

**UNIVERSIDAD NACIONAL DE
HUANCAVELICA**

(Creada por Ley N° 25265)



ESCUELA DE POSGRADO



FACULTAD DE ENFERMERÍA

UNIDAD DE POSGRADO

TESIS

**GESTIÓN DEL OCIO Y ANSIEDAD EN
TRABAJADORES DE LA UNIDAD MEDICO LEGAL
III HUANCAYO EN TIEMPOS DE COVID-19**

LÍNEA DE INVESTIGACIÓN:

GESTIÓN DEL TRABAJO EN EQUIPO

PRESENTADO POR:

Bach. Huber Alan VALLE MENDIOLAZA

**PARA OPTAR EL GRADO ACADÉMICO DE MAESTRO EN
CIENCIAS DE LA SALUD**

**MENCIÓN EN ADMINISTRACIÓN Y GERENCIA EN SERVICIOS DE
SALUD**

HUANCAVELICA, PERÚ

2022

Acta de Sustentación



UNIVERSIDAD NACIONAL DE HUANCVELICA
(Creada por ley 25265)

FACULTAD DE ENFERMERÍA
UNIDAD DE POSGRADO
(Resolución Nº 402-2022-A-UNH)



"Año del Fortalecimiento de la Soberanía Nacional"

ACTA DE SUSTENTACIÓN DE TESIS

En sesión ordinaria virtual, con el uso de la herramienta "Google Meet" para video conferencias, desde la sala virtual de sustentación de los integrantes de miembros de jurado evaluador, conformado por los docentes:

PRESIDENTE : Dra. Ysa Flor Compasano Cordova
https://orcid.org/0000-0001-8585-117X
DNI N° 19825422

SECRETARIO : Dra. Charo Jacqueline Juregui Saucedo
https://orcid.org/0000-0001-5538-0212
DNI N° 19824277

VOCAL : Mg. Rodrigo Quijse Rojas
https://orcid.org/0000-0002-0152-3063
DNI N° 23248629

Asesor: Dr. Guido Flores Martín.

De conformidad al Reglamento Único de Grados y Títulos de la Universidad Nacional de Huancavelica, aprobado mediante Resolución Nº 0130-2019-CU-UNH y ratificado con Resolución Nº 0552-2021-CU-UNH, asimismo,

De conformidad con la Directiva Nº 001-VRAC-UNH "Normas para la Sustentación de Tesis, Trabajos de Investigación, Trabajos Académicos y Trabajos de Suficiencia Profesional, para optar Grados y Títulos Profesionales no Presencial o Virtual en la UNH, en el marco del estado de emergencia COVID-19".

La candidata al GRADO ACADÉMICO DE MAESTRO EN CIENCIAS DE LA SALUD MENCIÓN EN ADMINISTRACIÓN Y GERENCIA EN SERVICIOS DE SALUD,

Dra. VALLE MENDIOLAZA, Haber Alan, identificado con DNI N° 40229554, procedió a sustentar su trabajo de investigación titulado: **GESTIÓN DEL OCIO Y ANSIEDAD EN TRABAJADORES DE LA UNIDAD MEDICO LEGAL III HUANCAYO EN TIEMPOS DE COVID-19.**

Luego de haber atendido las preguntas que le fueron formulados por los miembros del jurado, se dio por concluido el ACTO de sustentación virtual, realizándose la deliberación y calificación demanera sincrónica, resultado:

Con el calificado: APROBADO POR UDAUTIDAD.

Y para la constancia se extiende la presente ACTA de manera virtual, a los doce días del mes de mayo del año 2022.


Dra. Ysa Flor Compasano Cordova


Dra. Charo Jacqueline Juregui Saucedo


Mg. Rodrigo Quijse Rojas

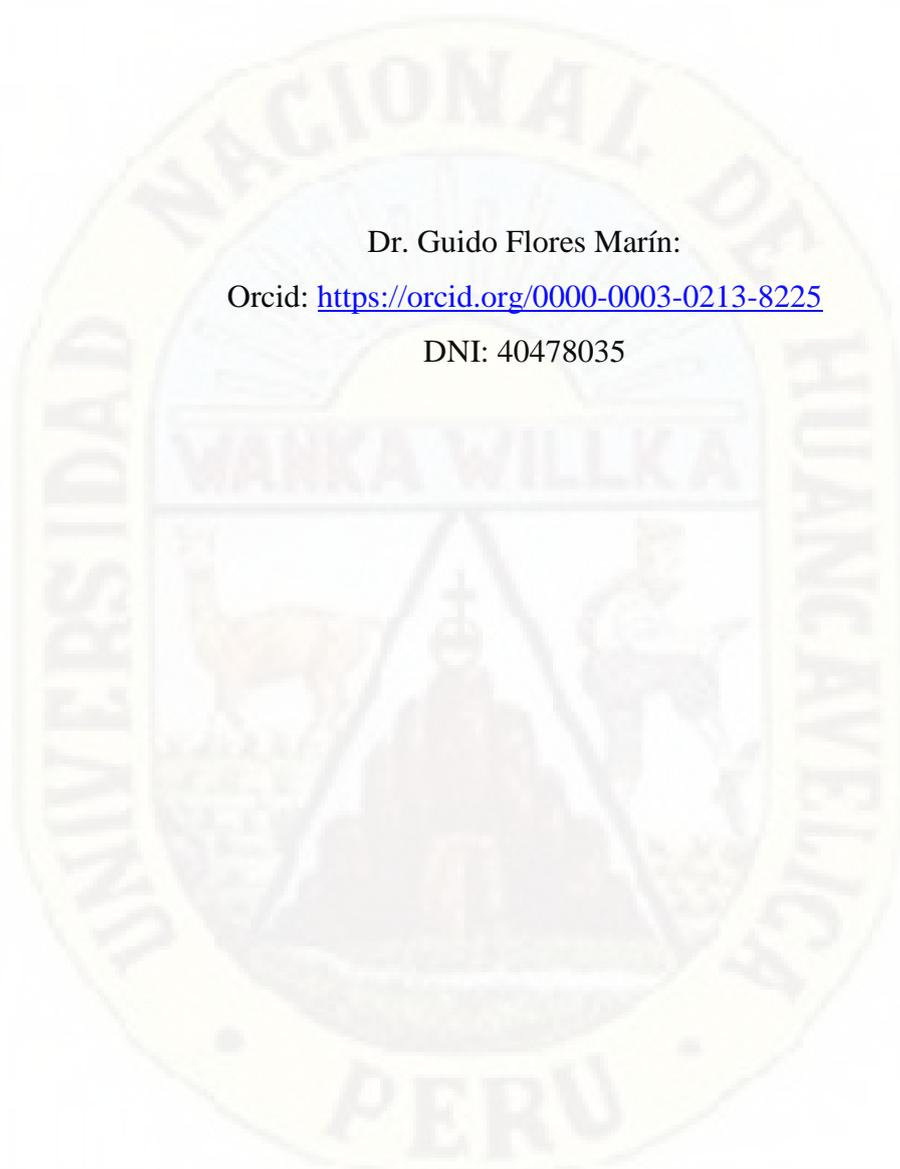
ACTA DE SUSTENTACIÓN VIRTUAL Nº 002-2022-UPGFEN.

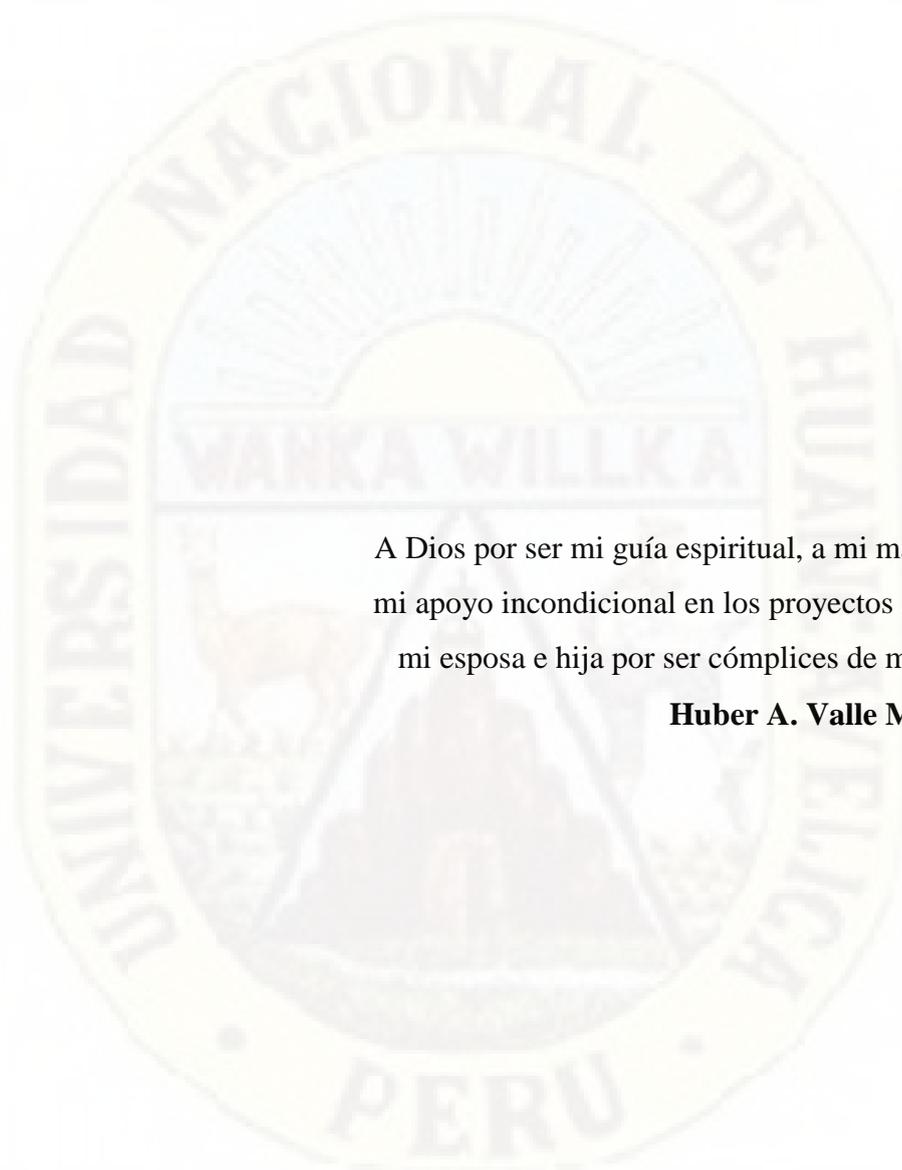
Asesor

Dr. Guido Flores Marín:

Orcid: <https://orcid.org/0000-0003-0213-8225>

DNI: 40478035





A Dios por ser mi guía espiritual, a mi madre por ser mi apoyo incondicional en los proyectos asumidos, a mi esposa e hija por ser cómplices de mis logros.

Huber A. Valle Mendiolaza.

Resumen

El estudio tuvo como objetivo determinar la relación entre gestión del ocio y ansiedad en trabajadores de la Unidad Médico Legal III Huancayo en tiempos de covid-19. Metodología: estudio básico, nivel correlacional, diseño no experimental transversal, tuvo como muestra a 52 trabajadores, los instrumentos aplicados fueron la entrevista estructurada y escala de ansiedad para covid-19. Resultados: 44.23% (23) están en proceso de gestión del ocio y no presentan ansiedad; 15.38% (8) con una gestión del ocio inadecuada y no presentan ansiedad; 11.54% (6) con gestión del ocio adecuada y no presentan ansiedad; 21.15% (11) están en proceso y adecuada gestión del ocio en su dimensión lúdica y no presentan ansiedad; 15.38% (8) están en proceso de gestión del ocio en su dimensión deportiva y presentan ansiedad leve; 7.69% (4) tienen la gestión del ocio en su dimensión festiva adecuada y presentan ansiedad leve; 3.85% (2) con gestión del ocio en su dimensión creativa adecuada y presentan ansiedad leve; 46.15% (24) están en proceso de gestión del ocio en su dimensión ecológica y no presentan ansiedad; 7.69% (4) tienen la gestión del ocio en su dimensión solidaria inadecuada y presentan ansiedad leve. Conclusión: no existe relación significativa directa entre las variables con un valor “rho” = -0,152 ($p=0,283>0.05$). Palabras Clave: Ansiedad, gestión del ocio, médico legal.

Abstrac

The objective of the study was to determine the relationship between management of leisure and anxiety in workers of the Medical Legal Unit III Huancayo in times of covid-19. Methodology: basic study, correlational level, non-experimental cross-sectional design, had 52 workers as a sample, the instruments applied were the structured interview and anxiety scale for covid-19. Results: 44.23% (23) are in the process of leisure management and do not present anxiety; 15.38% (8) with inadequate leisure management and do not present anxiety; 11.54% (6) with adequate leisure management and do not present anxiety; 21.15% (11) are in the process and adequate management of leisure in its playful dimension and do not present anxiety; 15.38% (8) are in the process of managing leisure in its sports dimension and present mild anxiety; 7.69% (4) have leisure management in its proper festive dimension and present mild anxiety; 3.85% (2) with leisure management in its appropriate creative dimension and present mild anxiety; 46.15% (24) are in the process of leisure management in its ecological dimension and do not present anxiety; 7.69% (4) have inadequate management of leisure in its solidarity dimension and present mild anxiety. Conclusion: there is no direct significant relationship between the variables with a value of " ρ "=-0.152 ($p=0.283>0.05$).

Key Words: Anxiety, leisure management, medical legal.

Índice

| | |
|---|-----|
| Acta de Sustentación | ii |
| Asesor..... | iii |
| Dedicatoria | iv |
| Resumen | v |
| Abstrac..... | vi |
| Índice | vii |
| Índice de tablas | ix |
| Índice de figuras | x |
| Introducción..... | xi |
| Capítulo I..... | 12 |
| El Problema | 12 |
| 1.1 Planteamiento del Problema..... | 12 |
| 1.2 Formulación del Problema | 14 |
| 1.3 Objetivos de la Investigación | 15 |
| 1.4 Justificación e Importancia..... | 16 |
| Capítulo II..... | 18 |
| Marco Teórico | 18 |
| 2.1 Antecedentes De La Investigación | 18 |
| 2.2 Bases Teóricas | 22 |
| 2.3 Definición de Términos..... | 33 |
| 2.4 Formulación de Hipótesis..... | 34 |
| 2.5 Identificación de Variables..... | 34 |
| 2.6 Definición Operativa de Variables E Indicadores | 35 |
| Título: Gestión del ocio y ansiedad en trabajadores de la Unidad Médico Legal III | |

| | |
|---|----|
| Huancayo en tiempos de covid-19..... | 35 |
| Bach. Huber Alan Valle Mendiolaza..... | 35 |
| Capítulo III..... | 41 |
| Metodología..... | 41 |
| 3.1 Tipo de Investigación..... | 41 |
| 3.2 Nivel de Investigación..... | 41 |
| 3.3 Método de Investigación..... | 41 |
| 3.4 Diseño de Investigación..... | 41 |
| 3.5 Población, Muestra y Muestreo..... | 42 |
| 3.6 Técnica e Instrumento de Recolección de Datos..... | 43 |
| 3.7 Técnica de Procesamiento y Análisis de Datos..... | 43 |
| 3.8 Descripción de la Prueba de Hipótesis..... | 43 |
| Capítulo IV..... | 45 |
| Presentación de Resultados..... | 45 |
| 4.2 Discusión de Resultados..... | 53 |
| 4.3 Proceso de Prueba e Hipótesis..... | 55 |
| Conclusiones..... | 58 |
| Recomendaciones..... | 60 |
| Referencias Bibliográficas..... | 61 |
| ANEXOS..... | 66 |
| Anexo 1: Matriz de consistencia..... | A |
| Anexo 2: Datos Generales..... | E |
| Anexo 3: Escala de ansiedad para covid-19..... | F |
| Anexo 4: Instrumento de Evaluación de Gestión del Ocio..... | H |
| Anexo 5: Consentimiento informado..... | J |
| Anexo 6: Base de datos..... | K |

| | |
|---------------------------------------|---|
| Apéndice 7: Panel Fotográfico | M |
| Apéndice 8: Artículo Científico | O |

Índice de tablas

| | | |
|----------|---|----|
| Tabla 1 | Relación entre gestión del ocio y ansiedad en trabajadores de la Unidad Médico Legal III Huancayo en tiempos de covid-19. | 46 |
| Tabla 2 | Relación entre gestión del ocio en su dimensión lúdica y ansiedad en trabajadores de la Unidad Médico Legal III Huancayo en tiempos de covid-19. | 47 |
| Tabla 3 | Relación entre gestión del ocio en su dimensión deportiva y ansiedad en trabajadores de la Unidad Médico Legal III Huancayo en tiempos de covid-19. | 48 |
| Tabla 4 | Relación entre gestión del ocio en su dimensión festiva y ansiedad en trabajadores de la Unidad Médico Legal III Huancayo en tiempos de covid-19. | 49 |
| Tabla 5 | Relación entre gestión del ocio en su dimensión creativa y ansiedad en trabajadores de la Unidad Médico Legal III Huancayo en tiempos de covid-19. | 50 |
| Tabla 6. | Relación entre gestión del ocio en su dimensión ecológica y ansiedad en trabajadores de la Unidad Médico Legal III Huancayo en tiempos de covid-19. | 51 |
| Tabla 7 | Relación entre gestión del ocio en su dimensión solidaria y ansiedad en trabajadores de la Unidad Médico Legal III Huancayo en tiempos de covid-19. | 52 |
| Tabla 8 | Valor Calculado “rho” Spearman General. | 56 |
| Tabla 9 | Valor Calculado “rho” Spearman Específicos | 57 |

Índice de figuras

| | | |
|-----------|---|----|
| Figura 1 | Relación entre gestión del ocio y ansiedad en trabajadores de la Unidad Médico Legal III Huancayo en tiempos de covid-19. | 46 |
| Figura 2 | Relación entre gestión del ocio en su dimensión lúdica y ansiedad en trabajadores de la Unidad Médico Legal III Huancayo en tiempos de covid-19. | 47 |
| Figura 3 | Relación entre gestión del ocio en su dimensión deportiva y ansiedad en trabajadores de la Unidad Médico Legal III Huancayo en tiempos de covid-19. | 48 |
| Figura 4 | Relación entre gestión del ocio en su dimensión festiva y ansiedad en trabajadores de la Unidad Médico Legal III Huancayo en tiempos de covid-19. | 49 |
| Figura 5 | Relación entre gestión del ocio en su dimensión creativa y ansiedad en trabajadores de la Unidad Médico Legal III Huancayo en tiempos de covid-19. | 50 |
| Figura 6. | Relación entre gestión del ocio en su dimensión ecológica y ansiedad en trabajadores de la Unidad Médico Legal III Huancayo en tiempos de covid-19. | 51 |
| Figura7 | Relación entre gestión del ocio en su dimensión solidaria y ansiedad en trabajadores de la Unidad Médico Legal III Huancayo en tiempos de covid-19. | 52 |

Introducción

El ocio ha sido definido desde varios enfoques diferentes: siendo, la dimensión básica en acciones cotidianas de la persona en función de los hábitos y comportamientos socioculturales de su comunidad. Segunda, el derecho que ha de ser garantizado por políticas de servicios sociales con el objetivo de reducir acciones de inactividad y conductas antisociales que puedan aparecer en el tiempo libre de cada persona. Tercera como factor de desarrollo integral de cada persona humana, valorado como ámbito de expansión cultural idóneo para promover experiencias con fines formativos o terapéuticos (1).

En tanto, la ansiedad es una fase emocional perjudicial que consiste en una sensación casi constante de angustia, nerviosismo, intranquilidad, pesadumbre y malestar emocional, acompañado por múltiples manifestaciones somáticas por lo que es considerada un padecimiento grave (2).

La tesis tuvo como objetivo determinar la relación entre la gestión del ocio y ansiedad en trabajadores de la Unidad Médico Legal III Huancayo en tiempos de covid-19 y como hipótesis si existe relación entre la gestión del ocio y ansiedad en trabajadores de la Unidad Médico Legal III Huancayo en tiempos de covid-19.

La tesis se compone de cuatro capítulos, dentro de los cuales se establecen El Problema, en donde se realiza una descripción de la situación problema que incentivo a estudiarla, así mismo; cuenta con el Marco Teórico, en la cual se consigna antecedentes, teoría y conceptos que respaldan al estudio realizado; de la misma forma se evidencia la Metodología, en donde se incorpora los procesos metodológicos de investigación científica y por último se consigna la Presentación de Resultados, que aborda los hallazgos establecidos durante el estudio realizado. Por último, contempla la bibliografía empleada, conclusiones, recomendaciones y anexos.

El autor.

Capítulo I

El Problema

1.1 Planteamiento del Problema

El año 2019 hubo un brote de un nuevo coronavirus denominado actualmente covid-19, el cual se dispersó rápidamente a nivel mundial, hallándose el primer caso en la ciudad de Wuhan, provincia de Hubei, China (3). La diseminación mundial del SARS-CoV-2 y las miles de miles de decesos ocasionadas por la enfermedad del coronavirus conllevaron a la Organización Mundial de la Salud en realizar la declaratoria de una pandemia mundial el día 12 de marzo de 2020 (4), la pandemia por el nuevo coronavirus viene generando demasiadas pérdidas humanas, repercutiendo en la economía, evidenciando incremento de la pobreza, incremento de problemas psicológicos, ampliación de brechas en salud, cierre de establecimientos de salud de primer nivel. Habiendo una gran cantidad de población que está experimentado alteraciones emocionales, muchos de ellos son profesionales de la salud y profesionales que brindan servicios públicos, esto debido a la exposición al covid-19, el cual actualmente es considerado un desastre social que ha generado cuadros de estrés, ansiedad y depresión (5).

