covid-19. *Cuadernos de Neuropsicología*, 14(1), 19-23.
<https://www.cnps.cl/index.php/cnps/article/view/394>
- Quiroz, M. (2017). *Clima laboral y bienestar psicológico en docentes de una institución educativa nacional* [Tesis de pregrado, Universidad Señor de Sipán]. Repositorio de la Universidad Señor de Sipán.
<https://repositorio.uss.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12802/5000/Quiroz%200Fern%c3%a1ndez%20Magaly%20Azucena.pdf?sequence=1&isAllowed=y>.
- Ryff, C. (1989). Happiness is everything or is it? Explorations on the meaning of psychological well-being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 57(6), 1069–1081.
<https://pdfs.semanticscholar.org/7eb5/1dfece4f39df7c5c3aefa1276ae1116473a5.pdf>
- Ryff, C. (2016). *Beautiful idead and the scientific Enterprise: sources of intelectual vitality in research of eudaimonic well-being*. Springer International Publishing.
https://doi.org/10.1007/978-3-319-42445-3_6
- Soca, C. (2020). *Frecuencia de miedo, ansiedad y depresión en gestantes en el contexto COVID-19 en un hospital general de Lima-Metropolitana* [Tesis de pregrado, Universidad Peruana Cayetano Heredia]. Repositorio de la Universidad Peruana Cayetano Heredia.
<https://repositorio.upch.edu.pe/handle/20.500.12866/8468>

Universidad Johns Hopkins. (2021). *Centro de recursos sobre el coronavirus. Estados Unidos de Norte América*. Universidad Johns Hopkins. COVID-19 Map - Johns Hopkins Coronavirus Resource Center (jhu.edu).

Zubieta, E. y Delfino, G. (2010). Satisfacción con la vida, bienestar psicológico y bienestar social en estudiantes universitarios de Buenos Aires. *Anuario de Investigaciones*, 12, 277-283.

<http://www.redalyc.org/pdf/3691/369139946018.pdf>

ANEXOS

Anexo 1: Matriz de consistencia

PROBLEMA	OBJETIVOS	HIPOTESIS	VARIABLES	METODOLOGÍA
<p>¿Cuál es la relación que existe entre el bienestar psicológico y el miedo al Covid-19 en surfistas del Perú?</p>	<p>Objetivo General</p> <p>Determinar la relación que existe entre el bienestar psicológico y miedo al coronavirus en surfistas del Perú, 2021.</p> <p>Objetivos Específicos</p> <p>1) Describir los niveles de la variable bienestar psicológico y de sus dimensiones en surfistas del Perú.</p> <p>2) Describir los niveles de la variable miedo al coronavirus y de sus dimensiones en surfistas del Perú.</p> <p>3) Establecer la relación que existe entre las dimensiones del bienestar psicológico y el miedo al coronavirus en surfistas del Perú.</p> <p>4) Establecer la relación que existe entre el bienestar psicológico y las dimensiones de miedo al coronavirus en surfistas del Perú.</p> <p>5) Establecer la relación entre las dimensiones del bienestar psicológico y las dimensiones del miedo al coronavirus.</p>	<p>Hipótesis general</p> <p>HG: Existe relación entre el bienestar psicológico y miedo al coronavirus en surfistas del Perú, 2021.</p> <p>H0: No existe relación entre el bienestar psicológico y miedo al coronavirus en surfistas del Perú, 2021.</p> <p>Hipótesis específicas</p> <p>He₁: Existe relación entre las dimensiones del bienestar psicológico y el miedo al coronavirus en surfistas del Perú.</p> <p>H₀: No existe relación entre las dimensiones del bienestar psicológico y el miedo al coronavirus en surfistas del Perú.</p> <p>He₂: Existe relación entre el bienestar psicológico y las dimensiones de miedo al coronavirus en surfistas del Perú.</p>	<p>Bienestar Psicológico</p> <p>Dimensiones:</p> <p>Aceptación/Control</p> <p>Autonomía</p> <p>Vínculos</p> <p>Proyectos</p> <p>Miedo al Coronavirus</p> <p>Dimensiones:</p> <p>Miedo emocional</p> <p>Expresiones somáticas del miedo</p>	<p>Tipo de investigación:</p> <p>Correlacional</p> <p>Diseño de investigación:</p> <p>No experimental y transversal</p> <p>Población y muestra:</p> <p>La población estuvo conformada por deportistas que practican surf a nivel nacional, de 18 años en adelante, entendiendo que los participantes pueden ser de cualquier balneario del Perú, como los que se encuentran en los distritos de Huanchaco, Cerro Azul, San Bartolo y Punta Hermosa.</p> <p>Asimismo, la muestra fue de 101 surfistas.</p> <p>Técnica:</p> <p>Encuesta</p>