En el presente siglo en la que se vive en un mundo globalizado, donde

desborda la información y con cambios vertiginosos se debe pensar en hacer una adecuada gestión del ocio donde se incluyan tiempos para desarrollar actividades de ocio. “Se debe tomar en cuenta que “todo exceso de trabajo o de ocio pueden ser nocivos”. En tal sentido, se deben establecer de manera oportuna y adecuada los tiempos que uno trabaja y los tiempos que se asignan al ocio, ese aspecto brindará a la persona como resultado una vida sana la cual se enfocará en evitar situaciones de tipo de patología psicológica y física (6). Es así que en el Ecuador García y Santizo (7) en un estudio evidenciaron datos sobre el ocio que desempeñan las personas, siendo 80% escucha música, pasear 82%, ir de compras 70%, divertirse con amigos 80%; todo con el fin de enfocarse en su crecimiento y desarrollo individual.

En Venezuela Lázaro (8) manifiesta que la gestión del ocio es un elemento que constituye los procesos de aprendizaje a lo largo de la vida de las personas, la carencia de gestionar el ocio en estos tiempos puede generar dificultades de valores de convivencia social y obtención de logros personales.

En Brazil Sánchez, Jurado & Simoes (9) en su trabajo de investigación establecen que el ocio es percibido bajo el estigma social de no hacer nada y no se considera como factor que afecte la salud, un 80% de trabajadores no diferencian entre ocio y tiempo libre, lo que pone en riesgo el fin primordial del ocio, en sus estructuras profundas de preservar la salud de la persona que practica el ocio como mecanismo de afrontamiento para una mejor vida física y mental.

En Argentina Lujan, (10) evidenció resultados sobre realización de algunas actividades de ocio, en personas mayores de 18 años y existe grandes porcentajes de personas que la realizan a veces 41(38%) y siempre 66 (61,1%), horas de ocio, 32(29,6%) personas dedican de 1 a 3 hs, 45(41,7%), 3 a 6 hs y 3(28,7%), más de 6 hs; lo que evidencia que se debe de motivar a las personas para que realicen actividades de ocio, la cual mejorará su salud física y mental.

Se puede evidenciar que la gestión del ocio, permite a las personas mejorar sus procesos de salud, física y mental, sin embargo en estos tiempos de

pandemia, muchas actividades de ocio fueron restringidas como medida de lucha contra la covid.19, motivo por la cual muchas personas iniciaron a presentar cuadros de ansiedad diversas, es así que Oré (5) en su estudio evidencia que existe correlación negativa entre la ansiedad por el Covid-19 y el Bienestar Psicológico con un valor de ($r_s = -229^{**}$; $p < .000$), siendo un problema que debemos afrontar desde diversos ángulos, y la gestión del tiempo puede ser una de ellas.

En tanto en Arequipa, Lazo (11) pone a la luz datos sobre cuadros de ansiedad que sufren las personas por el confinamiento de las cuales 78,6% de las alumnas presentan ansiedad, el 84,3% presentan depresión por las medidas de afrontamiento frente a la pandemia.

También Ocas (12) en Lima, desarrollo un trabajo de investigación, evidenciando que el personal de salud no es ajeno a desarrollar cuadros de ansiedad en tiempos de covid-19 mostrando que un 62.1% del personal de salud presentó estrés moderado, 78.9% presentó ansiedad moderada y 24.4% presentó depresión moderada.

En la región Junín de acuerdo al portal de la Dirección Regional de Salud (13) se incrementó en 25% los estados de ansiedad, depresión y estrés por consecuencia al contexto de la pandemia covid-19.

En un sondeo a través de preguntas abiertas realizado por el investigador se evidenció que los trabajadores de la Unidad Médico Legal III Huancayo no realizan la gestión del ocio 80%, han oído sobre el tema 58%, desconocen sobre el tema 42%, confunden el ocio con vagancia 70%. Al ser consultados sobre los estados de ansiedad que vienen desencadenándose por el contexto de la pandemia, un 68% menciona que son conscientes de dicha afectación y 32% menciona no verse afectado con cuadros de ansiedad.

Motivo por la cual se procede a formular la siguiente pregunta...

1.2 Formulación del Problema

Problema General

¿Cuál es la relación entre la gestión del ocio y ansiedad en trabajadores de la Unidad Médico Legal III Huancayo en tiempos de covid-19?

Problemas Específicos

- ¿Cuál es la relación entre la gestión del ocio en su dimensión lúdica y ansiedad en trabajadores de la Unidad Médico Legal III Huancayo en tiempos de covid-19?
- ¿Cuál es la relación entre la gestión del ocio en su dimensión deportiva y ansiedad en trabajadores de la Unidad Médico Legal III Huancayo en tiempos de covid-19?
- ¿Cuál es la relación entre la gestión del ocio en su dimensión festiva y ansiedad en trabajadores de la Unidad Médico Legal III Huancayo en tiempos de covid-19?
- ¿Cuál es la relación entre la gestión del ocio en su dimensión creativa y ansiedad en trabajadores de la Unidad Médico Legal III Huancayo en tiempos de covid-19?
- ¿Cuál es la relación entre la gestión del ocio en su dimensión ecológica y ansiedad en trabajadores de la Unidad Médico Legal III Huancayo en tiempos de covid-19?
- ¿Cuál es la relación entre la gestión del ocio en su dimensión solidaria y ansiedad en trabajadores de la Unidad Médico Legal III Huancayo en tiempos de covid-19?

1.3 Objetivos de la Investigación

Objetivo general

Determinar la relación entre la gestión del ocio y ansiedad en trabajadores de la Unidad Médico Legal III Huancayo en tiempos de covid-19.

Objetivos específicos

- Establecer la relación entre la gestión del ocio en su dimensión lúdica y ansiedad en trabajadores de la Unidad Médico Legal III Huancayo en tiempos de covid-19.
- Identificar la relación entre la gestión del ocio en su dimensión deportiva y ansiedad en trabajadores de la Unidad Médico Legal III Huancayo en tiempos de covid-19.
- Estimar la relación entre la gestión del ocio en su dimensión festiva y

ansiedad en trabajadores de la Unidad Médico Legal III Huancayo en tiempos de covid-19.

- Demostrar la relación entre la gestión del ocio en su dimensión creativa y ansiedad en trabajadores de la Unidad Médico Legal III Huancayo en tiempos de covid-19.
- Contrastar la relación entre la gestión del ocio en su dimensión ecológica y ansiedad en trabajadores de la Unidad Médico Legal III Huancayo en tiempos de covid-19.
- Indicar la relación entre la gestión del ocio en su dimensión solidaria y ansiedad en trabajadores de la Unidad Médico Legal III Huancayo en tiempos de covid-19.

1.4 Justificación e Importancia

La Unidad Médico Legal en tiempos de pandemia por COVID 19 vienen desarrollando diferentes actividades en la atención de usuarios como recepción y trámite de documentos, reconocimientos médico legales, evaluación psicológica. A la vez realización de levantamientos de cadáver y necropsias de ley a fallecidos por muertes violentas y patológicas, es así que una de sus funciones es la de realizar diagnósticos científicos en personas vivas, cadáveres, restos humanos y muestras a través de la ciencia e investigación forense, y así establecer o aclarar las posibles causas reales de las lesiones físicas, psíquicas, sexuales y fallecimiento con la que ingresan los usuarios y al egresar de dichas instalaciones salgan con evidencia científica que permita tomar acciones legales de ser necesarias; estas acciones se han visto alteradas en tiempos de pandemia pues el personal debió asumir nuevos protocolos para mantener activa la prestación de dicho servicio, conllevando a cuadros de ansiedad de diversos niveles que ponen en riesgo los resultados del servicio ofertado.

El desarrollo de la presente investigación se basa en la experiencia vivida durante la pandemia a partir del 16 de marzo de 2020 hasta la fecha, donde se puedo evidenciar en los colegas de trabajo niveles de ansiedad al atender casos nuevos de usuarios , realizar levantamientos de cadáver, necropsias de

ley por temor a que estos estuvieran infectados por el SARS-Cov -2 (COVID-19), sumando a esa realidad se incorporaron nuevos protocolos de atención que debían cumplirse al cien por ciento, tal es el caso de los controles de prueba molecular, prueba antigénica y/o prueba serológica, a las que se deben ser sometidos periódicamente, sin embargo; no fueron las únicas modificaciones pues externamente hubo restricciones en el uso de espacios públicos, viajes, reuniones sociales que vinieron afectando los procesos de ocio del personal para liberar energías y buscar placer que reconforte su vida continua; en base a estos hechos evidenciados se planteó la realización del presente estudio.

Dentro de los alcances que pretende la investigación propuesta es la de determinar la relación entre la gestión del ocio y ansiedad en trabajadores de la Unidad Médico Legal III Huancayo en tiempos de Covid-19, para ello, se estudió a detalle las variables de estudio y sus dimensiones de gestión del ocio y ansiedad.

La importancia de la presente investigación recae a los aportes científicos que se han de evidenciar en los resultados obtenidos y de esta manera puede servir de fuente a la comunidad científica como ejecución de cita, referencia, bibliografía, o data para aplicar mecanismos de investigación a corto, mediano o largo plazo, según el lector investigador la vea por conveniente.

Capítulo II

Marco Teórico

2.1 Antecedentes De La Investigación

Antecedentes Internacionales

Gonzales et al (14) Puerto Rico, en el artículo científico cuyo propósito fue adaptar y validar el Coronavirus Anxiety Scale en una muestra de hispanos residentes en Puerto Rico, Este instrumento permite identificar síntomas de ansiedad asociados específicamente al COVID-19. Estudio aplicado, empleó un muestreo por disponibilidad y una muestra de 327 participantes de habla hispana. Resultados: Los análisis psicométricos confirmaron que la escala posee una estructura unidimensional y una sólida confiabilidad ($\Omega = .93$) y validez. Concluye que los los 5 ítems cumplieron con valores adecuados de discriminación, demostrando que el instrumento puede distinguir entre personas que presentan síntomas de ansiedad asociados al COVID-19 y los que no presentan síntomas.

García y Santizo (7) Ecuador, en el artículo de investigación cuyo objetivo fue analizar la Gestión del Tiempo, el Ocio y su relación con los Estilos de Aprendizaje. Estudio descriptivo, prospectivo, tuvo una muestra de 47 personas que contestaron los dos cuestionarios distribuidos entre los

asistentes al Congreso, se aplicó dos cuestionarios Honey-Alonso. Resultados, Los asistentes al Congreso tienen mayores preferencias en los Estilos de Aprendizaje Teórico y Reflexivos seguidos del Estilo Pragmático. También, se aprecian promedios bajos en el Estilo de Aprendizaje Activo las personas usan su tiempo libre para dormir, estudiar, leer, pasear, entre otras cosas más de los cuales 80% escucha música, pasear 82%, ir de compras 70%, divertirse con amigos 80%; en tanto la relación entre estilos de aprendizaje y gestión del tiempo y ocio emitió los siguientes resultados; activo: jugar videojuegos; reflexivo: comer, dibujar, escuchar música, realizar trabajos manuales, practicar deportes, conocer gente nueva; teórico, escuchar música, ir al cine, pintar, dibujar, realizar trabajos manuales, practicar deportes. Concluyendo que “la gestión del ocio permite a las personas disponer de su tiempo libre, enfocando dicho tiempo hacia el crecimiento y el desarrollo individual”.

Lázaro (8) Venezuela. En su artículo científico cuyo objetivo fue hablar del ocio como elemento constituyente del aprendizaje a lo largo de la vida (ALV) y de los beneficios que tiene sobre las personas mayores. Estudio de análisis bibliográfico, tuvo una muestra de repositorio de Artículos científicos Scopus, Webinar, Sicielo, Elsevier, obteniendo los siguientes resultados: el ocio toma relevancia en estos días en la sociedad y en la vida de cualquier persona por ser un derecho humano y como una experiencia personal; convirtiéndolo en promotor de un desarrollo humano integral Concluye que, el ocio adaptado al siglo XXI es el que promueve y defiende los valores de convivencia y ciudadanía y facilita el desarrollo personal, social y comunitario.

Sánchez, Jurado & Simoes (9) Brazil. En el artículo científico cuyo objetivo fue indagar la percepción que tienen los trabajadores acerca del ocio y el tiempo libre. Investigación cualitativa de campo, de nivel descriptiva, tuvo una muestra de 60 trabajadores y presentó los resultados que expresa que un 80% de los trabajadores al ser encuestados manifiestan que no son capaces de discernir entre lo que es ocio y tiempo libre, sumergiéndose en actividades que no les garantiza su relajación, entretenimiento, desarrollo personal y en

consecuencia no les permite reparar el desgaste psicofisiológico que genera su trabajo continuo. Concluyen que el ocio es percibido bajo el estigma social de no hacer nada y no se considera como factor que afecte la salud.

Lujan, (10) Argentina, en la tesis cuyo objetivo fue identificar y conocer las dimensiones del ocio serio, especificar los motivos de la práctica de ocio y describir las cualidades terapéuticas de las actividades de ocio, estudio descriptivo, con metodología cuantitativa, empleo el muestreo no probabilística teniendo 108 participantes, empleó el instrumento denominado Inventario del Ocio serio, evidenciando los siguientes resultados, las edades oscilaban entre 17 y 72 años, la edad media era de 29 (DE=11,27) años, mujeres 77(71,3%) y varones 31(28,7%), realizan alguna actividad de ocio, por única vez 1(0,93%), a veces 41(38%) y siempre 66 (61,1%), horas de ocio, 32(29,6%) personas dedican de 1 a 3 hs, 45(41,7%), 3 a 6 hs y 3(28,7%), más de 6 hs.; concluye que la motivación para que las personas realicen actividades de ocio, se debe a la distracción, salud física y mental.

Álvarez (15) España, en su tesis de doctoral cuyo objetivo fue aportar hallazgos sobre el estado del ocio familiar de los adolescentes, estudio ex post-facto con un corte cuantitativo, descriptivo, no experimental y transversal, para ello se aplicó un cuestionario sobre ocio familiar, obteniendo los siguientes resultados, destaca la presencia del ocio digital, comercial y gastronómico siendo las más frecuentes, por otra parte se evidencia el ocio espiritual y solidario con menor frecuencia y presencia familiar; es así que la sociabilidad, responsabilidad e integridad son los valores más trabajados en el ocio familiar; por otra parte los procesos de convivencia, comunicación y expresión de emociones son las más desarrolladas, arribando a la conclusión que “el ocio familiar de los adolescentes se subraya más las fortalezas que las debilidades aunque los conflictos familiares resaltan como una de las amenazas más presentes”.

Gomes (16) Chile, en su artículo tuvo como objetivo analizar el ocio y la recreación en las sociedades latinoamericanas actuales según el punto de vista de estudiosos de estas temáticas. Estudio bibliográfico, se entrevistó a 25 personas, dentro de las cuales había docentes, profesionales y estudiantes que

cursan y/o dirigen maestrías en el área de la recreación, tiempo libre y el ocio. Resultados, los expertos coinciden en mencionar que el ocio es más amplio que la recreación, en tal sentido, el ocio debe ser entendido como una necesidad humana, y la recreación pasa a ser una forma de satisfacer la necesidad de ocio; por esto, es importante comprender que el ocio puede incluir a la recreación, lo que no ocurre de forma inversa. Propone a manera de conclusión “contemplar el desafío de pensar críticamente en el sentido de buscar alternativas para las graves problemáticas presentes en las sociedades latinoamericanas, algo que es cada vez más urgente y necesario”

Antecedentes Nacionales

Oré (5) Lima, en la tesis cuyo objetivo fue determinar la relación entre la Ansiedad por el Covid-19 y Bienestar Psicológico en personas adultas del distrito de Ate Vitarte. Estudio cuantitativo, transversal; tuvo una población de 668 mil 203 habitantes, de cual se tuvo una muestra de 300 participantes, se empleó el instrumento Coronavirus Anxiety Scale (CAS) y Cuestionario de Bienestar Psicológico para adultos BIEPS-A., evidenciando los siguientes resultados, 39,7% fueron del sexo masculino y 60,3% al sexo femenino, existen diferencias significativas en la Ansiedad por el Covid- 19 según las variables sociodemográficas; género, diagnóstico y tratamiento contra la sintomatología ansiosa, diagnóstico de enfermedad al Covid-19 en amigos y familiares; concluyendo que existe correlación negativa entre la ansiedad por el Covid-19 y el Bienestar Psicológico ($r_s = -0,229^{**}$; $p < 0,000$). Asimismo, se halló diferencias significativas en el Bienestar Psicológico según las variables sociodemográficas de; género, diagnóstico y tratamiento contra la sintomatología ansiosa.

Lazo (11) Arequipa, en su tesis cuyo objetivo fue describir el nivel de ansiedad y depresión asociado al confinamiento social por COVID 19 en adolescentes del 4to año de secundaria del colegio Nuestra Señora de Fátima, empleó el estudio observacional prospectivo, tuvo una muestra de 70 adolescentes, a quienes aplico una encuesta virtual mediante la escala de depresión de Golberg, obteniendo los siguientes resultados, predomina la edad de 15 años, viven con ambos padres, 78,6% de las alumnas presentan

ansiedad, el 84,3% presentan depresión. Conclusiones: Se halló una asociación significativa con la afectación emocional por el aislamiento social y el desarrollo de ansiedad ($p=0.348$) y depresión ($p=0.353$).

Ocas (12) Lima, en su tesis tuvo como objetivo determinar los niveles de estrés, ansiedad y depresión en el personal de salud del primer nivel de atención durante la pandemia de COVID-19. Lima, 2020. Empleó el estudio observacional, transversal y descriptivo, aplicó el cuestionario online mediante través de Formularios de Google a 90 sujetos; obtuvo los siguientes resultados, la mayor frecuencia fueron 62.1% del personal presentó estrés moderado, 78.9% presentó ansiedad moderada y 24.4% presentó depresión moderada, concluye que el personal de salud del primer nivel de atención durante la pandemia de COVID-19 desarrolló cuadros de estrés, ansiedad y depresión.

Antecedentes Locales.

No se hallaron antecedentes a este nivel.

2.2 Bases Teóricas

2.2.1 Teoría Interactiva

La investigación se basa en las teorías interactivas, que vienen de la mano de autores como Bowers, Ender y Mischel (17); éstas proponen que “...//la conducta ansiosa viene determinada por la interacción entre las características de la personalidad de cada individuo y las condiciones situacionales.”

Esta teoría menciona que toda reacción de ansiedad dependerá de la interacción entre las características personales y las características de la situación ambiental en la que se encuentre la persona.

Así mismo, se señalan como los elementos básicos de la interacción persona-situación a la conducta actual, el individuo como agente activo, los factores cognitivos y motivacionales como determinantes y el significado psicológico que la situación tiene para el sujeto. Cabe decir, que la situación por la que atraviese la persona, influenciará en su conducta dependiendo de cómo sea interpretada y percibida por éste.

Mientras más definida y precisa sea la situación, mayor será su influencia

sobre la determinación del comportamiento de la persona; pasando a segundo plano las características personales (17).

2.2.2 Gestión del Ocio

Definición

Según el Diccionario de la Real Academia Española, “el termino ocio etimológicamente proviene del latín *otium*, que significa reposo. ocio es el tiempo libre, fuera de las obligaciones y ocupaciones habituales” (18).

Para Argyle, el ocio “es el conjunto de actividades que una persona realiza en su tiempo libre, porque desea hacerlas, sin presiones externas, con el objetivo de divertirse, entretenerse y desarrollarse a sí mismo” (19).

Y de acuerdo a Caride, “el ocio ha sido conceptualizado desde tres enfoques diferenciados: Dimensión básica de la vida cotidiana de la persona en función de los hábitos y comportamientos socioculturales de su comunidad. Derecho que ha de ser garantizado por las políticas de servicios sociales con el objetivo de reducir la inactividad y las conductas antisociales que puedan aparecer en el tiempo libre de las personas. Factor de desarrollo integral de la persona humana, valorado como ámbito de expansión cultural idóneo para promover experiencias con fines formativos o terapéuticos” (1).

Su realización se lleva a cabo a través de seis dimensiones que se relacionan con diferentes estilos de vida, con diversos entornos, ambientes y recursos (20).

Se define Gestión del Ocio como “la manera en que las personas disponen de su tiempo libre, enfocando dicho tiempo hacia el crecimiento y el desarrollo individual”. Esto es, aprovechar cada momento libre para ser creativo, desarrollarse personalmente, cuidar de su salud y divertirse. De acuerdo a Fontcuberta (6), explica que los medios de comunicación tienen un protagonismo creciente en la gestión del ocio de las personas y explica tres diferentes paradigmas:

- Liberal-consumista que asocia el ocio al descanso
- Creativo-cultural que integra en el ocio los valores que proceden del campo de la educación y la cultura.
- Multimedia que se apoya tanto uno como el otro

Educación en el Ocio

La educación del ocio establecida por (21) “es un proceso en que las personas aprenden a ser independientes y a determinar su propio ocio” Posee tres elementos:

- **Toma de conciencia:** centrada en el aspecto cognitivo del ocio, aquí se incluye: conciencia personal en relación al ocio, conocimientos sobre ocio, destrezas en la toma de decisiones y participación, actitudes ante el ocio. Estos subcomponentes son relevantes pues a través de ellas se conocen la importancia y la necesidad de implicación en el ocio (21).
- **Destreza de interacción social:** incluye destrezas de interacción dual, de grupo grande y grupo pequeño. Esto se da, debido a que la mayoría de las actividades de ocio, vienen a ser de carácter social, por lo que los procesos de aplicación y adquisición de habilidades sociales, será relevante, para que los individuos puedan desarrollarse en su tiempo de ocio (21).
- **Destreza de ocio:** Para que alguna persona pueda disfrutar sus actividades de ocio, requiere contar con diversas destrezas, las cuales dependen de la cultura, edad, estilo de vida, preferencia, estilo de vida, etc.

Dimensiones del Ocio

De acuerdo a Cuenca (20) las dimensiones del ocio deben entenderse de acuerdo a la ejecución que le concierne a toda persona. Por lo que se debe establecer como: Lúdica, deportiva, festiva, creativa, ecológica, solidaria

a) Dimensión Lúdica

Esta dimensión propone al juego en un contexto distinto al de ejecutarse como recurso, o estrategia didáctica, para convertirla en una acción real de ocio, la cual se elige libremente, con el único fin lúdico y diversión. Desde esta óptica, la finalidad del juego es únicamente el mismo juego, libremente elegida y voluntaria (20).

El juego ha de ser espontáneo, voluntario, desestresante, de goce y realizado en los tiempos libres del sujeto, no es un medio de búsqueda de

un fin. Se elige libremente de diversas opciones.

Estas experiencias lúdicas favorecen al desarrollo holístico del individuo, incrementando sus habilidades motoras, facilitando sus relaciones sociales, promoviendo hábitos saludables e higiene corporal. Se pueden mencionar diversos juegos lúdicos como: malamboy, siete pecados, san miguel, canicas, trompo, ligas, vela, etc (22).

b) **Dimensión deportiva.**

La ejecución deportiva constituye una contribución al desarrollo holístico de la persona, la cual genera capacidades motoras, ayuda en las relaciones sociales, promueve hábitos saludables e higiene corporal. Los deportes contribuyen al sujeto a que se exprese, perciba su aceptación por otros grupos, promueva su éxito, desarrolle trabajo en equipo, incremente su competencia y desarrolle autonomía, y por último mejore su estructura corporal (20). Se pueden proponer ejemplos como fútbol, básquet, vóley, natación, yudo, karate, etc. (22).

c) **Dimensión festiva**

Las fiestas son consideradas como reuniones que aglutina a muchas personas con el fin de celebrar algún tipo de acontecimiento. Dicha acción implica la liberación emocional de regocijo, alegría, entretenimiento. Esta posee un carácter comunitario, donde los procesos individualistas se consideran en actitud antagónica al concepto genérico de fiesta. La participación de un sujeto se realiza de forma voluntaria y desencadena un estado de ánimo propio al realizarse de manera conjunta con otros individuos (20).

La dimensión festiva del ocio promueve altos niveles de goce y disfrute, debido a que se desencadenan estas emociones en tres momentos: durante la preparación de la fiesta, en el momento de desarrollo de la fiesta y posteriormente pues al ser recordada, genera liberación de endorfinas que generan sensación de placer.

Las festividades promueven participación conjunta con otras personas, posibilita las relaciones sociales, desarrolla habilidades relacionadas con la organización personal, familiar y laboral.

Las actividades festivas se deben entender como diversas actividades como: salir a comer con la pareja, familia, compañeros de trabajo, etc; ir a la discoteca, participar en fiestas costumbristas de barrio, religiosa, etc. (22).

d) Dimensión creativa

Se relaciona con la educación artística en aspectos que se refieren a la pintura, música, danza, etc. Es de carácter netamente formativo en el área cultural, la cual conlleva al desarrollo personal, a través de la formación y aprendizaje. Su finalidad se evidencia cuando es elegida de manera voluntaria, sin cohesión, vale decir, se elige libremente. Es un ocio que se diferencia debido a su naturaleza reflexiva (20).

El contacto que experimenta el individuo al elegir libremente cualesquiera de las actividades artísticas, le generará sentimientos gratificantes tales como: autorrealización, placer, goce, disfrute; esta dimensión del ocio se genera en personas que recibieron estímulos externos desde su niñez y son placibles a tener acceso a los implementos que peritan su ejecución (22).

El desarrollo de expresiones artísticas desde la óptica del ocio, genera el desarrollo de su dimensión creativa desde dos direcciones: Primera: como expresión creativa y Segunda como penetración receptiva. Las posibles actividades creativas pueden ser:

- Realizar trabajos manuales como pintura, bricolaje, costura, etc.
- Realizar colecciones como leer revistas, cómics, periódicos, libros.
- Realizar pasatiempos: sopas de letras, crucigramas.
- Tocar un instrumento, realizar vídeo y fotografía.
- Realizar actividades de baile, teatro, música, cerámica, etc.
- Asistir al teatro, concierto, cine, visitar una exposición, un museo, etc.

e) Dimensión Ecológica

Propicia el encuentro con el ambiente natural, visto con una perspectiva de disfrute, goce donde no interesa la actividad a realizarse. Siendo la

panacea la diversión, relajo, recrearse en los servicios ambientales que brinda la naturaleza (20).

Los beneficios de este tipo de ocio son avalados desde el campo científico de la Educación Ambiental, que promueve el contacto directo con los espacios naturales para formar procesos armónicos entre el hombre y la naturaleza, la cual desencadena empatía ambiental, generando responsabilidad ambiental individual y colectiva para su óptima conservación, y promoción de la sostenibilidad de los entornos ambientales.

Dichas actividades de ocio pueden darse en paseos por jardines, parques naturales, campo, turismo rural vivencial, jardinería, horticultura, deportes al aire libre, senderismo en playa, montañas, ejecución de actividades de granja y agricultura (22).

f) Dimensión solidaria

Considerada como ocio autotélico, debido que las acciones generadas se realizan de forma desinteresada, con el único fin de ser asimiladas en sí misma. Esta actividad de ocio se enfoca en la educación que recibió la familia o se trasladó al entorno escolar, donde promueven acciones para colaborar y despertar actitudes en sus integrantes de ocio comunitario y solidario, fomentando la entrega de servicios o bienes en forma desinteresada en beneficio de otros (20).

No todas las personas pueden desarrollar todas las dimensiones de ocio, sin embargo; existen personas que desarrollan acciones de ocio solidaria con un disfrute y gozo único para ellos, siendo el beneficio la promoción de apertura de espacios e inserción en campos sociales excluidos promoviendo la comunicación y empatía hacia los demás.

Existen diversas actividades solidarias, las cuales surgen desde lo más básico, como colaborar en los quehaceres de la casa, elaborar acciones de solidaridad como cocinar comidas para gente que la requiera, donar dinero a eventos solidarios, participar activamente en acciones solidarias organizada por una institución, parroquia, ONG, etc. (22).

La perspectiva Psicológica del Ocio

Para Csikszentmihalyi (23) esboza el concepto de experiencia óptima o flow, donde se da el equilibrio que la persona necesita para afrontar el reto de la destreza y actividad. El desarrollo óptimo se considera a la integración de diversos aspectos de la vida, colmando de manera creativa el tiempo de ocio y aprendiendo a gozar de la actividad desarrollada, tanto si uno trabaja o si está en estadio de ocio. En relación al desarrollo personal, afirma que, “para beneficiarse de un desarrollo óptimo, la persona debe aprender a aumentar su complejidad psicológica en el tiempo libre y en sus tareas obligatorias”.

En tanto Tinsley (24) propuso una visión holística para estudiar el ocio, proponiendo que se enfatice su estudio en la experiencia subjetiva, más que en las tangibles. Con esto propuso aprehender para categorizar la percepción del individuo, estableciendo el ocio como una experiencia preparada la cual dotara diversos beneficios y cualidades al sujeto. Plantea también que la actitud en el trabajo puede satisfacer los siete atributos del ocio: estableciendo los procedentes de la experiencia subjetiva (olvido de sí mismo, concentración, y disminución de la conciencia de tiempo) y de lo afectivo (percepción enriquecida. sentimiento de libertad; por último, propone los eventos; aumento de la sensibilidad corporal, emociones), y pudieran elegirse cuatro características más: intrínsecamente satisfactorio, libremente elegido, sentido del compromiso y estímulo óptimo

2.2.3 Ansiedad

Definición

Existen muchas definiciones de Ansiedad, mismas que fueron evolucionando conforme el paso del tiempo. Sin embargo, según Sierra, et al. “...todas las teorías están de acuerdo en que consiste en una respuesta emocional compleja, adaptativa y fenomenológicamente pluridimensional...” (25)

Según Ortega et al.; la ansiedad es una fase emocional perjudicial que consiste en una sensación casi constante de angustia, nerviosismo, intranquilidad, pesadumbre y malestar emocional, acompañado por múltiples manifestaciones somáticas por lo que es considerada un padecimiento grave (2).

Síntomas o manifestaciones:

Según Cano, A. (26), presidente de la Sociedad Española para el Estudio de Ansiedad y el Estrés (SEAS), las respuestas o síntomas de ansiedad se clasifican en 3 grandes grupos:

- Respuestas Cognitivas (lo que pensamos o sentimos): Preocupación - Pensamientos o sentimientos negativos sobre uno mismo - Inseguridad - Temor a que nos noten la ansiedad y a lo que pensarán si esto sucede.
- Respuestas Fisiológicas (lo que sucede en nuestro cuerpo) - Molestias en el estómago - Sudor - Temblor - Tensión - Palpitaciones, aceleración cardiaca.
- Respuestas Motoras (lo que manifestamos en nuestro comportamiento) - Movimientos repetitivos (pies, manos, rascarse, etc.) - Fumar, comer o beber en exceso - Evitación de situaciones (26).

Componentes de la ansiedad:

Las reacciones producto de un estado de ansiedad suelen variar de una persona a otra en cuanto a su forma e intensidad; las reacciones fisiológicas suelen presentarse de manera más intensa en comparación a las subjetivas y las motoras; asimismo, un individuo puede tener una reacción subjetiva muy intensa, fisiológica moderada y motora leve (27).

A continuación, se describen los 3 componentes de la ansiedad:

- **Componente fisiológico:** Se encuentra conformado por los cambios desarrollados en el sistema nervioso central relacionados con la presencia de determinados estados emocionales, y se deben a la actividad del sistema nervioso autónomo; esto se refleja a nivel externo en forma de signos y síntomas, tales como sudoración, dilatación de las pupilas, aumento de la tensión muscular, palidez facial, temblores, entre otros, y a nivel interno en taquicardia, disminución de la salivación, etc (27).
- **Componente subjetivo:** representado por un conjunto de procesos cognitivos relacionados con la respuesta emocional a determinados estados del entorno y a cambios fisiológicos. Este componente de la

ansiedad se encuentra relacionado con la propia experiencia interna, con la evaluación y percepción subjetiva de los estímulos y estados asociados con la ansiedad. Esta experiencia resulta ser desagradable para la persona, provocando miedo, aprensión, obsesiones, pensamientos intrusivos, entre otros (27).

- **Componente motor conductual:** Representa el componente observable de la conducta, es decir, las respuestas de evitación y escape. Esta respuesta es provocada por eventos o situaciones que el sujeto percibe como amenazantes (27).

Tipos de Ansiedad

Navarra (28) menciona tres tipos:

- Ansiedad leve, se evidencia tensiones en la vida cotidiana. El individuo se halla en situación de alerta y su campo de percepción aumenta. Este tipo de ansiedad puede propiciar el aprendizaje y la creatividad (28).
- Ansiedad moderada, en la cual el individuo se centra en preocupaciones inmediatas. Implicando una disminución del campo de percepción. El Individuo bloquea determinadas áreas, pudiendo reconducirse si retoma y se centra en ello (28).
- Ansiedad grave. Existe reducción significativa del campo perceptivo. El individuo puede centrarse en detalles específicos, sin poder pensar nada más. Su conducta se centrará en aliviar su estado de ansiedad (28).

2.2.4 Test de evaluación de Hamilton

Esta escala tiene como objetivo averiguar el área del estado de ansiedad, la misma que se enuncia a través de una emoción personal de tensión, nerviosismo e inquietud. La escala está formada de clases de síntomas a través de los cuales se investiga la ansiedad, la tensión los síntomas neurovegetativos y los somáticos (2)

2.2.5 Covid-19

El covid-19 es causado por el coronavirus de tipo 2 sars-cov2, fue identificado por primera vez en Wuhan, China, en diciembre de 2019. Esta enfermedad causa enfermedad respiratoria la cual se propaga de individuo a

individuo. Su aparición se remonta a varias teorías, siendo la más difundida al origen zoonótico (29).

El covid-19 se propaga mediante las gotitas de flugge emitidas al hablar, toser o estornudar. Las gotitas vienen cargadas de virus y pueden ingresar a otra persona a través de la boca o nariz, ingresando a las vías respiratorias y generando la enfermedad. La OMS recomienda guardar distancia física de 1 metro, uso de mascarillas e incluso caretas, todo esto con el fin de preve la infección. Datos han revelado que la infección se transmite de personas con síntomas leves o de quienes no perciban la enfermedad (30).

Consecuencias de la Pandemia por Covid-19:

- Enfermedad y muerte.- Para mediados del 2020 las cifras de Covid-19 en el Perú superaban los 191 000 casos positivos y más de 5000 fallecidos, así lo indicaba el Ministerio de Salud del Perú (MINSA) (31).
- Crisis económica.- La pandemia por Covid-19 ha dado un giro a la vida cotidiana, social, y laboral de todas las personas a nivel mundial. La medida preventiva del aislamiento social obligatorio (cuarentena) ha generado el desempleo de muchas personas, suponiendo la pérdida del único sustento económico de muchos hogares, esto ha generado modificaciones en la alimentación, recreación, etc. afectando la salud de las personas (32).
- Aislamiento social. Son muchos los países en todo el mundo que decretaron el aislamiento social obligatorio como medida preventiva para evitar la propagación del Covid-19. Esta acción fue recomendada por la OMS, sin embargo, al paso de los días se ha podido presenciar la aparición de efectos adversos negativos sobre el bienestar general de las personas, tal como lo describe San Martín, P. (33).

Brooks, S. (34) indica que, a pesar del claro impacto de la cuarentena sobre el bienestar emocional de las personas, ésta se considera necesaria, siempre que éste claramente justificada, se brinde información a la población sobre los protocolos, se garanticen suministros suficientes y no se exceda del tiempo requerido.

Salud mental en tiempos de Covid-19

Según Johnson, M. (32) el tema del Covid-19 agrupa diversos sentimientos generados en las personas, destacando principalmente:

- La incertidumbre, expresado como un sentimiento de preocupación vinculada a la incertidumbre respecto a un futuro próximo o a la impotencia por las pérdidas humanas causadas por la enfermedad que desencadena el Covid-19, además, este sentimiento también se ve vinculado a la situación económica y social producto de la medida de aislamiento social obligatorio.
- El miedo, ansiedad y hasta pánico ante la constante amenaza de contraer el virus y desarrollar la enfermedad, no simplemente por uno mismo, sino también por la familia y allegados.
- La angustia, incluye sentimientos que van desde la tristeza, el aburrimiento, hasta la depresión, y puede estar vinculada a otras personas (familia, pareja, amigos, etc.)
- La soledad, vinculada a las medidas de aislamiento social; generando también sentimientos de angustia y vulnerabilidad
- Cabe destacar un sentimiento positivo producto de la pandemia, la responsabilidad. La propagación del virus supone un gran riesgo de contagio, esto ha generado un mayor cuidado, evitando el contacto con otras personas y manteniendo el distanciamiento, higiene de las manos y todas las superficies en contacto, respeto frente a las medidas de prevención. Entre otras.
- Todos estos sentimientos generados ante la pandemia por covid -19, aumentan de manera significativa los niveles de estrés, ansiedad y depresión en la población en general durante estos tiempos, y más aún en los grupos de riesgo. Estos trastornos emocionales están mayormente relacionados al aislamiento social obligatorio (cuarentena), y el sentimiento ante una amenaza de enfermar. Ozamiz, N, et al. (35),

Brooks, S, et al. (19) indica que la mayoría de los estudios sobre el impacto

psicológico de la cuarentena informan efectos psicológicos negativos, tales como, estrés post traumático, confusión y enojo. Así mismo, adicional a los sentimientos generados por el Covid-19, antes tratados, se consideran también factores estresantes a: mayor duración de la cuarentena, suministros inadecuados, información inadecuada, pérdidas financieras y estigma.

2.3 Definición de Términos

Ansiedad: es el “estado mental que se caracteriza por una gran inquietud, una intensa excitación y una extrema inseguridad” (36).

Cultura: se define como el “conjunto de conocimientos e ideas no especializados adquiridos gracias al desarrollo de las facultades intelectuales, mediante la lectura, el estudio y el trabajo” (36).

Deporte: definida como “actividad física, sujeto a determinadas normas, en que se hace prueba, con o sin competición, de habilidad, destreza o fuerza física” (36).

Gestión: es el “conjunto de acciones, o diligencias que permiten la realización de cualquier actividad o deseo” (37).

Ocio: Actividad a la que se dedican como distracción los momentos de tiempo libre (38).

Recreación: es la “actividad destinada al aprovechamiento del tiempo libre para el esparcimiento físico y mental” (39).

Medico Legal: “también llamada medicina jurisprudencia médica o medicina judicial, es una rama de la medicina que determina el origen de las lesiones sufridas por un herido o, especialmente, la causa de la muerte” (40).

Servicio: es la acción o conjunto de actividades destinadas a satisfacer una determinada necesidad de los clientes (41).

Trabajador: persona que realiza un trabajo a cambio de un salario (36).

Turismo: es la “actividad recreativa que consiste en viajar o recorrer un país o lugar por placer” (36).

Covid 19: Es una enfermedad infecciosa causada por un coronavirus-sars-cov2 (42).

2.4 Formulación de Hipótesis

Hipótesis general

Existe relación significativa directa entre la gestión del ocio y ansiedad en trabajadores de la Unidad Médico Legal III Huancayo en tiempos de covid-19.

Hipótesis específicas:

- Existe relación significativa directa entre la gestión del ocio en su dimensión lúdica y ansiedad en trabajadores de la Unidad Médico Legal III Huancayo en tiempos de covid-19.
- Existe relación significativa directa entre la gestión del ocio en su dimensión deportiva y ansiedad en trabajadores de la Unidad Médico Legal III Huancayo en tiempos de covid-19.
- Existe relación significativa directa entre la gestión del ocio en su dimensión festiva y ansiedad en trabajadores de la Unidad Médico Legal III Huancayo en tiempos de covid-19.
- Existe relación significativa directa entre la gestión del ocio en su dimensión creativa y ansiedad en trabajadores de la Unidad Médico Legal III Huancayo en tiempos de covid-19.
- Existe relación significativa directa entre la gestión del ocio en su dimensión ecológica y ansiedad en trabajadores de la Unidad Médico Legal III Huancayo en tiempos de covid-19.
- Existe relación significativa directa entre la gestión del ocio en su dimensión solidaria y ansiedad en trabajadores de la Unidad Médico Legal III Huancayo en tiempos de covid-19.

2.5 Identificación de Variables

Variable 1: Gestión del Ocio.

Variable 2: Ansiedad.

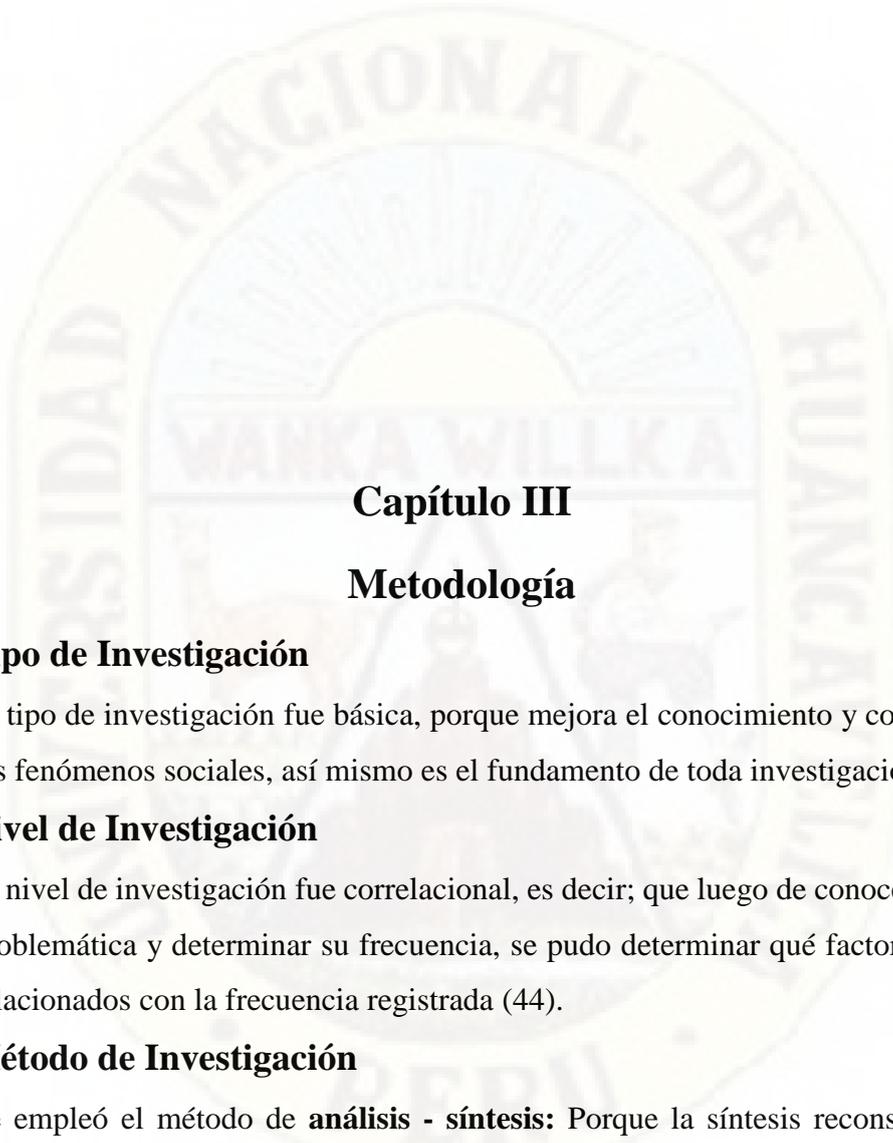
2.6 Definición Operativa de Variables E Indicadores

Título: Gestión del ocio y ansiedad en trabajadores de la Unidad Médico Legal III Huancayo en tiempos de covid-19.