H0: No existe relación entre el bienestar psicológico y las dimensiones de miedo al coronavirus en surfistas del Perú.

He₃: Existe relación entre las dimensiones del bienestar psicológico y las dimensiones del miedo al coronavirus.

H0: No existe relación entre las dimensiones del bienestar psicológico y las dimensiones del miedo al coronavirus.

Instrumentos:

Escala BIEPS-A (Adultos) y la Escala de Miedo al Coronavirus (SARS-COV2) versión peruana.

ESCALA DE MIEDO AL CORONAVIRUS (SARS-COV2) – VERSIÓN PERUANA

Huarcaya, J., Villarreal, D., Podestà, A. y Luna, M.

Totalmente en desacuerdo	En desacuerdo	Ni de acuerdo ni desacuerdo	De acuerdo	Totalmente de acuerdo
1	2	3	4	5

1. Tengo mucho miedo del coronavirus (COVID-19).	1	2	3	4	5
2. Me pone incómodo(a) pensar en el coronavirus (COVID-19).	1	2	3	4	5
3. Mis manos se ponen húmedas cuando pienso en el coronavirus (COVID-19).	1	2	3	4	5
4. Tengo miedo de perder mi vida a causa del coronavirus (COVID-19).	1	2	3	4	5
5. Cuando veo noticias e historias sobre el coronavirus (COVID-19) en redes sociales me pongo nervioso(a) o ansioso(a).	1	2	3	4	5

6. No puedo dormir porque estoy preocupado de contagiarme del coronavirus (COVID-19).	1	2	3	4	5
7. Mi corazón se acelera o palpita cuando pienso en contagiarme del coronavirus (COVID-19).	1	2	3	4	5

Anexo 3: Informe de software anti plagio

TESIS LUIS RODRIGUEZ

INFORME DE ORIGINALIDAD



FUENTES PRIMARIAS

1	repositorio.autonoma.edu.pe Fuente de Internet	3%
2	repositorio.ucv.edu.pe Fuente de Internet	2%
3	Submitted to Universidad Autonoma del Peru Trabajo del estudiante	1%
4	hdl.handle.net Fuente de Internet	1%

Anexo 4: Cartas de permiso



"Año del Bicentenario del Perú: 200 años de Independencia"

Lima Sur, 17 de Agosto del 2021

Sres.
Federación Deportiva Nacional de Tabla - Perú
San Borja

De nuestra mayor consideración
Presente. -

Es grato dirigimos a Usted para expresarle nuestro cordial saludo a nombre de las autoridades de la Universidad Autónoma del Perú y el nuestro propio, así mismo, aprovechamos la oportunidad para solicitarle autorice el ingreso a la institución que Ud. dignamente dirige, de nuestro estudiante de la Carrera Académico Profesional de Psicología-Facultad de Ciencias Humanas, quien como parte de su tesis titulada: *"Bienestar Psicológico y miedo al Coronavirus en surfistas del Perú"*, desea aplicar pruebas psicológicas dirigida a los surfista del Perú de su representada. Todo ello servirá para el recojo de datos para la mencionada investigación. La persona encargada que realizará dicha actividad es:

RODRIGUEZ GARCIA LUIS RICARDO

El se pondrá en contacto para coordinar con Ud. los detalles pertinentes.

Esperando contar con su valioso apoyo y agradeciendo a su gentil deferencia, reitero mi cordial saludo.