Bach. Huber Alan Valle Mendiola.

| Variabes | Definición conceptual | Definición operacional | Dimensiones | Indicadores | Ítems | Escala de valoración |
|------------------|---|--|--|---|---|----------------------|
| Gestión del ocio | Gestión del ocio es el conjunto de actividades que una persona realiza en su tiempo libre, porque desea hacerlas, sin presiones externas, con el objetivo de divertirse, entretenerse y desarrollarse a sí mismo” (19). | Medida de la variable gestión del ocio mediante la ficha de encuesta, y la tipifica como: Adecuada: 59 a 90 En proceso: 44 a 58 Inadecuada: 30 a 43 | Lúdica Deportiva Festiva Creativa Ecológica Solidaria | Desarrollo holístico del individuo, habilidades motoras, relaciones sociales, hábitos saludables e higiene corporal. Aceptación por otros grupos, promueva su éxito, desarrolle trabajo en equipo, incremente su competencia y desarrolle autonomía, y por último mejore su estructura corporal. Liberación emocional de regocijo, alegría, entretenimiento. Desarrollo personal, formación y aprendizaje naturaleza reflexiva. diversión, relajación, recreación, procesos armónicos, responsabilidad, empatía, promoción de la sostenibilidad. Inserción en campos sociales, comunicación y empatía. | 1,2,3,4,5,6,7,8,9,10,11,12,13,14,15,16,17,18,19,20,21,22, 23, 24, 25, 26, 27, 28, 29, 30. | Ordinal |
| Ansiedad | Ansiedad es una fase emocional perjudicial que consiste en una sensación casi constante de | Medida de la variable ansiedad mediante la ficha de encuesta, y la tipifica como: No ansiedad: 0 a 5 Leve: 6 a 14 | Ansiedad Clínica | Tensión, estado de alerta, percepción aumentada. Preocupaciones, disminución del campo de percepción, bloqueo de respuestas Reducción significativa del campo perceptivo, bloqueo del pensamiento, conducta a aliviar estados de ansiedad. | 1,2,3,4,5. | Ordinal |

| | | | | | | |
|--|--|---------------------------|--|--|--|--|
| | angustia, nerviosismo, intranquilidad, pesadumbre y malestar emocional, acompañado por múltiples manifestaciones somáticas por lo que es considerada un padecimiento grave (2). | Moderada/grave: ≥ 15 | | | | |
|--|--|---------------------------|--|--|--|--|



Capítulo III

Metodología

3.1 Tipo de Investigación

El tipo de investigación fue básica, porque mejora el conocimiento y comprensión de los fenómenos sociales, así mismo es el fundamento de toda investigación (43).

3.2 Nivel de Investigación

El nivel de investigación fue correlacional, es decir; que luego de conocer la situación problemática y determinar su frecuencia, se pudo determinar qué factores estuvieron relacionados con la frecuencia registrada (44).

3.3 Método de Investigación

Se empleó el método de **análisis - síntesis**: Porque la síntesis reconstruye todo lo descompuesto por el análisis, por tanto, si hicimos el análisis es necesario llegar a la síntesis donde los conocimientos se comprenden y el análisis arroja resultados propios a la realidad y llegar a conclusiones fidedignas (45).

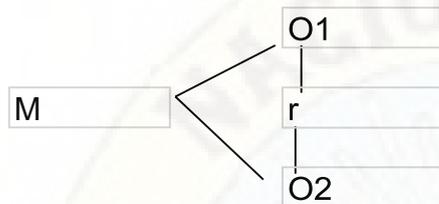
3.4 Diseño de Investigación

El diseño que se planificó en el estudio fue: Diseño No Experimental Transeccional Diseño No Experimental, retrospectivo; porque carecen de manipulación intencional y tan solo se analizan y estudian los hechos y fenómenos de la realidad después de su

ocurrencia. Transeccional; porque permite realizar estudios de investigación de hechos y fenómenos de la realidad en un momento determinado del tiempo (45).

Esquemáticamente se representa:

El diseño fue correlacional, no experimental y de corte transversal Esquemáticamente fue expresada de la siguiente forma:



Dónde:

M= Muestra:

O1 = Observación de la variable Gestión del ocio

O2 = Observación de la variable Ansiedad

r = relación entre la variable gestión del ocio y ansiedad

3.5 Población, Muestra y Muestreo

Población:

Se llama así a la totalidad de individuos o elementos quienes presentaron una característica en común susceptible de estudio, pero que no siempre fue posible estudiarlo en su totalidad (44).

La población estuvo conformada por los trabajadores de la Unidad Médico Legal III Huancayo, siendo un total de 60:

Muestra: se empleó la muestra por conveniencia obteniendo como muestra a 52 trabajadores.

Muestreo: se empleó el muestreo no probabilístico.

Criterios de inclusión:

- Trabajadores que acepten participar de manera voluntaria en el estudio.
- Trabajadores con vínculo laboral por cualquier modalidad.

Criterios de Exclusión:

- Trabajadores que no acepten participar de manera voluntaria en el estudio.
- Trabajadores que se encuentren en la modalidad de trabajo en casa por vía virtual.

3.6 Técnica e Instrumento de Recolección de Datos

| Variable | Técnica | Instrumento |
|------------------|----------|-----------------------------|
| Gestión del ocio | Encuesta | Entrevista |
| Ansiedad | Encuesta | Escala de Ansiedad covid-19 |

El instrumento para la variable gestión del ocio fue la entrevista estructurada, la cual fue validada por Torres (46), cuenta con 30 ítems que evalúan las dimensiones lúdica, deportiva, festiva, creativa, ecológica y solidaria, posee respuestas catalogadas como Por única vez = 1; A veces = 2; Siempre = 3, se validó mediante alfa de Cronbach obteniendo una puntuación de 0.92 estableciendo su confiabilidad para su aplicación. Los baremos están consignados de la siguiente manera: Adecuada: 59 a 90; En proceso: 44 a 58; Inadecuada: 30 a 43.

El instrumento para la variable ansiedad fue la Escala de ansiedad para covid-19, la cual fue validada por Gonzales et al (14), consta de 5 ítems y posee una estructura unidimensional y una sólida confiabilidad ($\Omega = .93$) de validez, siendo de excelente aplicación, usa valores desde 1 a 3 puntos. Sus baremos establecen: No ansiedad: 0 a 5, Leve: 6 a 14, Moderada/grave: ≥ 15 .

3.7 Técnica de Procesamiento y Análisis de Datos

Se hizo en primer lugar la tabulación en el software estadístico SPSS v26, a partir del cual se halló los resultados descriptivos mediante tablas y gráficos y luego los resultados inferenciales mediante la prueba de hipótesis.

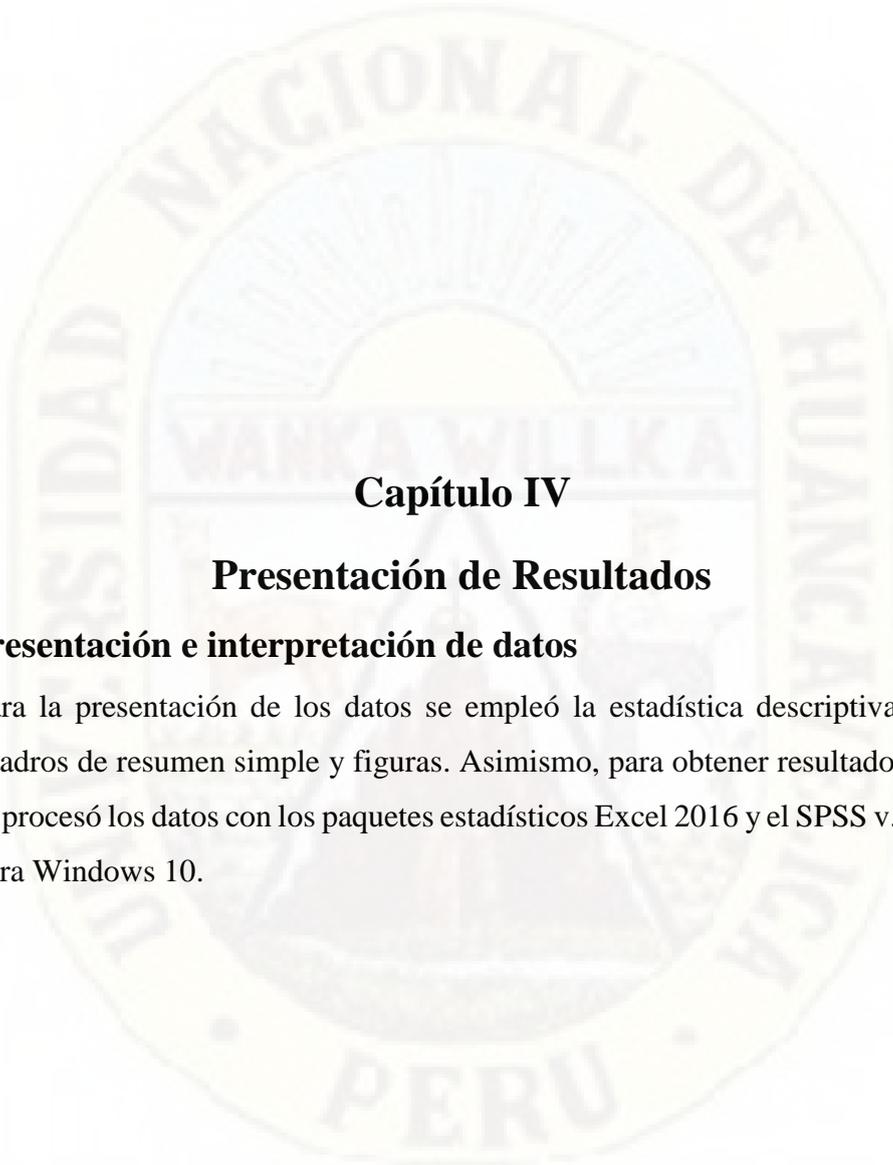
- Solicitud de autorización de aplicación de instrumento de recolección de datos.
- Identificación de instrumentos validados y confiables.
- Aplicación del consentimiento informado a los trabajadores para participar en la investigación
- Compilación de base datos en el software SPSS v.26.
- Análisis estadístico descriptivo e inferencial.

3.8 Descripción de la Prueba de Hipótesis

Para la determinación de la hipótesis se empleó la estadística inferencial, no

paramétrica de Rho de Spearman.





Capítulo IV

Presentación de Resultados

4.1 Presentación e interpretación de datos

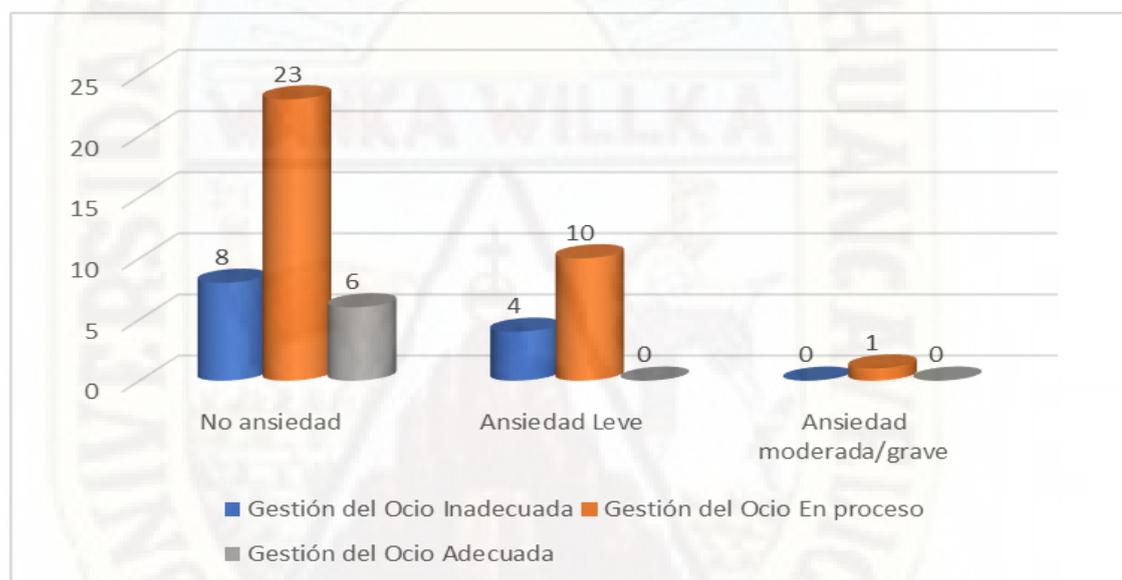
Para la presentación de los datos se empleó la estadística descriptiva, tales como: cuadros de resumen simple y figuras. Asimismo, para obtener resultados más fiables, se procesó los datos con los paquetes estadísticos Excel 2016 y el SPSS v.26 en español para Windows 10.

Tabla 1. Relación entre gestión del ocio y ansiedad en trabajadores de la Unidad Médico Legal III Huancayo en tiempos de covid-19.

| | | Ansiedad | | | | | | Total | % |
|------------------|------------|-------------|-------|---------------|-------|-------------------------|------|-------|--------|
| | | No ansiedad | | Ansiedad Leve | | Ansiedad moderada/grave | | | |
| | | f | % | f | % | f | % | | |
| Gestión del Ocio | Inadecuada | 8 | 15.38 | 4 | 7.69 | 0 | 0.00 | 12 | 23.08 |
| | En proceso | 23 | 44.23 | 10 | 19.23 | 1 | 1.92 | 34 | 65.38 |
| | Adecuada | 6 | 11.54 | 0 | 0.00 | 0 | 0.00 | 6 | 11.54 |
| Total | | 37 | 71.15 | 14 | 26.92 | 1 | 1.92 | 52 | 100.00 |

Fuente: Elaboración propia en base a instrumentos aplicados.

Figura 1.



Fuente: Tabla 1.

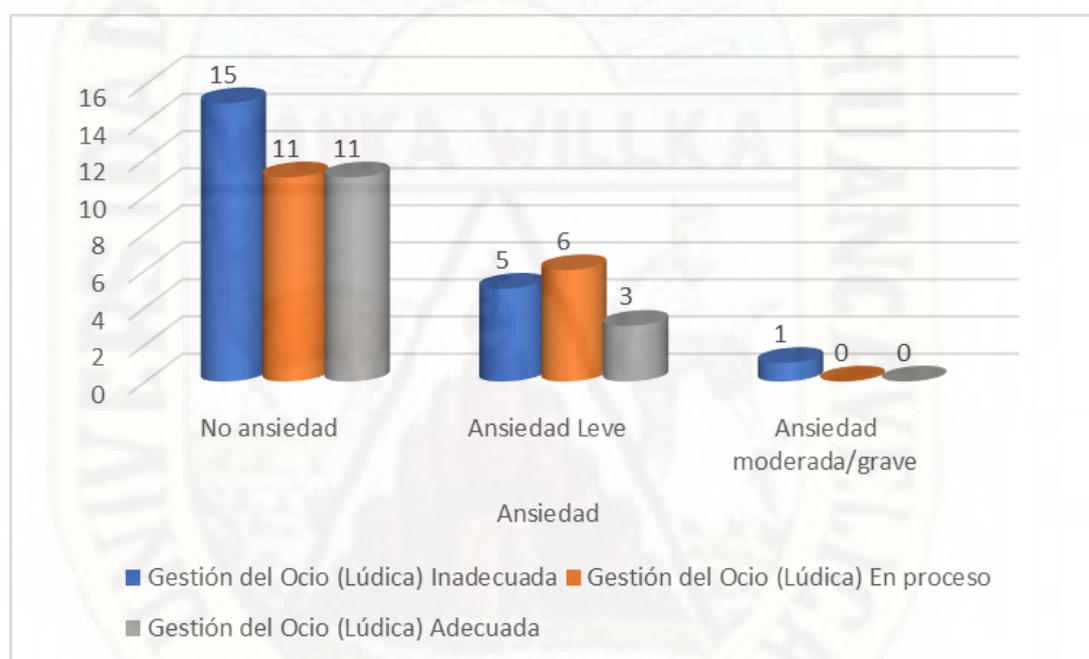
La tabla y figura 1 muestra 44.23% (23) trabajadores que están en proceso de gestión del ocio y no presentan ansiedad; también se ve un 15.38% (8) trabajadores que su gestión del ocio es inadecuada y no presentan ansiedad; así mismo; se observa un 11.54% (6) trabajadores que su gestión del ocio es adecuada y no presentan ansiedad en la Unidad Médico Legal III Huancayo en tiempos de covid-19.

Tabla 2. Relación entre gestión del ocio en su dimensión lúdica y ansiedad en trabajadores de la Unidad Médico Legal III Huancayo en tiempos de covid-19.

| | | Ansiedad | | | | | | Total | % |
|---------------------------|------------|-------------|-------|---------------|-------|-------------------------|------|-------|--------|
| | | No ansiedad | | Ansiedad Leve | | Ansiedad moderada/grave | | | |
| | | F | % | f | % | f | % | | |
| Gestión del Ocio (Lúdica) | Inadecuada | 15 | 28.85 | 5 | 9.62 | 1 | 1.92 | 21 | 40.38 |
| | En proceso | 11 | 21.15 | 6 | 11.54 | 0 | 0.00 | 17 | 32.69 |
| | Adecuada | 11 | 21.15 | 3 | 5.77 | 0 | 0.00 | 14 | 26.92 |
| Total | | 37 | 71.15 | 14 | 26.92 | 1 | 1.92 | 52 | 100.00 |

Fuente: Elaboración propia en base a instrumentos aplicados.

Figura 2.



Fuente: Tabla 2.

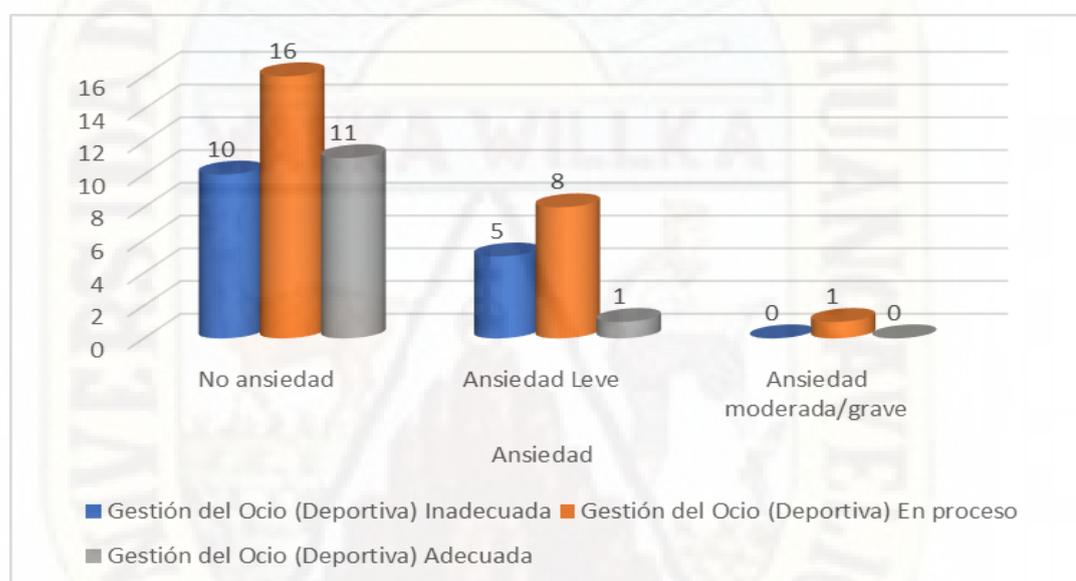
La tabla y figura 2 muestra 21.15% (11) trabajadores que están en proceso y adecuada gestión del ocio en su dimensión lúdica y no presentan ansiedad respectivamente; también se ve un 11.54% (6) trabajadores que están en proceso de gestión del ocio en su dimensión lúdica y presentan ansiedad leve; así mismo; se observa un 1.92% (1) trabajador que su gestión del ocio en su dimensión lúdica es inadecuada y presentan ansiedad moderada/grave en la Unidad Médico Legal III Huancayo en tiempos de covid-19.

Tabla 3. Relación entre gestión del ocio en su dimensión deportiva y ansiedad en trabajadores de la Unidad Médico Legal III Huancayo en tiempos de covid-19.

| | | Ansiedad | | | | | | Total | % |
|------------------------------|------------|-------------|-------|---------------|-------|-------------------------|------|-------|--------|
| | | No ansiedad | | Ansiedad Leve | | Ansiedad moderada/grave | | | |
| | | F | % | f | % | f | % | | |
| Gestión del Ocio (Deportiva) | Inadecuada | 10 | 19.23 | 5 | 9.62 | 0 | 0.00 | 15 | 28.85 |
| | En proceso | 16 | 30.77 | 8 | 15.38 | 1 | 1.92 | 25 | 48.08 |
| | Adecuada | 11 | 21.15 | 1 | 1.92 | 0 | 0.00 | 12 | 23.08 |
| Total | | 37 | 71.15 | 14 | 26.92 | 1 | 1.92 | 52 | 100.00 |

Fuente: Elaboración propia en base a instrumentos aplicados.

Figura 3.



Fuente: Tabla 3.

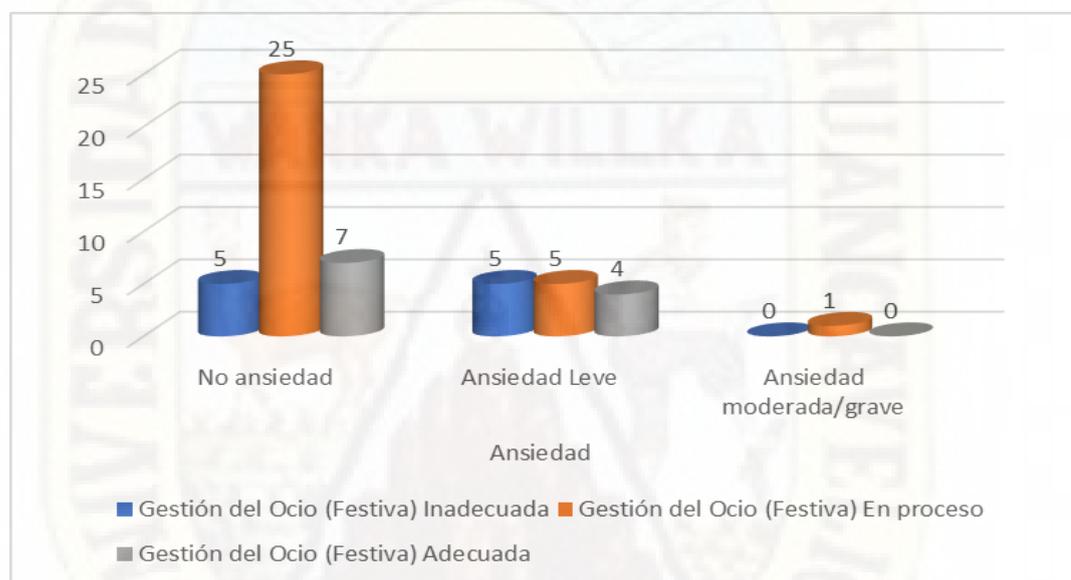
La tabla y figura 3 muestra 30.77% (16) trabajadores que están en proceso de gestión del ocio en su dimensión deportiva y no presentan ansiedad; también se ve un 15.38% (8) trabajadores que están en proceso de gestión del ocio en su dimensión deportiva y presentan ansiedad leve; así mismo; se observa un 9.62% (5) trabajador que su gestión del ocio en su dimensión deportiva es inadecuada y presentan ansiedad leve en la Unidad Médico Legal III Huancayo en tiempos de covid-19.

Tabla 4. Relación entre gestión del ocio en su dimensión festiva y ansiedad en trabajadores de la Unidad Médico Legal III Huancayo en tiempos de covid-19.

| | | Ansiedad | | | | | | Total | % |
|----------------------------|------------|-------------|-------|---------------|-------|-------------------------|------|-------|--------|
| | | No ansiedad | | Ansiedad Leve | | Ansiedad moderada/grave | | | |
| | | F | % | f | % | f | % | | |
| Gestión del Ocio (Festiva) | Inadecuada | 5 | 9.62 | 5 | 9.62 | 0 | 0.00 | 10 | 19.23 |
| | En proceso | 25 | 48.08 | 5 | 9.62 | 1 | 1.92 | 31 | 59.62 |
| | Adecuada | 7 | 13.46 | 4 | 7.69 | 0 | 0.00 | 11 | 21.15 |
| Total | | 37 | 71.15 | 14 | 26.92 | 1 | 1.92 | 52 | 100.00 |

Fuente: Elaboración propia en base a instrumentos aplicados.

Figura 4.



Fuente: Tabla 4.

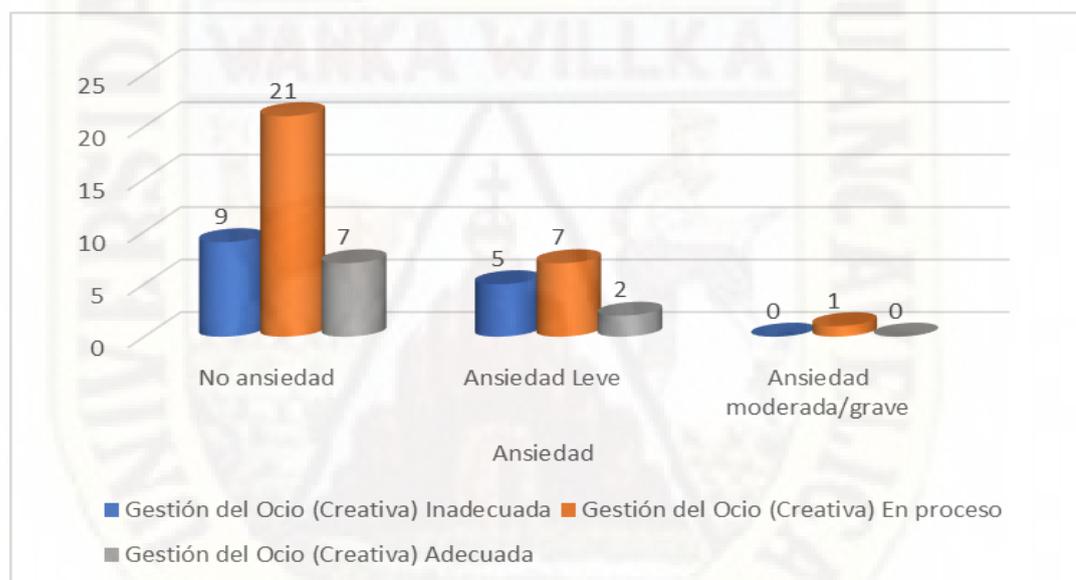
La tabla y figura 4 muestra 48.08% (25) trabajadores que están en proceso de gestión del ocio en su dimensión festiva y no presentan ansiedad; también se ve un 7.69% (4) trabajadores que tienen la gestión del ocio en su dimensión festiva adecuada y presentan ansiedad leve; así mismo; se observa un 9.62% (5) trabajador que su gestión del ocio en su dimensión festiva es inadecuada y no presentan ansiedad en la Unidad Médico Legal III Huancayo en tiempos de covid-19.

Tabla 5. Relación entre gestión del ocio en su dimensión creativa y ansiedad en trabajadores de la Unidad Médico Legal III Huancayo en tiempos de covid-19.

| | | Ansiedad | | | | | | Total | % |
|-----------------------------|------------|-------------|-------|---------------|-------|-------------------------|------|-------|--------|
| | | No ansiedad | | Ansiedad Leve | | Ansiedad moderada/grave | | | |
| | | f | % | f | % | f | % | | |
| Gestión del Ocio (Creativa) | Inadecuada | 9 | 17.31 | 5 | 9.62 | 0 | 0.00 | 14 | 26.92 |
| | En proceso | 21 | 40.38 | 7 | 13.46 | 1 | 1.92 | 29 | 55.77 |
| | Adecuada | 7 | 13.46 | 2 | 3.85 | 0 | 0.00 | 9 | 17.31 |
| Total | | 37 | 71.15 | 14 | 26.92 | 1 | 1.92 | 52 | 100.00 |

Fuente: Elaboración propia en base a instrumentos aplicados.

Figura 5.



Fuente: Tabla 5.

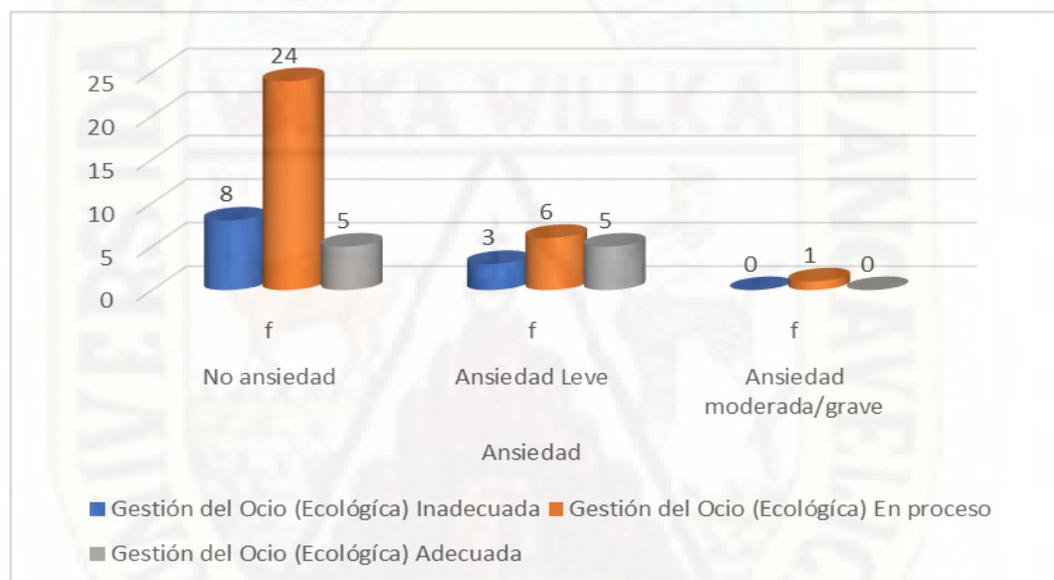
La tabla y figura 5 muestra 40.38% (21) trabajadores que están en proceso de gestión del ocio en su dimensión creativa y no presentan ansiedad; también se ve un 17.31% (9) trabajadores que tienen la gestión del ocio en su dimensión creativa inadecuada y no presentan ansiedad; así mismo; se observa un 3.85% (2) trabajadores que su gestión del ocio en su dimensión creativa es adecuada y presentan ansiedad leve en la Unidad Médico Legal III Huancayo en tiempos de covid-19.

Tabla 6. Relación entre gestión del ocio en su dimensión ecológica y ansiedad en trabajadores de la Unidad Médico Legal III Huancayo en tiempos de covid-19.

| | | Ansiedad | | | | | | Total | % |
|------------------------------|------------|-------------|-------|---------------|-------|-------------------------|------|-------|--------|
| | | No ansiedad | | Ansiedad Leve | | Ansiedad moderada/grave | | | |
| | | F | % | f | % | f | % | | |
| Gestión del Ocio (Ecológica) | Inadecuada | 8 | 15.38 | 3 | 5.77 | 0 | 0.00 | 11 | 21.15 |
| | En proceso | 24 | 46.15 | 6 | 11.54 | 1 | 1.92 | 31 | 59.62 |
| | Adecuada | 5 | 9.62 | 5 | 9.62 | 0 | 0.00 | 10 | 19.23 |
| Total | | 37 | 71.15 | 14 | 26.92 | 1 | 1.92 | 52 | 100.00 |

Fuente: Elaboración propia en base a instrumentos aplicados.

Figura 6.



Fuente: Tabla 6.

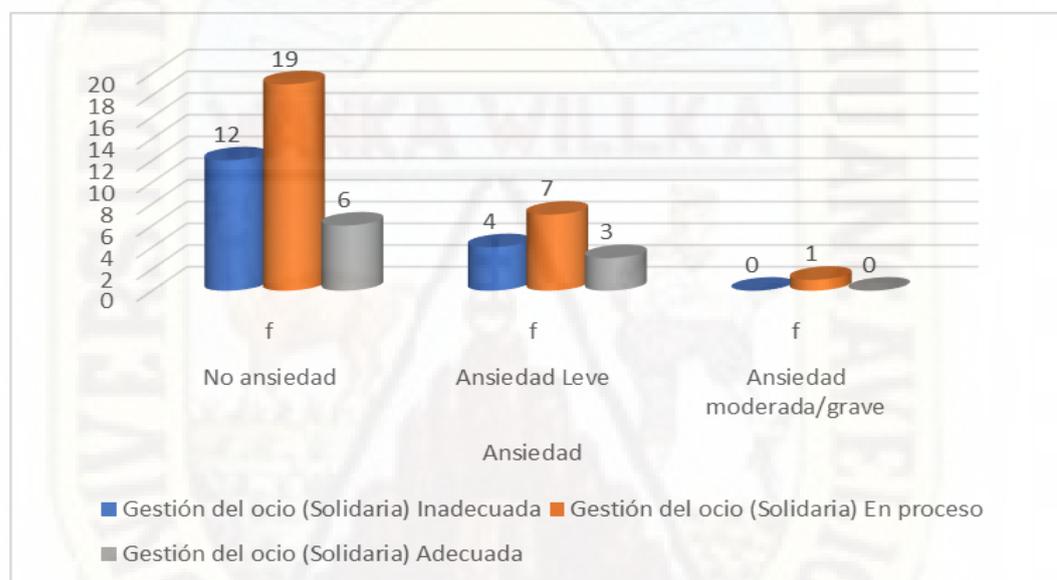
La tabla y figura 6 muestra 46.15% (24) trabajadores que están en proceso de gestión del ocio en su dimensión ecológica y no presentan ansiedad; también se ve un 11.54% (6) trabajadores que tienen la gestión del ocio en su dimensión ecológica en proceso y presentan ansiedad leve; así mismo; se observa un 5.77% (3) trabajadores que su gestión del ocio en su dimensión ecológica es inadecuada y presentan ansiedad leve en la Unidad Médico Legal III Huancayo en tiempos de covid-19.

Tabla 7. Relación entre gestión del ocio en su dimensión solidaria y ansiedad en trabajadores de la Unidad Médico Legal III Huancayo en tiempos de covid-19.

| | | Ansiedad | | | | | | Total | % |
|------------------------------|------------|-------------|-------|---------------|-------|-------------------------|------|-------|--------|
| | | No ansiedad | | Ansiedad Leve | | Ansiedad moderada/grave | | | |
| | | F | % | f | % | f | % | | |
| Gestión del ocio (Solidaria) | Inadecuada | 12 | 23.08 | 4 | 7.69 | 0 | 0.00 | 16 | 30.77 |
| | En proceso | 19 | 36.54 | 7 | 13.46 | 1 | 1.92 | 27 | 51.92 |
| | Adecuada | 6 | 11.54 | 3 | 5.77 | 0 | 0.00 | 9 | 17.31 |
| Total | | 37 | 71.15 | 14 | 26.92 | 1 | 1.92 | 52 | 100.00 |

Fuente: Elaboración propia en base a instrumentos aplicados.

Figura 7.



Fuente: Tabla 7.

La tabla y figura 7 muestra 36.54% (19) trabajadores que están en proceso de gestión del ocio en su dimensión solidaria y no presentan ansiedad; también se ve un 7.69% (4) trabajadores que tienen la gestión del ocio en su dimensión solidaria inadecuada y presentan ansiedad leve; así mismo; se observa un 5.77% (3) trabajadores que su gestión del ocio en su dimensión solidaria es adecuada y presentan ansiedad leve en la Unidad Médico Legal III Huancayo en tiempos de covid-19.

4.2 **Discusión de Resultados**

Según Argyle (19), el ocio viene a ser el conjunto de actividades que realiza una persona en su tiempo libre, la cual se realiza, sin presiones y tiene el objetivo de entretener, divertirse y auto desarrollo. La definición es reforzada por García y Santizo (7) quienes expresan que la gestión del ocio permite a las personas disponer de su tiempo libre, enfocando dicho tiempo hacia el crecimiento y el desarrollo individual. También la refuerza Lujan, (10) quién expresa que la gestión del ocio motiva a la distracción, salud física y mental. Por otra parte, Lázaro (8) menciona que el ocio adaptado al siglo XXI es el que promueve y defiende los valores de convivencia y ciudadanía, facilitando el desarrollo personal, social y comunitario. Y de acuerdo a los resultados no se evidencia lo manifestado por García y Santizo. A tales informaciones Sánchez, Jurado & Simoes (9) menciona que el ocio se percibe como algo negativo refiriéndose a no hacer nada y que no afecta a la salud de las personas, información que se opone a los hallazgos realizados en la presente tesis y respaldada por. Reforzando la idea Álvarez (15) expresa que el ocio familiar de cada adolescente se subraya más el reconocimiento y fortaleza que las debilidades. Así mismo; de acuerdo a Ortega et al. (2); la ansiedad es una fase emocional perjudicial generando intranquilidad, pesadumbre, angustia, nerviosismo, y malestar emocional, y para poder medir la ansiedad se empleó el instrumento planteado por Gonzales et al (14) quien afirma que el instrumento es para medir ansiedad asociado al Covid-19, siendo válido pues distingue entre personas que presentan síntomas de ansiedad y las que no presentan síntomas. Lazo (11) refuerza lo manifestado por Ortega et al mencionando que existe asociación significativa con la afectación emocional por el aislamiento social y el desarrollo de ansiedad en diversos trabajadores. Ocas (12) nos pone en contexto mencionado que el personal del primer nivel de atención durante la pandemia desarrolló cuadros de estrés, ansiedad y depresión. Dichas definiciones toman relevancia con los hallazgos realizados en la presente tesis que establece, aunque en pequeñas proporciones la existencia de trabajadores de la Unidad Médico Legal III Huancayo presentan ansiedad moderada/grave con gestión del ocio en su dimensión lúdica inadecuada, también se puede apreciar que un porcentaje considerable está en proceso o es inadecuada la gestión del ocio en su dimensión deportiva, presentando

ansiedad leve. Contradictoriamente en la dimensión del ocio festiva se evidencia que la gran mayoría están en proceso de gestión del ocio en su dimensión festiva, creativa, ecológica y solidaria no presentando ansiedad, la cual al ser contrastada con lo mencionado por Bowers, Ender y Mischel (17); en la teoría interactiva que establece que la conducta ansiosa se determina por la interacción entre las características de la personalidad de cada individuo y las condiciones situacionales, siendo estas características y condicionantes la gestión del ocio en sus diversas dimensiones, pudiéndose expresar que el trabajador al no entretenerse, divertirse pueden generar cuadros de ansiedad como no.

Realizando un análisis más centrado en los resultados podemos afirmar que la mayoría de trabajadores pese a tener diferentes procesos de gestión no presentan ansiedad, lo que evidencia que la variable gestión del ocio en su dimensión festiva y ansiedad no se relacionan. Del 100% de trabajadores 40.38% trabajadores están en proceso de gestión del ocio en su dimensión creativa, sin presentar ansiedad; un 17.31% trabajadores desarrollan la gestión del ocio en su dimensión creativa inadecuada, sin presentar ansiedad; un 3.85% trabajadores poseen una gestión del ocio en su dimensión creativa adecuada, presentando ansiedad leve. De los resultados se analiza que la mayoría de trabajadores pese a desarrollar diferentes procesos de gestión no desarrollan ansiedad. Del 100% de trabajadores 46.15% trabajadores están en proceso de gestión del ocio en su dimensión ecológica, sin presentar ansiedad; un 11.54% trabajadores tienen la gestión del ocio en su dimensión ecológica en proceso, presentando ansiedad leve; un 5.77% trabajadores que su gestión del ocio en su dimensión ecológica es inadecuada y presentan ansiedad leve. Del 100% de trabajadores 36.54% trabajadores están en proceso de gestión del ocio en su dimensión solidaria sin presentar ansiedad; un 7.69% trabajadores que tienen la gestión del ocio en su dimensión solidaria inadecuada presentando ansiedad leve; un 5.77% trabajadores tienen una gestión del ocio en su dimensión solidaria adecuada, presentando ansiedad leve en la Unidad Médico Legal III Huancayo en tiempos de covid-19. De los datos podemos analizar que porcentajes similares pese a desarrollar gestión del ocio en su dimensión solidaria no desarrollan ansiedad, contraponiéndose entre ellas, lo que significa que hay relación entre las variables ni con la dimensión establecida. De los datos presentados se analiza que un bajo porcentaje desarrolla

ansiedad ante la inadecuada gestión del ocio en su dimensión ecológica, sin embargo; esto no refleja la relación entre las variables. Estos resultados se corresponden de manera indirecta con lo mencionado por Lujan, (10) quien menciona que el ocio sirve para motivar a las personas y estas realicen actividades distracción, salud física y mental, también tomo relevancia ante el reporte de Álvarez (15), quien encuentra que el ocio familiar brinda más fortalezas que las debilidades para resolución de conflictos familiares. Los resultados no coinciden con los datos de Gomes (16) pues menciona que la sociedad hispana debe aplicar el ocio para procesos de pensamiento crítico para buscar alternativas para las graves problemáticas presentes en las sociedades latinoamericanas, algo que es cada vez más urgente y necesario.

4.3 Proceso de Prueba e Hipótesis

Significación Estadística de la Prueba de Rho de Spearman.

Hipótesis investigación:

Existe relación entre la gestión del ocio y ansiedad en trabajadores de la Unidad Médico Legal III Huancayo en tiempos de covid-19.

Hipótesis Nula (Ho):

No Existe relación entre la gestión del ocio y ansiedad en trabajadores de la Unidad Médico Legal III Huancayo en tiempos de covid-19.

Nivel de Significancia (α) Y Nivel de Confianza (Y)

(α) = 0,05 (5%); (Y) = 0,95 (95%)

Función o Estadística de Prueba

Formula de Spearman Brow.

$$\rho = 1 - \frac{6 \sum D^2}{N(N^2 - 1)}$$

Dónde:

N= número de datos

$\sum D^2$ = Sumatoria de la diferencia de los rangos elevada al cuadrado

r_{xy} = r de pearson.

N= Datos de las variables.

$S_x S_y$ = Desviación estándar de las variables.

Región Crítica o de Rechazo de la Hipótesis Nula:

En la prueba de correlación no paramétrica de Spearman Brow una vez calculado el valor “rho” y el “p” valor se elige el nivel de significancia y se compara con el valor obtenido y para el coeficiente “rho” se establece, que las mediciones corresponden de +1 a -1, pasando por el 0:

Donde cero significa que no hay correlación entre las variables estudiadas.