Atentamente

Tanih Cubas Romero
Directora
Escuela Profesional de Psicología



Anexo 5: Consentimiento informado

Bienestar Psicológico y Miedo al Coronavirus en Surfistas del Perú, 2021

Autor: Ricardo Rodríguez

lrdriguez28@autonoma.edu.pe (no compartidos)
[Cambiar de cuenta](#)

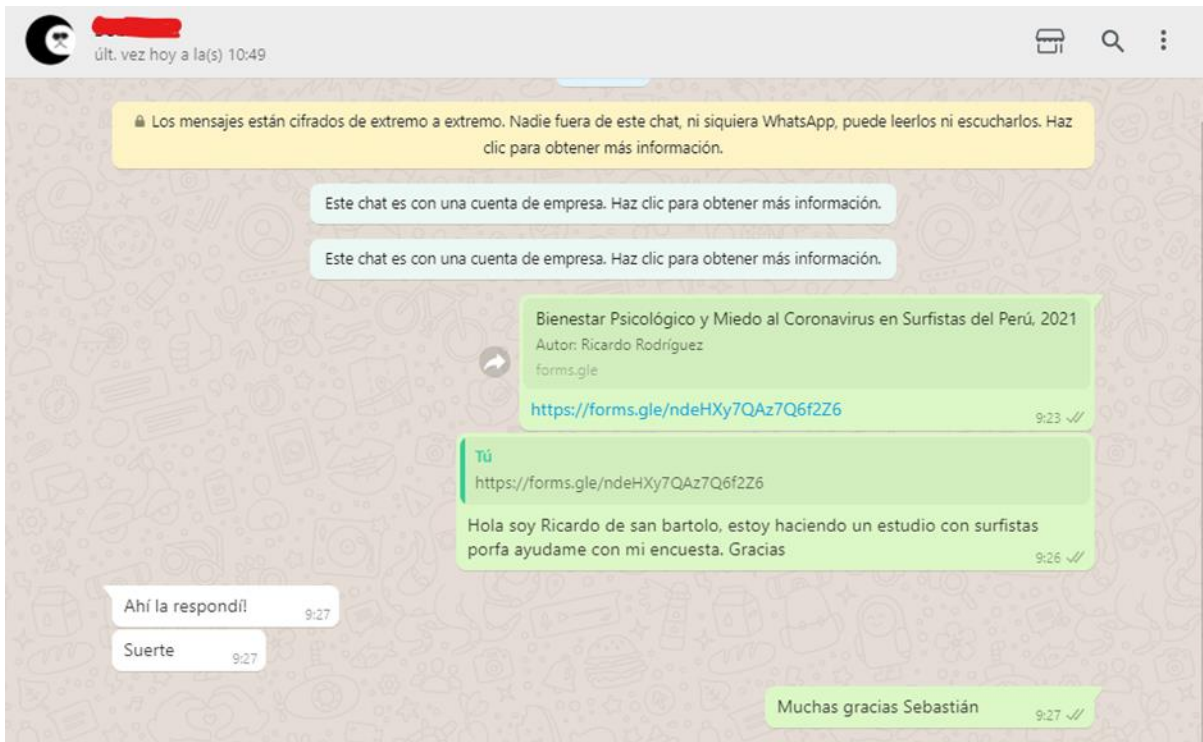
*Obligatorio

Consentimiento informado: Es grato saludarlos y al mismo tiempo agradecerles por participar en esta investigación que tiene por objetivo determinar la relación que existe entre el Bienestar Psicológico y el miedo al COVID-19, en surfistas del Perú. Los datos de este estudio se emplearán únicamente con fines de investigación, serán anónimos y se mantendrán confidenciales. Su participación es voluntaria y puede abandonar la encuesta en cualquier momento antes de enviar su respuesta, por ello es importante responder si estoy o no de acuerdo en la participación de ésta investigación. Atte. Luis Ricardo Rodríguez García. *

Sí

No

Otros (fotos, informes, documentos a la empresa)





últ. vez hoy a la(s) 10:46



que tal, soy Ricardo de San Bartolo, te comente que iba a hacer una investigación con surfistas, ya tengo el formulario para

13:14 ✓✓



13:14

Que fue

13:14

Bienestar Psicológico y Miedo al Coronavirus en Surfistas del Perú, 2021
Autor: Ricardo Rodríguez
forms.gle

<https://forms.gle/ndeHXy7QAz7Q6f2Z6>

13:14 ✓✓

ya esta listo

13:14 ✓✓

Ok

13:14