Mientras que los valores +1 denotan la correlación máxima directa y valores de -1 denotan correlación máxima inversa.

| | |
|--------|-----------------------------|
| - 1.00 | relación negativa perfecta. |
| -0.95 | relación negativa fuerte. |
| -0.50 | relación negativa moderada. |
| - 0.10 | relación negativa débil. |
| 0.00 | Ninguna correlación. |
| + 0.10 | relación positiva débil |
| + 0.50 | relación positiva moderada. |
| + 0.95 | relación positiva fuerte. |
| + 1.00 | relación positiva perfecta. |

Tabla 8. Valor Calculado “rho” Spearman General.

El valor calculado (VC) de la prueba de “rho” y “p” valor se obtiene en la Tabla siguiente:

| | | Ansiedad | Gestión del Ocio |
|-----------------|------------------|----------------------------|------------------|
| Rho de Spearman | Ansiedad | Coeficiente de correlación | 1.000 |
| | | Sig. (bilateral) | .283 |
| | | N | 52 |
| | Gestión del ocio | Coeficiente de correlación | -.152 |
| | | Sig. (bilateral) | .283 |
| | | N | 52 |

Fuente: Base de datos.

Decisión:

Teniendo en cuenta que valor de “rho”=-0,152 ($p=0,283>0.05$) y en base a la tabla de decisión se establece que no existe relación negativa débil; por ende no se rechaza la hipótesis nula denegando la hipótesis alterna.

Contrastación de Hipótesis Específicas**Tabla 9. Valor Calculado**

| | | Ansiedad | Lúdica | Deportiva | Festiva | Creativa | Ecológica | Solidaria | |
|-----------------|----------|---------------------------|--------|-----------|---------|----------|-----------|-----------|-------|
| Rho de Spearman | Ansiedad | Coficiente de correlación | 1.000 | -0.058 | -0.175 | -0.082 | -0.096 | 0.148 | 0.065 |
| | | Sig. (bilateral) | | 0.685 | 0.214 | 0.562 | 0.496 | 0.294 | 0.645 |
| | | N | 52 | 52 | 52 | 52 | 52 | 52 | 52 |

Fuente: Base de datos.

Decisión:

Teniendo en cuenta que valor de la dimensión lúdica “rho”=-0,058 ($p=0,685>0.05$); en la dimensión deportiva “rho”=-0,175 ($p=0,214>0.05$); en la dimensión festiva “rho”=-0,082 ($p=0,562>0.05$); en la dimensión creativa “rho”=-0,096 ($p=0,496>0.05$) y en base a la tabla de decisión se establece que no existe relación negativa débil; por ende se no se rechaza las hipótesis nulas de la dimensión lúdica, deportiva, festiva y creativa.

Teniendo en cuenta que valor de la dimensión ecológica “rho” = 0.148 ($p=0.294>0.05$); en la dimensión solidaria “rho” = 0.065 ($p=0.645>0.05$) y en base a la tabla de decisión se establece que no existe relación positiva débil; por ende, no se rechaza las hipótesis nulas de la dimensión ecológica y solidaria.

Conclusiones

- Del total de trabajadores de la Unidad Médico Legal III Huancayo la mayoría están en proceso de gestión del ocio y no presentan ansiedad y en menor cantidad de trabajadores poseen entre adecuada e inadecuada gestión del ocio en tiempos de covid-19 con ansiedad leve. Permitiendo establecer que no existe relación significativa directa entre las variables con un valor “rho” = -0,152 ($p=0,283>0.05$).
- Del total de trabajadores de la Unidad Médico Legal III Huancayo la mayoría poseen una gestión del ocio en su dimensión lúdica inadecuada y no presentan ansiedad; la menor cantidad de trabajadores poseen entre adecuada e inadecuada gestión del ocio en su dimensión lúdica con ansiedad leve en tiempos de covid-19. Permitiendo establecer que no existe relación significativa directa entre las variables con un valor “rho” = -0,058 ($p=0,685>0.05$).
- Del total de trabajadores de la Unidad Médico Legal III Huancayo la mayoría está en proceso de gestión del ocio en su dimensión deportiva y no presentan ansiedad; la menor cantidad de trabajadores poseen entre adecuada e inadecuada gestión del ocio en su dimensión deportiva con ansiedad leve en tiempos de covid-19. Permitiendo establecer que no existe relación significativa directa entre las variables con un valor “rho” = -0,175 ($p=0,214>0.05$).
- Del total de trabajadores de la Unidad Médico Legal III Huancayo la mayoría está en proceso de gestión del ocio en su dimensión festiva y no presentan ansiedad; la menor cantidad de trabajadores poseen entre adecuada e inadecuada gestión del ocio en su dimensión festiva con ansiedad leve en tiempos de covid-19. Permitiendo establecer que no existe relación significativa directa entre las variables con un valor “rho” = -0,082 ($p=0,562>0.05$).
- Del total de trabajadores de la Unidad Médico Legal III Huancayo la mayoría está en proceso de gestión del ocio en su dimensión creativa y no presentan ansiedad; la menor cantidad de trabajadores poseen entre adecuada e

inadecuada gestión del ocio en su dimensión creativa con ansiedad leve en tiempos de covid-19. Permitted establecer que no existe relación significativa directa entre las variables con un valor “rho” = -0,096 ($p=0,496>0.05$).

- Del total de trabajadores de la Unidad Médico Legal III Huancayo la mayoría está en proceso de gestión del ocio en su dimensión ecológica y no presentan ansiedad; la menor cantidad de trabajadores poseen entre adecuada e inadecuada gestión del ocio en su dimensión ecológica con ansiedad leve en tiempos de covid-19. Permitted establecer que no existe relación significativa directa entre las variables con un valor “rho” = 0.148 ($p=0294>0.05$).
- Del total de trabajadores de la Unidad Médico Legal III Huancayo la mayoría está en proceso de gestión del ocio en su dimensión solidaria y no presentan ansiedad; la menor cantidad de trabajadores poseen entre adecuada e inadecuada gestión del ocio en su dimensión solidaria con ansiedad leve en tiempos de covid-19. Permitted establecer que no existe relación significativa directa entre las variables con un valor “rho” = 0.065 ($p=0645>0.05$).

Recomendaciones

Al Médico Jefe de la Unidad Médico Legal III Huancayo a través de sus órganos de línea establezca procesos de:

- Capacitación dirigida a los trabajadores de su unidad en gestión del ocio y prevención de la ansiedad mediante simposios, mesa redonda, Philip 69.
- Programación de horarios de ocio en la jornada laboral que no supere los 15 minutos por día.
- Control de detección de cuadros de ansiedad en los trabajadores de manera semestral.

A la directora de la Unidad de Posgrado de la Facultad de Enfermería mediante la coordinación de maestría.

- Desarrolle actividades sobre gestión del ocio en sus trabajadores para promover los procesos sociales entre sus miembros.
- Proponga el desarrollo de estudios de investigación sobre la gestión del ocio relacionado a otras variables en los egresados de la maestría en ciencias de la salud, mención administración y gerencia en los servicios de salud.

Referencias Bibliográficas

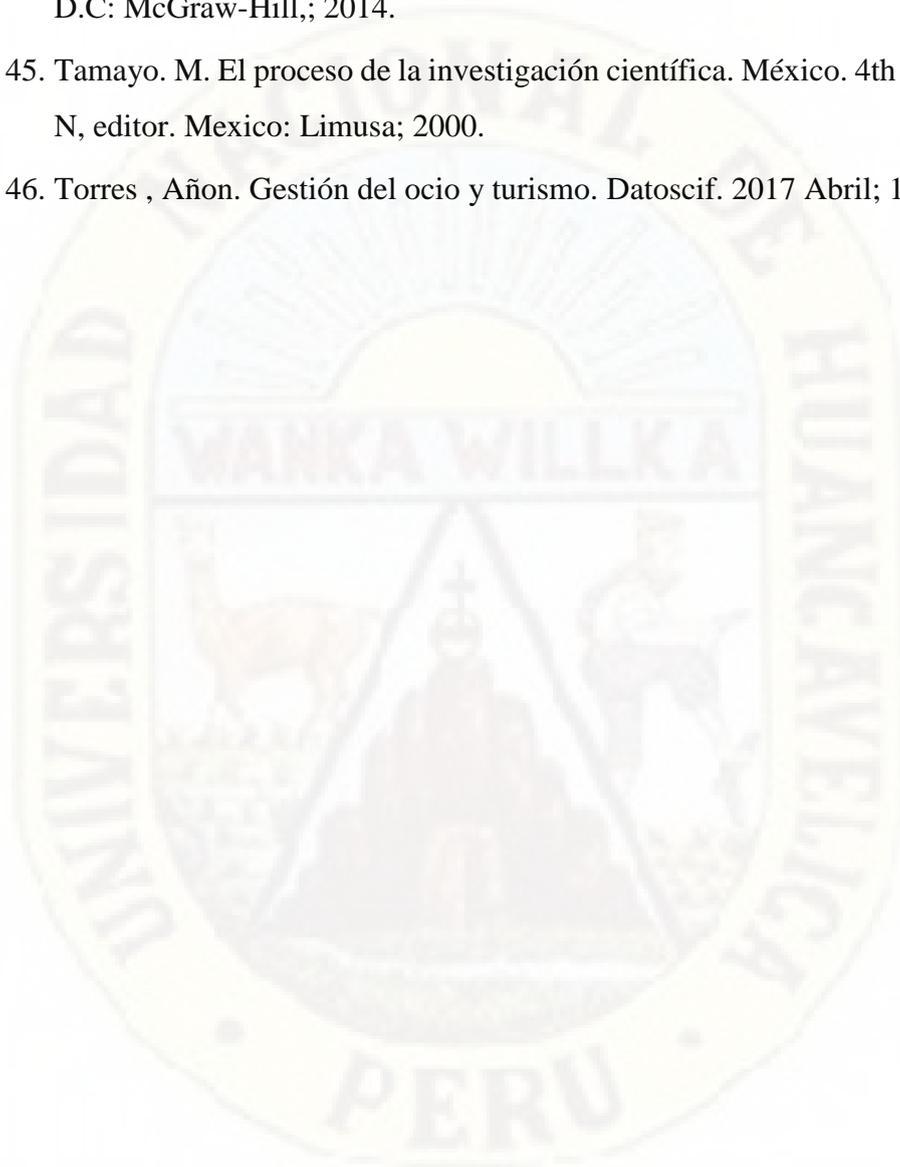
1. Caride R. Gestión del tiempo libre, ocio. Primera ed. Mexico: Maya; 2014.
2. Ortega Duran K, Pizarro Morocho PE, Riera Prieto A. Determinación de los niveles de ansiedad por medio de la Escala de Hamilton en Mujeres gestantes en labor de parto del Hospital "Vicente Corral Moscoso". Cuenca, 2014. Tesis. Cuenca: Universidad de Cuenca; 2014.
3. Organización Mundial de la Salud. OMS-Health. [Online].; 2019 [cited 2021 Setiembre 22. Available from: https://www.who.int/es/emergencies/diseases/novel-coronavirus-2019?gclid=CjwKCAjw49qKBhAoEiwAHQVTowPoxqUBM2QmUbTYoydbJ3pb-WlqaPHejvLs6PICR-kqjdQYzqYLFBoCUagQAvD_BwE.
4. Organización Mundial de la Salud. Alocución de apertura del Director General de la OMS en la rueda de prensa sobre la COVID-19 celebrada el 11 de marzo de 2020. In Alocución de apertura; 2020; Ginebra. p. 24.
5. Ore maldonado J. ansiedad por el covid-19 y bienestar psicológico en personas adultas del distrito de Ate Vitarte. Tesis. Lima: Universidad San Martín de Porres., Escuela Profesional de Psicología; 2021. Report No.: 1.
6. Fontcuberta M. Educación en medios en Chile: un desafío pendiente. Primera ed. Chile: Instituto de Prensa; 2007.
7. García Cué JL, Santizo Rincón JA. Análisis de la relacion entre la gestion del tiempo libre, el ocio y los estilos de aprendizaje. Estilos de Aprendizagem. 2010 Abril; 3(5): p. 1,2.
8. Lazaro Aurora Y. Ocio, elemento constituyente en el aprendizaje a lo largo de la vida de las personas mayores. Educación social. 2019 Abril; 73(1): p. 65-81.
9. Sánchez Tovar L, Jurado L, Simões Brasileiro MD. Después del trabajo ¿qué significado tiene el ocio, el tiempo libre y la salud. Paradigma. 2013 Junio; 31(51).
10. Lujan MJ. Ocio: una nueva perspectiva desde lo psicológico. Tesis de

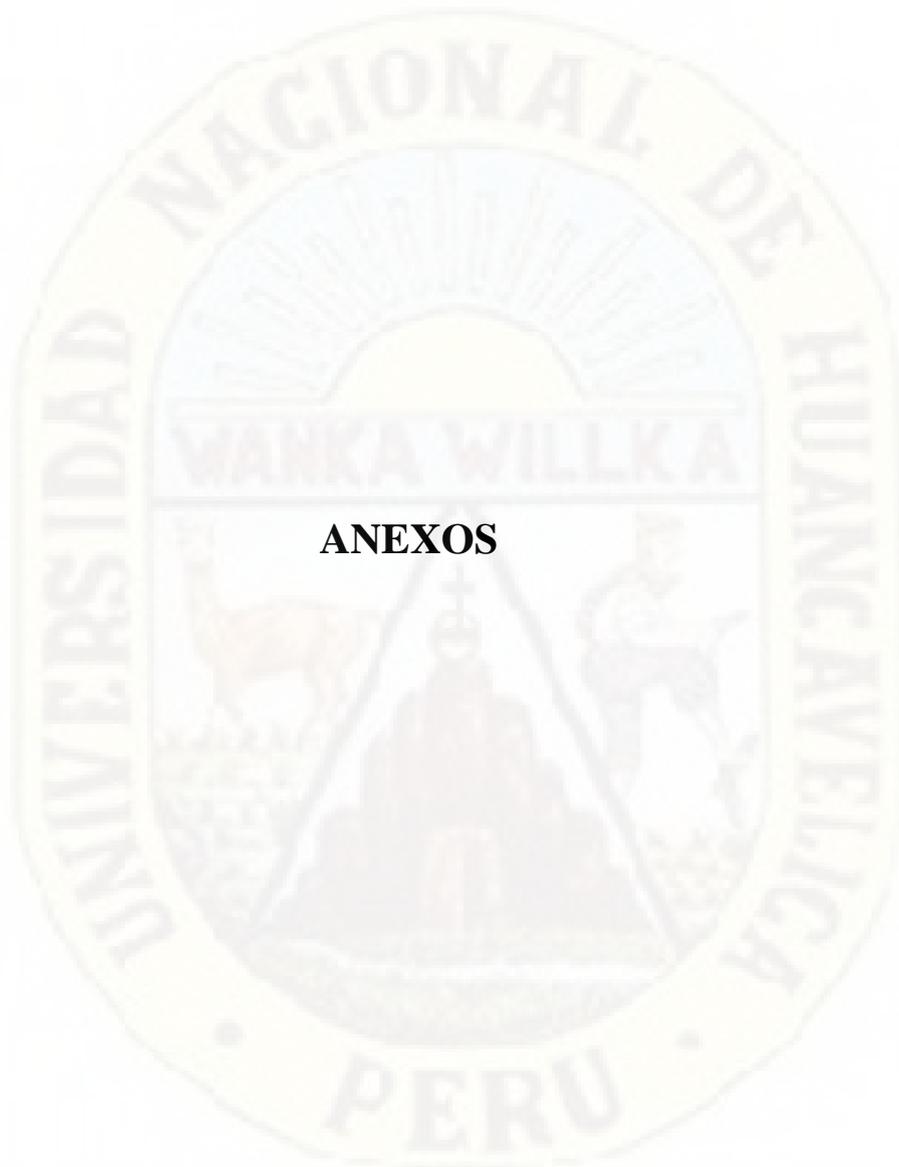
- maestría. Mendoza, Argentina: Universidad del Aconcagua, Facultad de Psicología; 2018. Report No.: 1.
11. Lazo De La Vega Lizarraga A. Nivel de ansiedad y depresión debido al confinamiento por covid-19 en adolescentes del 4to año de secundaria del colegio Nuestra señora de Fátima. Tesis. Arequipa: Universidad Nacional de San Agustín de Arequipa, Facultad de Medicina; 2021. Report No.: 1.
 12. Ocas Rodríguez LI. Estrés, ansiedad y depresión en el personal de salud del primer nivel de atención durante la pandemia de covid-19. Lima, 2020. Tesis de Especialidad. Lima: Universidad Peruana Cayetano Heredia., Facultad de Medicina.; 2021. Report No.: 1.
 13. Dirección Regional de Salud Junín. Diresa (Centro de Notificaciones). [Online].; 2020 [cited 2021 Diciembre 24. Available from: http://www.diresajunin.gob.pe/noticia/id/2020100922_junin_en_25_se_incremento_anxiedad_depresin_y_estrs_a_consecuencia_del_covid19/.
 14. González-Rivera J, Rosario-Rodríguez A, Cruz-Santos A. Escala de Ansiedad por Coronavirus: Un Nuevo Instrumento para Medir Síntomas. Avances de Psicología. 2020 Diciembre; 6(3).
 15. Álvarez Muñoz JS. El ocio y la satisfacción familiar en la población adolescente de la Región de Murcia. Tesis Doctoral. España: Universidad de Murcia, Murcia; 2020. Report No.: 1.
 16. Gomez C. El ocio y la recreación en las sociedades latinoamericanas actuales. Revista Latinoamericana. 2021 Setiembre; 16(49).
 17. Bower EyM. Consistencia y estabilidad en la conducta de las personas. 1st ed. Fierrom A, editor. Salamanca, España: Salamanca.; 2018.
 18. RAE. Diccionario de la lengua española. [Online].; 2015 [cited 2021 Enero 27. Available from: <http://lema.rae.es/drae/>.
 19. Argyle. Gestión del Ocio. 1st ed. Bogotá, Colombia: Lamus; 2000.
 20. Cuenca X. Gestión del Ocio: Un beneficio para la salud. Segunda ed. Madrid, España: Adventure Works; 2018.
 21. Etxebarria. ; 2000.

22. Fundación iberoamericana. Down21. [Online].; 2020 [cited 2021 Setiembre 23]. Available from: <https://www.down21.org/desarrollo-personal/110-ocio-y-tiempo-libre/847-seccion-para-profesionales-de-ocio-y-tiempo-libre.html?start=2>.
23. Csikszentmihalyi M. Ocio y creatividad en el desarrollo humano. Segunda ed. Csikszentmihalyi MCCBTV, editor.: Universidad de Deusto.; 2001.
24. Tinsley H, Tinsley D. A theory of the attributes, benefits, and causes of leisure experience. Leisure Sciences. 1986. Octubre; 8(2): p. 1-45.
25. Sierra JC, Ortega V, Zubeidat I. Ansiedad, angustia y estrés: tres conceptos a diferenciar. Revista Mal-estar E Subjetividade. 2003; 3(1).
26. Cano Vindel A. Sociedad Española para el Estudio de la Ansiedad y el Estrés. [Online]. [cited 2020 Octubre 29]. Available from: <https://webs.ucm.es/info/seas/autoeval.htm>.
27. Delgado Silva E. Ansiedad estado - rasgo en madres del Programa Vaso de Leche de la Zona Urbana del Distrito de Chiclayo y de la Zona Rural del Distrito de Lambayeque, 2013. Tesis de grado. Chiclayo: Universidad Católica Santo Toribio de Mogrovejo; 2015.
28. Navarra. Salud Navarra. [Online].; 2015 [cited 2021 Enero 12]. Available from: http://www.navarra.es/home_es/Temas/Portal+de+la+Salud/Ciudadania/Mi+enfermedad/Trastornos+de+ansiedad.
29. Centros para el Control de Enfermedades. Resumen acerca del COVID-19 y prioridades sobre la prevención y el control de infecciones en entornos de atención médica fuera de los EE. UU. [Online].; 26 de Febrero de 2021. [cited 2021 Setiembre 7]. Available from: <https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/hcp/non-us-settings/overview/index-sp.html>.
30. Kai-Wang T, Tak-Yin T, Chik-Yan Y, Chan K, Wu T, Man-Chun C, et al. Consistent detection of 2019 novel coronavirus in salivaexternal icon. Clinical Infectious Diseases. 2020 12 February; 149(1).
31. DIGERD. MINSA entrega equipos de protección al personal de salud frente a

- COVID 19 Lima - Perú: [Internet] Disponible en: <https://www.minsa.gob.pe/digerd/index.asp?op=61-483>; 2020.
32. Jhonson C, Saletti Cuesta L, Tumas N. Emociones, preocupaciones y reflexiones frente a la pandemia del COVID-19 en Argentina. *Ciência & Saúde Coletiva*. 2020 Junio 05; 25(1).
 33. San Martín Ahumada P. Efectos del aislamiento social y la cuarentena sobre el bienestar subjetivo de los Chilenos durante el brote de COVID-19. 2020.
 34. Brooks S, Webster R, Smith L. *IntraMed*. [Online].; 2020 [cited 2020 Noviembre 01. Available from: <https://www.intramed.net/contenidover.asp?contenidoid=95688>.
 35. Ozamiz Etxebarria N, Dosil Santamaria M, Picaza Gorrochategui M, Idoiaga Mondragon N. Niveles de estrés, ansiedad y depresión en la primera fase del brote del COVID-19 en una muestra recogida en el norte de España. 2020 Abril 30; 36(4).
 36. Oxford. *Diccionari Oxford language*. [Online].; 2021. Available from: <https://languages.oup.com/google-dictionary-es/>.
 37. ORG-ECONOMIA. *Economía*. [Online].; 2018 [cited 2021 setiembre 12. Available from: <https://economipedia.com/definiciones/gestion.html>.
 38. *Diccionario de la RAE*. Busca palabras. [Online].; 2018. Available from: <https://www.buscapalabra.com/definiciones>.
 39. *Significados*. SignificadosSignificados. [Online].; Fecha de actualización 20 noviembre 2017 [cited 2021 setiembre 14. Available from: <https://www.significados.com/recreacion/>.
 40. Mosby.. *Edualingo*. [Online].; 2016 [cited 2021 setiembre 15. Available from: <https://educalingo.com/es/dic-es/medicolegal>.
 41. *ECONOMIPEDIA*. *ECONOMIPEDIA*. [Online].; 2016 [cited 2021 Setiembre 16. Available from: <https://economipedia.com/definiciones/servicio.html>.
 42. *Ministerio de Salud*. Dirección Regional de Salud. [Online].; 2018 [cited 2020 Enero 02. Available from: www.diresa.junin.org.gob.pe.

43. Kerlinger FN. Enfoque conceptual de la investigación del comportamiento. 2nd ed. México : Interamericana; 2002.
44. Hernández Sampieri R, CFCaPBL. Metodología De La Investigación: Mexico D.C: McGraw-Hill; 2014.
45. Tamayo. M. El proceso de la investigación científica. México. 4th ed. editores N, editor. Mexico: Limusa; 2000.
46. Torres , Año. Gestión del ocio y turismo. Datoscif. 2017 Abril; 12(3).





ANEXOS

Anexo 1: Matriz de consistencia

TÍTULO: Gestión del ocio y ansiedad en trabajadores de la unidad médico legal III Huancayo en tiempos de covid-19..

| FORMULACIÓN DEL PROBLEMA | OBJETIVOS | SISTEMA DE HIPÓTESIS | METODOLOGÍA |
|---|---|--|---|
| <p>Problema General ¿Cuál es la relación entre la gestión del ocio y ansiedad en trabajadores de la Unidad Médico Legal III Huancayo en tiempos de covid-19?</p> <p>Problemas específicos</p> <ul style="list-style-type: none"> • ¿Cuál es la relación entre la gestión del ocio en su dimensión lúdica y ansiedad en trabajadores de la Unidad Médico Legal III Huancayo en tiempos de covid-19? • ¿Cuál es la relación entre la gestión del ocio en su dimensión deportiva turismo y ansiedad en trabajadores de la Unidad Médico Legal III Huancayo en tiempos de covid-19? • ¿Cuál es la relación entre la gestión del ocio en su dimensión festiva y ansiedad en trabajadores de la Unidad | <p>Objetivo general Determinar la relación entre la gestión del ocio y ansiedad en trabajadores de la Unidad Médico Legal III Huancayo en tiempos de covid-19.</p> <p>Objetivos específicos:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Establecer la relación entre la gestión del ocio en su dimensión lúdica y ansiedad en trabajadores de la Unidad Médico Legal III Huancayo en tiempos de covid-19. • Identificar la relación entre la gestión del ocio en su dimensión deportiva y ansiedad en trabajadores de la Unidad Médico Legal III Huancayo en tiempos de covid-19. • Estimar la relación entre la gestión del ocio en su dimensión festiva y ansiedad en trabajadores de la Unidad Médico | <p>Hipótesis general Existe relación entre la gestión del ocio y ansiedad en trabajadores de la Unidad Médico Legal III Huancayo en tiempos de covid-19.</p> <p>Hipótesis específicas</p> <ul style="list-style-type: none"> • Existe relación entre la gestión del ocio en su dimensión lúdica y ansiedad en trabajadores de la Unidad Médico Legal III Huancayo en tiempos de covid-19. • Existe relación entre la gestión del ocio en su dimensión deportiva y ansiedad en trabajadores de la Unidad Médico Legal III Huancayo en tiempos de covid-19. • Existe relación entre la gestión del ocio en su dimensión festiva y ansiedad en trabajadores de la Unidad | <p>Tipo de Investigación: Básica</p> <p>Nivel de Investigación: Correlacional</p> <p>Diseño de investigación: No experimental, transversal, prospectivo.</p> <p>Población y Muestra: Población: conformada por 60 trabajadores de la Unidad Médico Legal III. Muestra: por conveniencia siendo un total de 52. Muestreo: No probabilístico.</p> <p>Variables de Estudio: Gestión del Ocio y ansiedad.</p> <p>Técnicas e Instrumentos de Estudio: Técnica: Encuesta. Instrumento: Ficha de Encuesta y Escala de ansiedad para covid-19. Técnica de Procesamiento y análisis de datos: Aplicación de estadística descriptiva e inferencial no paramétrica Rho de Spearman.</p> |

| | | | |
|--|---|---|--|
| <p>Médico Legal III Huancayo en tiempos de covid-19?</p> <ul style="list-style-type: none"> • ¿Cuál es la relación entre la gestión del ocio en su dimensión creativa y ansiedad en trabajadores de la Unidad Médico Legal III Huancayo en tiempos de covid-19? • ¿Cuál es la relación entre la gestión del ocio en su dimensión ecológica y ansiedad en trabajadores de la Unidad Médico Legal III Huancayo en tiempos de covid-19? • ¿Cuál es la relación entre la gestión del ocio en su dimensión solidaria y ansiedad en trabajadores de la Unidad Médico Legal III Huancayo en tiempos de covid-19? | <p>Legal III Huancayo en tiempos de covid-19.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Demostrar la relación entre la gestión del ocio en su dimensión creativa y ansiedad en trabajadores de la Unidad Médico Legal III Huancayo en tiempos de covid-19. • Contrastar la relación entre la gestión del ocio en su dimensión ecológica y ansiedad en trabajadores de la Unidad Médico Legal III Huancayo en tiempos de covid-19. • Indicar la relación entre la gestión del ocio en su dimensión solidaria y ansiedad en trabajadores de la Unidad Médico Legal III Huancayo en tiempos de covid-19. | <p>Médico Legal III Huancayo en tiempos de covid-19.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Existe relación entre la gestión del ocio en su dimensión creativa y ansiedad en trabajadores de la Unidad Médico Legal III Huancayo en tiempos de covid-19. • Existe relación entre la gestión del ocio en su dimensión ecológica y ansiedad en trabajadores de la Unidad Médico Legal III Huancayo en tiempos de covid-19. • Existe relación entre la gestión del ocio en su dimensión solidaria y ansiedad en trabajadores de la Unidad Médico Legal III Huancayo en tiempos de covid-19. | |
|--|---|---|--|



Anexo 2: Datos Generales

Edad:Sexo:

Grado de Instrucción: Primaria ()

Secundaria ()

Superior ()

Condición laboral: Nombrado ()

Contratado ().



Anexo 3: Escala de ansiedad para covid-19

Introducción: el presente instrumento de recolección de datos permitirá obtener información sobre los niveles de ansiedad que presenta en el trabajo en tiempos de Covid-19.

Instrucciones

Señor encuestado la finalidad del instrumento es obtener información sobre los niveles de ansiedad que presenta en el trabajo en tiempos de Covid-19.

Por lo que se le conmina a leer cuidadosamente y proceda con el llenado de datos según se identifique:

| N° | Estados de Ansiedad | Ninguna | Menos de un día o dos | Varios días | Mas de 7 días | Casi todos los días durante las 2 últimas semanas |
|----|---|---------|-----------------------|-------------|---------------|---|
| 1 | Me sentí mareado, aturdido o débil, cuando leía o escuchaba noticias sobre el coronavirus (COVID-19). | | | | | |
| 2 | Tuve problemas para quedarme o permanecer dormido porque estaba pensando en el coronavirus (COVID-19). | | | | | |
| 3 | Me sentí paralizado o congelado cuando pensaba o estaba expuesto a información sobre el coronavirus (COVID-19). | | | | | |
| 4 | Perdí interés en comer cuando pensaba o estaba expuesto a información sobre el coronavirus (COVID-19). | | | | | |
| 5 | Sentí náuseas o problemas estomacales cuando pensé o estaba expuesto a información sobre el coronavirus (COVID-19). | | | | | |

Un puntaje total obtenido de:

0-5 significa "No ansiedad"

6-14 significa “Ansiedad leve”

≥ 15 significa “Ansiedad moderada/grave”





Anexo 4: Instrumento de Evaluación de Gestión del Ocio



Introducción: el presente instrumento de recolección de datos permitirá obtener información sobre las actividades de ocio que desarrolla en tiempos de Covid-19.

Instrucciones

Señor encuestado lea minuciosamente los ítems del instrumento y proceda a responder según su apreciación, recuerde que ser verás permitirá obtener información sin sesgos. Por lo que se le conmina a leer cuidadosamente y proceda con el llenado de datos según se identifique marcando con un (X):

| N° | Descripción | Por única vez | A veces | Siempre |
|----|--|---------------|---------|---------|
| 1 | Usted realiza actividades de ocio como malamboy. | | | |
| 2 | Usted realiza actividades de ocio como siete pecados. | | | |
| 3 | Usted realiza actividades de ocio como san Miguel. | | | |
| 4 | Usted realiza actividades de ocio como canicas. | | | |
| 5 | Usted realiza actividades de ocio como trompo. | | | |
| 6 | Usted realiza actividades de ocio como ligas. | | | |
| 7 | Usted realiza actividades de ocio como fútbol. | | | |
| 8 | Usted realiza actividades de ocio como básquet. | | | |
| 9 | Usted realiza actividades de ocio como vóley. | | | |
| 10 | Usted realiza actividades de ocio como natación. | | | |
| 11 | Usted realiza actividades de ocio como taekwondo. | | | |
| 12 | Usted realiza actividades de ocio como karate. | | | |
| 13 | Usted realiza actividades de ocio como salir a comer (pareja, familia, compañeros de trabajo, etc) | | | |
| 14 | Usted realiza actividades de ocio como ir a la discoteca. | | | |
| 15 | Usted realiza actividades de ocio como participar en fiestas costumbristas de barrio. | | | |
| 16 | Usted realiza actividades de ocio como fiestas costumbristas religiosas. | | | |

| | | | | |
|----|---|--|--|--|
| 17 | Usted realiza actividades de ocio como trabajos manuales como pintura, bricolaje, costura, etc. | | | |
| 18 | Usted realiza actividades de ocio como leer revistas, cómics, periódicos, libros. | | | |
| 19 | Usted realiza actividades de ocio como pasatiempos: sopas de letras, crucigramas. | | | |
| 20 | Usted realiza actividades de ocio como tocar un instrumento, realizar vídeo y fotografía. | | | |
| 21 | Usted realiza actividades de ocio como baile, teatro, música, cerámica, etc. | | | |
| 22 | Usted realiza actividades de ocio como asistir al teatro, concierto, cine, visitar una exposición, un museo, etc. | | | |
| 23 | Usted realiza actividades de ocio como paseos por jardines, parques naturales, campo. | | | |
| 24 | Usted realiza actividades de ocio como turismo rural o vivencial. | | | |
| 25 | Usted realiza actividades de ocio como jardinería, horticultura. | | | |
| 26 | Usted realiza actividades de ocio como senderismo en playa, montañas, o campo abierto. | | | |
| 27 | Usted realiza actividades de ocio como actividades granja y agricultura | | | |
| 28 | Usted realiza actividades de ocio como colaborar en quehaceres de extraños. | | | |
| 29 | Usted realiza actividades de ocio como elaborar acciones de solidaridad (cocinar, donar regalos, dinero). | | | |
| 30 | Usted realiza actividades de ocio como participar activamente en acciones solidarias organizada por instituciones, parroquia, ONG, etc. | | | |



Anexo 5: Consentimiento informado

Yo,identificada con DNI N°..... manifiesto que eh sido informado/a por el profesional Investigador sobre los detalles / implicancias / beneficios del estudio de investigación titulado “GESTIÓN DEL OCIO Y ANSIEDAD EN TRABAJADORES DE LA UNIDAD MEDICO LEGAL III HUANCAYO EN TIEMPOS DE COVID-19”, comprendo y estoy satisfecho(a) con la información recibida contestándome a todas las preguntas que he considerado conveniente que me fueran aclaradas.

En consecuencia, doy mi consentimiento, para la aplicación del instrumento de recolección de datos del presente proyecto de investigación.

Firma: Apellidos y Nombres

DNI.....

Fecha:

Anexo 6: Base de datos

DATOS HUBER.sav [ConjuntoDatos1] - IBM SPSS Statistics Editor de datos

Archivo Editar Ver Datos Transformar Analizar Gráficos Utilidades Ampliaciones Ventana Ayuda

1: edad 25 Visible: 39 de 39 variables

| | edad | sexo | GI | Condtab | v1 | v2 | v3 | v4 | v5 | b1 | b2 | b3 | b4 | b5 | b6 |
|----|------|-----------|------------|------------|---------------|---------------|---------------|---------------|--------------|----------------|----------------|----------------|----------------|----------------|----------------|
| 1 | 25 | Femenino | Superior | Contratado | Menos de ... | Ninguna | Ninguna | Ninguna | Ninguna | Por única v... |
| 2 | 25 | Masculino | Superior | Contratado | Ninguna | Ninguna | Menos de ... | Ninguna | Menos de ... | Por única v... | A veces | Por única v... | A veces | A veces | Por única v... |
| 3 | 45 | Femenino | Superior | Nombrado | Menos de ... | Varios Dias | Varios Dias | Menos de ... | Menos de ... | A veces | Por única v... | A veces | Por única v... | A veces | Por única v... |
| 4 | 30 | Femenino | Superior | Contratado | Varios Dias | Menos de ... | Varios Dias | Ninguna | Ninguna | Por única v... |
| 5 | 34 | Masculino | Secundaria | Nombrado | Varios Dias | Varios Dias | Varios Dias | Mas de sie... | Varios Dias | Por única v... | Por única v... | A veces | Por única v... | Por única v... | Por única v... |
| 6 | 37 | Masculino | Secundaria | Contratado | Ninguna | Ninguna | Ninguna | Ninguna | Ninguna | Por única v... |
| 7 | 39 | Masculino | Secundaria | Contratado | Menos de ... | Menos de ... | Varios Dias | Menos de ... | Menos de ... | Por única v... |
| 8 | 50 | Masculino | Secundaria | Contratado | Menos de ... | Ninguna | Ninguna | Ninguna | Ninguna | Por única v... | Por única v... | Por única v... | A veces | A veces | Por única v... |
| 9 | 34 | Masculino | Secundaria | Contratado | Ninguna | Ninguna | Ninguna | Ninguna | Ninguna | Por única v... | Por única v... | Por única v... | A veces | A veces | Por única v... |
| 10 | 55 | Masculino | Secundaria | Contratado | Ninguna | Casi todos... | Casi todos... | Mas de sie... | Ninguna | Por única v... |
| 11 | 43 | Masculino | Secundaria | Contratado | Casi todos... | Menos de ... | Ninguna | Ninguna | Ninguna | A veces | A veces | Por única v... | A veces | Por única v... | Por única v... |
| 12 | 36 | Masculino | Secundaria | Contratado | Ninguna | Ninguna | Ninguna | Ninguna | Ninguna | Por única v... | Por única v... | Por única v... | A veces | A veces | Por única v... |
| 13 | 40 | Masculino | Secundaria | Contratado | Ninguna | Ninguna | Ninguna | Ninguna | Ninguna | A veces |
| 14 | 38 | Femenino | Superior | Nombrado | Varios Dias | Varios Dias | Varios Dias | Varios Dias | Ninguna | Por única v... | A veces | A veces | A veces | Por única v... | Por única v... |
| 15 | 24 | Femenino | Secundaria | Contratado | Ninguna | Ninguna | Ninguna | Ninguna | Ninguna | A veces | Por única v... |
| 16 | 55 | Masculino | Secundaria | Contratado | Ninguna | Menos de ... | Menos de ... | Varios Dias | Menos de ... | A veces | Por única v... |
| 17 | 25 | Femenino | Superior | Contratado | Ninguna | Menos de ... | Ninguna | Ninguna | Ninguna | A veces | A veces | A veces | A veces | Por única v... | A veces |
| 18 | 53 | Femenino | Superior | Contratado | Ninguna | Ninguna | Ninguna | Ninguna | Ninguna | Por única v... |
| 19 | 36 | Femenino | Secundaria | Contratado | Casi todos... | Ninguna | Varios Dias | Ninguna | Ninguna | Por única v... | Siempre | Por única v... | Por única v... | Por única v... | A veces |
| 20 | 53 | Femenino | Superior | Contratado | Varios Dias | Ninguna | Ninguna | Ninguna | Ninguna | A veces | Siempre | Siempre | Siempre | Siempre | Por única v... |
| 21 | 25 | Femenino | Secundaria | Contratado | Menos de ... | Ninguna | Ninguna | Ninguna | Ninguna | A veces |
| 22 | 51 | Masculino | Superior | Nombrado | Ninguna | Ninguna | Ninguna | Ninguna | Ninguna | Por única v... |
| 23 | 54 | Masculino | Superior | Nombrado | Ninguna | Ninguna | Menos de ... | Ninguna | Ninguna | A veces | A veces | Por única v... | Por única v... | Por única v... | Por única v... |

Vista de datos Vista de variables

IBM SPSS Statistics Processor está listo Unicode ON

18°C Parc. soleado 03:09 p.m. 22/11/2021

DATOS HUBER.sav [ConjuntoDatos1] - IBM SPSS Statistics Editor de datos

Archivo Editar Ver Datos Transformar Analizar Gráficos Utilidades Ampliaciones Ventana Ayuda

1: edad 25 Visible: 39 de 39 variables

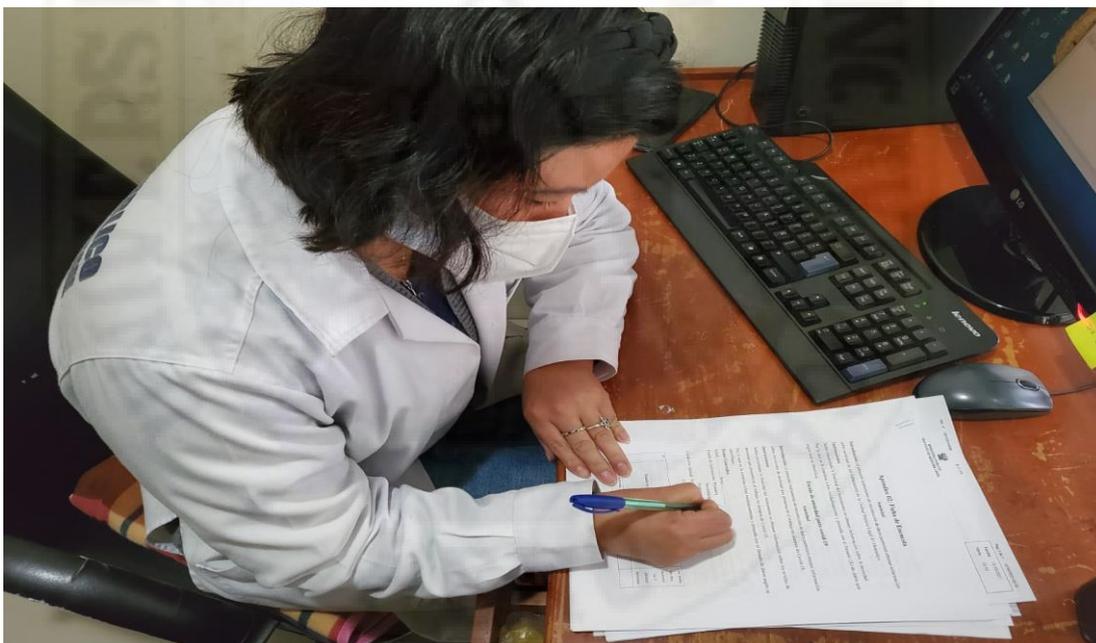
| | b3 | b4 | b5 | b6 | b7 | b8 | b9 | b10 | b11 | b12 | b13 | b14 | b15 | b16 | b17 |
|----|----------------|----------------|----------------|----------------|----------------|----------------|----------------|----------------|----------------|----------------|----------------|----------------|----------------|----------------|----------------|
| 1 | Por única v... | Por única v... | Por única v... | Por única v... | A veces | A veces | Siempre | Siempre | Siempre | Siempre | Siempre | Por única v... | A veces | Por única v... | Por única v... |
| 2 | Por única v... | A veces | A veces | Por única v... | Siempre | A veces | Siempre | Siempre | Por única v... | Por única v... | Siempre | A veces | A veces | A veces | A veces |
| 3 | A veces | Por única v... | Por única v... | A veces | A veces | Por única v... | Siempre | A veces | Por única v... | Por única v... | Siempre | A veces | A veces | A veces | Por única v... |
| 4 | Por única v... | A veces | Por única v... | Por única v... | Por única v... | Por única v... | A veces | A veces | Por única v... | Por única v... | Por única v... |
| 5 | A veces | Por única v... | Por única v... | Por única v... | A veces | Por única v... | A veces | Por única v... | Por única v... | A veces | A veces | Por única v... | Por única v... | Por única v... | Por única v... |
| 6 | Por única v... | Por única v... | Por única v... | Por única v... | Siempre | Por única v... | Siempre | A veces | Por única v... | Por única v... | Por única v... |
| 7 | Por única v... | Por única v... | Por única v... | Por única v... | A veces | Por única v... | A veces | Por única v... | Por única v... | Por única v... | Por única v... |
| 8 | Por única v... | A veces | A veces | Por única v... | Siempre | A veces | Siempre | Siempre | Por única v... | A veces | Siempre | Por única v... | Por única v... | Por única v... | A veces |
| 9 | Por única v... | A veces | A veces | Por única v... | Siempre | A veces | Siempre | Siempre | Por única v... | A veces | Siempre | Por única v... | Por única v... | Por única v... | A veces |
| 10 | Por única v... |
| 11 | Por única v... | A veces | Por única v... | A veces | A veces | A veces | A veces | Siempre |
| 12 | Por única v... | A veces | A veces | Por única v... | Siempre | A veces | Siempre | Siempre | A veces | A veces | Siempre | Por única v... | Por única v... | Siempre | Siempre |
| 13 | A veces | A veces | A veces | A veces | Siempre | A veces | Por única v... | A veces | A veces | A veces | Siempre | A veces | A veces | A veces | A veces |
| 14 | A veces | A veces | Por única v... | Por única v... | A veces | A veces | Siempre | A veces | Por única v... | Por única v... | Siempre | A veces | A veces | A veces | Por única v... |
| 15 | Por única v... | A veces | Siempre | Por única v... | Por única v... | Por única v... | A veces | A veces | Por única v... | A veces | A veces |
| 16 | Por única v... | A veces | Por única v... | Por única v... | Por única v... | Por única v... |
| 17 | A veces | A veces | Por única v... | A veces | Por única v... | A veces | Por única v... | Por única v... | Por única v... | Por única v... | Siempre | Siempre | Por única v... | Por única v... | Por única v... |
| 18 | Por única v... | Siempre |
| 19 | Por única v... | Por única v... | Por única v... | A veces | Siempre | Por única v... | Siempre | Por única v... | Por única v... | Por única v... | A veces | A veces | Siempre | Por única v... | Siempre |
| 20 | Siempre | Por única v... | Por única v... | Siempre | Por única v... | Por única v... | Siempre | Por única v... | Por única v... | Por única v... | A veces | A veces | Por única v... | A veces | Siempre |
| 21 | A veces | Por única v... | A veces | A veces | A veces | Por única v... | A veces | A veces | A veces | A veces | Por única v... |
| 22 | Por única v... | A veces | Por única v... | Por única v... | A veces | A veces | Por única v... | Por única v... | Por única v... |
| 23 | Por única v... | Por única v... | Por única v... | Por única v... | A veces | A veces | A veces | Siempre | A veces | A veces | Por única v... | Por única v... | Por única v... | A veces | A veces |

Vista de datos Vista de variables

IBM SPSS Statistics Processor está listo Unicode ON

18°C Parc. soleado 03:10 p.m. 22/11/2021

Apéndice 7: Panel Fotográfico





Apéndice 8: Artículo Científico

GESTIÓN DEL OCIO Y ANSIEDAD EN TRABAJADORES DE LA UNIDAD MEDICO LEGAL III HUANCAYO EN TIEMPOS DE COVID-19.

Valle H.

Unidad de Pos Grado de la Facultad de Enfermería, Universidad Nacional de Huancavelica, Huancavelica, Perú

RESUMEN:

Objetivo: determinar la relación entre la gestión del ocio y ansiedad en trabajadores de la Unidad Médico Legal III Huancayo en tiempos de covid-19.

Materiales y métodos: estudio básico, de nivel correlacional, de diseño no experimental transversal, tuvo como muestra a 52 trabajadores, los instrumentos aplicados fueron la entrevista estructurada y escala de ansiedad para covid-19.

Resultados: Se evidencia 44.23% (23) están en proceso de gestión del ocio y no presentan ansiedad; 15.38% (8) con una gestión del ocio inadecuada y no presentan ansiedad; 11.54% (6) con gestión del ocio adecuada y no presentan ansiedad; 21.15% (11) están en proceso y adecuada gestión del ocio en su dimensión lúdica y no presentan ansiedad; 15.38% (8) están en proceso de gestión del ocio en su dimensión deportiva y presentan ansiedad leve; 7.69% (4) tienen la gestión del ocio en su dimensión festiva adecuada y presentan ansiedad leve; 3.85% (2) con gestión del ocio en su dimensión creativa adecuada y presentan ansiedad leve; 46.15% (24) están en proceso de gestión del ocio en su dimensión ecológica y no presentan ansiedad; 7.69% (4) tienen la gestión del ocio en su dimensión solidaria inadecuada y presentan ansiedad leve.

Conclusiones: No existe relación significativa directa entre las variables con un valor “rho” = -0,152 ($p=0,283>0.05$).

Palabras Clave: Ansiedad, gestión del ocio, médico legal.

LEISURE MANAGEMENT AND ANXIETY IN WORKERS OF THE HUANCAYO MEDICAL LEGAL UNIT III IN TIMES OF COVID-19.

Valle H.

Postgraduate Unit of the Faculty of Nursing, National University of Huancavelica, Huancavelica, Peru

ABSTRACT:

Objective: to determine the relationship between the management of leisure and anxiety in workers of the Medical Legal Unit III Huancayo in times of covid-19.

Materials and methods: basic study, correlational level, non-experimental cross-sectional design, had

52 workers as a sample, the instruments applied were the structured interview and anxiety scale for covid-19.

Results: It is evidenced 44.23% (23) are in the process of leisure management and do not present anxiety; 15.38% (8) with inadequate leisure management and do not present anxiety; 11.54% (6) with adequate leisure management and do not present anxiety; 21.15% (11) are in the process and adequate management of leisure in its playful dimension and do not present anxiety; 15.38% (8) are in the process of leisure management in its sports dimension and present mild anxiety; 7.69% (4) have leisure management in its proper festive dimension and present mild anxiety; 3.85% (2) with leisure management in its appropriate creative dimension and present mild anxiety; 46.15% (24) are in the process of leisure management in its ecological dimension and do not present anxiety; 7.69% (4) have inadequate management of leisure in its solidarity dimension and present mild anxiety.

Conclusions: there is no direct significant relationship between the variables with a value of " ρ " = -0.152 ($p=0.283>0.05$).

Key Words: Anxiety, leisure management, legal medical.

INTRODUCCIÓN.

El año 2019 hubo un brote de un nuevo coronavirus denominado actualmente covid-19, el cual se dispersó rápidamente a nivel mundial, hallándose el primer caso en la ciudad de Wuhan, provincia de Hubei, China (3). La diseminación mundial del SARS-CoV-2 y las miles de miles de decesos generadas por la enfermedad del coronavirus conllevaron a la Organización Mundial de la Salud en realizar la declaratoria de una pandemia mundial el día 12 de marzo de 2020 (4), la pandemia por el nuevo coronavirus viene generando demasiadas pérdidas de vida humana, repercusión económica, incremento de la pobreza, incremento de problemas psicológicos, ampliación de brechas en salud, cierre de establecimientos de salud de primer nivel. Habiendo una gran cantidad de humanos experimentado alteraciones emocionales, muchos de ellos son profesionales de la salud y profesionales que brindan servicios públicos, esto debido a la exposición al covid-19, el cual actualmente es considerado un desastre social que ha generado cuadros de estrés, ansiedad y depresión (5).

En el presente siglo en la que se vive en un mundo globalizado, donde desborda la información y con cambios vertiginosos se debe pensar en hacer una adecuada gestión del ocio donde se incluyan tiempos para desarrollar actividades de ocio. "Se debe tomar en cuenta que "todo exceso de trabajo o de ocio pueden ser nocivos". En tal sentido, se deben establecer de manera oportuna y adecuada los tiempos que uno trabaja y los tiempos que se asignan al ocio, ese aspecto brindará a la persona como resultado una vida sana la cual se enfocará en evitar situaciones de tipo de patología psicológica y física (6).

Es así que en el Ecuador García y Santizo (7) en un estudio evidenciaron datos sobre el ocio que desempeñan las personas, siendo 80% escucha música, pasear 82%, ir de compras 70%, divertirse con amigos 80%; todo con el fin de enfocarse en su crecimiento y desarrollo individual.

En Venezuela Lázaro (8) manifiesta que la gestión del ocio es un elemento que constituye los procesos de aprendizaje a lo largo de la vida de las personas, la carencia de gestionar el ocio en estos tiempos

puede generar dificultades de valores de convivencia social y obtención de logros personales.

En Brazil Sánchez, Jurado & Simoes (9) en su trabajo de investigación establecen que el ocio es percibido bajo el estigma social de no hacer nada y no se considera como factor que afecte la salud, un 80% de trabajadores no diferencian entre ocio y tiempo libre, lo que pone en riesgo el fin primordial del ocio, en sus estructuras profundas de preservar la salud de la persona que práctica el ocio como mecanismo de afrontamiento para una mejor vida física y mental.

En Argentina Lujan, (10) evidenció resultados sobre realización de algunas actividad de ocio, en personas mayores de 18 años y existe grandes porcentajes de personas que la realizan a veces 41(38%) y siempre 66 (61,1%), horas de ocio, 32(29,6%) personas dedican de 1 a 3 hs, 45(41,7%), 3 a 6 hs y 3(28,7%), más de 6 hs; lo que evidencia que se debe de motivar a las personas para que realicen actividades de ocio, la cual mejorará su salud física y mental.

Se puede evidenciar que la gestión del ocio, permite a las personas mejorar sus procesos de salud, física y mental, sin embargo en estos tiempos de pandemia, muchas actividades de ocio fueron restringidas como medida de lucha contra la covid.19, por lo que las personas iniciaron a presentar cuadros de ansiedad diversas, es así que Oré (5) en su estudio evidencia que existe correlación negativa entre la ansiedad por el Covid-19 y el Bienestar Psicológico con un valor de ($r_s = -229^{**}$; $p < .000$), siendo un problema que debemos afrontar desde diversos ángulos, y la gestión del tiempo puede ser una de ellas.

En tanto en Arequipa, Lazo (11) pone a la luz datos sobre cuadros de ansiedad que sufren las personas por el confinamiento de las cuales 78,6% de las alumnas presentan ansiedad, el 84,3% presentan depresión por las medidas de afrontamiento frente a la pandemia.

También Ocas (12) en Lima, desarrollo un trabajo de investigación, evidenciando que el personal de salud no es ajeno a desarrollar cuadros de ansiedad en tiempos de covid-19 mostrando que un 62.1% del personal de salud presentó estrés moderado, 78.9% presentó ansiedad moderada y 24.4% presentó depresión moderada.

En la región Junín de acuerdo al portal de la Dirección Regional de Salud (13) se incrementó en 25% los estados de ansiedad, depresión y estrés por consecuencia al contexto de la pandemia covid-19.

En un sondeo a través de preguntas abiertas realizado por el investigador se evidenció que los trabajadores de la Unidad Médico Legal III Huancayo no realizan la gestión del ocio 80%, han oído sobre el tema 58%, desconocen sobre el tema 42%, confunden el ocio con vagancia 70%. Al ser consultados sobre los estados de ansiedad que vienen desencadenándose por el contexto de la pandemia, un 68% menciona que son conscientes de dicha afectación y 32% menciona no verse afectado con cuadros de ansiedad.

MATERIAL Y MÉTODOS

Estudio de tipo básica, de nivel correlacional, empleó el método científico, análisis y síntesis, de diseño no experimental transversal; conto con una población de 60 trabajadores de la Unidad Médico Legal III Huancayo y se trabajó con la muestra censal, siendo 52.

RESULTADOS

La tabla 1 muestra 44.23% (23) trabajadores que están en proceso de gestión del ocio y no presentan ansiedad; también se ve un 15.38% (8) trabajadores que su gestión del ocio es inadecuada y no presentan ansiedad; así mismo; se observa un 11.54% (6) trabajadores que su gestión del ocio es adecuada y no presentan ansiedad en la Unidad Médico Legal III Huancayo en tiempos de covid-19.

La tabla 2 muestra 21.15% (11) trabajadores que están en proceso y adecuada gestión del ocio en su dimensión lúdica y no presentan ansiedad respectivamente; también se ve un 11.54% (6) trabajadores que están en proceso de gestión del ocio en su dimensión lúdica y presentan ansiedad leve; así mismo; se observa un 1.92% (1) trabajador que su gestión del ocio en su dimensión lúdica es inadecuada y presentan ansiedad moderada/grave en la Unidad Médico Legal III Huancayo en tiempos de covid-19.

La tabla 3 muestra 30.77% (16) trabajadores que están en proceso de gestión del ocio en su dimensión deportiva y no presentan ansiedad; también se ve un 15.38% (8) trabajadores que están en proceso de gestión del ocio en su dimensión deportiva y presentan ansiedad leve; así mismo; se observa un 9.62% (5) trabajador que su gestión del ocio en su dimensión deportiva es inadecuada y presentan ansiedad leve en la Unidad Médico Legal III Huancayo en tiempos de covid-19.

La tabla 4 muestra 48.08% (25) trabajadores que están en proceso de gestión del ocio en su dimensión festiva y no presentan ansiedad; también se ve un 7.69% (4) trabajadores que tienen la gestión del ocio en su dimensión festiva adecuada y presentan ansiedad leve; así mismo; se observa un 9.62% (5) trabajador que su gestión del ocio en su dimensión festiva es inadecuada y no presentan ansiedad en la Unidad Médico Legal III Huancayo en tiempos de covid-19.

La tabla 5 muestra 40.38% (21) trabajadores que están en proceso de gestión del ocio en su dimensión creativa y no presentan ansiedad; también se ve un 17.31% (9) trabajadores que tienen la gestión del ocio en su dimensión creativa inadecuada y no presentan ansiedad; así mismo; se observa un 3.85% (2) trabajadores que su gestión del ocio en su dimensión creativa es adecuada y presentan ansiedad leve en la Unidad Médico Legal III Huancayo en tiempos de covid-19.

La tabla 6 muestra 46.15% (24) trabajadores que están en proceso de gestión del ocio en su dimensión ecológica y no presentan ansiedad; también se ve un 11.54% (6) trabajadores que tienen la gestión del ocio en su dimensión ecológica en proceso y presentan ansiedad leve; así mismo; se observa un 5.77% (3) trabajadores que su gestión del ocio en su dimensión ecológica es inadecuada y presentan ansiedad leve en la Unidad Médico Legal III Huancayo en tiempos de covid-19.

La tabla 7 muestra 36.54% (19) trabajadores que están en proceso de gestión del ocio en su dimensión solidaria y no presentan ansiedad; también se ve un 7.69% (4) trabajadores que tienen la gestión del ocio en su dimensión solidaria inadecuada y presentan ansiedad leve; así mismo; se observa un 5.77% (3) trabajadores que su gestión del ocio en su dimensión solidaria es adecuada y presentan ansiedad leve en la Unidad Médico Legal III Huancayo en tiempos de covid-19.

Figura 1.



Fuente: tabla 1

Figura 2.



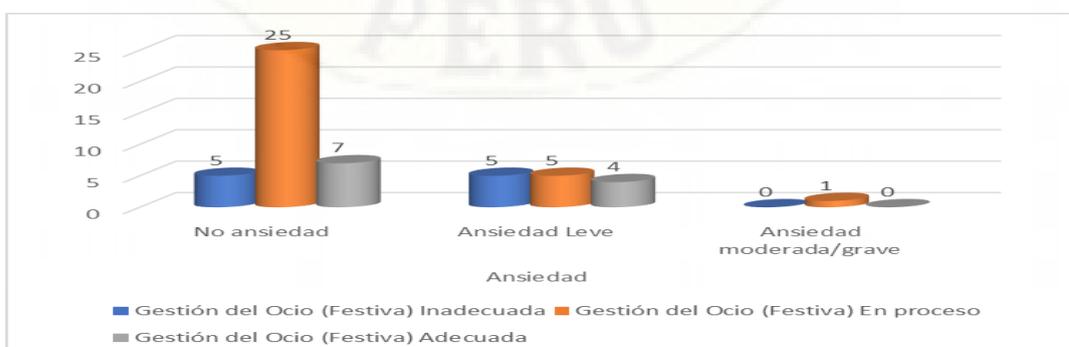
Fuente: tabla 2.

Figura 3.



Fuente: tabla 3.

Figura 4.



Fuente: tabla 4.

Figura 5.



Fuente: tabla 5.

Figura 6.



Fuente: tabla 6.

Figura 7.



Fuente: tabla 7.

DISCUSIÓN:

Según Argyle (19), el ocio viene a ser el conjunto de actividades que realiza una persona en su tiempo libre, la cual se realiza, sin presiones y tiene el objetivo de entretener, divertirse y auto desarrollo. La definición es reforzada por García y Santizo (7) quienes expresan que la gestión del ocio permite a las personas disponer de su tiempo libre, enfocando dicho tiempo hacia el crecimiento y el desarrollo individual. También la refuerza Lujan, (10) quién expresa que la gestión del ocio motiva a la distracción, salud física y mental. Por otra parte, Lázaro (8) menciona que el ocio adaptado al siglo XXI es el que promueve y defiende los valores de convivencia y ciudadanía, facilitando el desarrollo personal, social y comunitario. Y de acuerdo a los resultados no se evidencia lo manifestado por García y Santizo. A tales informaciones Sánchez, Jurado & Simoes (9) menciona que el ocio se percibe como algo negativo refiriéndose a no hacer nada y que no afecta a la salud de las personas, información que se opone a los hallazgos realizados en la presente tesis y respaldada por. Reforzando la idea Álvarez (15) expresa que el ocio familiar de cada adolescente se subraya más el reconocimiento y fortaleza que las debilidades.

Así mismo; de acuerdo a Ortega et al. (2); la ansiedad es una fase emocional perjudicial generando intranquilidad, pesadumbre, angustia, nerviosismo, y malestar emocional, y para poder medir la ansiedad se empleó el instrumento planteado por Gonzales et al (14) quien afirma que el instrumento es para medir ansiedad asociado al Covid-19, siendo válido pues distingue entre personas que presentan síntomas de ansiedad y las que no presentan síntomas. Lazo (11) refuerza lo manifestado por Ortega et al. mencionando que existe asociación significativa con la afectación emocional por el aislamiento social y el desarrollo de ansiedad en diversos trabajadores. Ocas (12) nos pone en contexto mencionado que el personal del primer nivel de atención durante la pandemia desarrolló cuadros de estrés, ansiedad y depresión. Dichas definiciones toman relevancia con los hallazgos realizados en la presente tesis que establece, aunque en pequeñas proporciones la existencia de trabajadores de la Unidad Médico Legal III Huancayo presentan ansiedad moderada/grave con gestión del ocio en su dimensión lúdica inadecuada, también se puede apreciar que un porcentaje considerable está en proceso o es inadecuada la gestión del ocio en su dimensión deportiva, presentando ansiedad leve. Contradictoriamente en la dimensión del ocio festiva se evidencia que la gran mayoría están en proceso de gestión del ocio en su dimensión festiva, creativa, ecológica y solidaria no presentando ansiedad, la cual al ser contrastada con lo mencionado por Bowers, Ender y Mischel (17); en la teoría interactiva que establece que la conducta ansiosa se determina por la interacción entre las características de la personalidad de cada individuo y las condiciones situacionales, siendo estas características y condicionantes la gestión del ocio en sus diversas dimensiones, pudiéndose expresar que el trabajador al no entretenerse, divertirse pueden generar cuadros de ansiedad como no.

Realizando un análisis más centrado en los resultados podemos afirmar que la mayoría de trabajadores pese a tener diferentes procesos de gestión no presentan ansiedad, lo que evidencia que la variable gestión del ocio en su dimensión festiva y ansiedad no se relacionan. Del 100% de trabajadores 40.38% trabajadores están en proceso de gestión del ocio en su dimensión creativa, sin presentar ansiedad; un 17.31% trabajadores desarrollan la gestión del ocio en su dimensión creativa inadecuada, sin presentar ansiedad; un 3.85% trabajadores poseen una gestión del ocio en su dimensión creativa adecuada, presentando ansiedad leve. De los resultados se analiza que la mayoría de trabajadores pese a desarrollar diferentes procesos de gestión no desarrollan ansiedad. Del 100% de trabajadores 46.15% trabajadores están en proceso de gestión del ocio en su dimensión ecológica, sin presentar ansiedad; un 11.54% trabajadores tienen la gestión del ocio en su dimensión ecológica en proceso, presentando ansiedad leve; un 5.77% trabajadores que su gestión del ocio en su dimensión ecológica es inadecuada y presentan ansiedad leve. Del 100% de trabajadores 36.54% trabajadores están en proceso de gestión del ocio en su dimensión solidaria sin presentar ansiedad; un 7.69% trabajadores que tienen la gestión del ocio en su dimensión solidaria inadecuada presentando ansiedad leve; un 5.77% trabajadores tienen una gestión del ocio en su dimensión solidaria adecuada, presentando ansiedad leve en la Unidad Médico Legal III Huancayo en tiempos de covid-19. De los datos podemos analizar que porcentajes similares pese a desarrollar gestión del ocio en su dimensión solidaria no desarrollan ansiedad, contraponiéndose entre ellas, lo que significa que hay relación entre las variables ni con la dimensión establecida. De los datos

presentados se analiza que un bajo porcentaje desarrolla ansiedad ante la inadecuada gestión del ocio en su dimensión ecológica, sin embargo; esto no refleja la relación entre las variables. Estos resultados se corresponden de manera indirecta con lo mencionado por Lujan, Lujan, (10) quien menciona que el ocio sirve para motivar a las personas y estas realicen actividades distracción, salud física y mental, también tomo relevancia ante el reporte de Álvarez (15), quien encuentra que el ocio familiar brinda más fortalezas que las debilidades para resolución de conflictos familiares. Los resultados no coinciden con los datos de Gomes (16) pues menciona que la sociedad hispana debe aplicar el ocio para procesos de pensamiento crítico para buscar alternativas para las graves problemáticas presentes en las sociedades latinoamericanas, algo que es cada vez más urgente y necesario.

CONCLUSIONES:

- Del total de trabajadores de la Unidad Médico Legal III Huancayo la mayoría están en proceso de gestión del ocio y no presentan ansiedad y en menor cantidad de trabajadores poseen entre adecuada e inadecuada gestión del ocio en tiempos de covid-19 con ansiedad leve. Permitiendo establecer que no existe relación significativa directa entre las variables con un valor “rho” = $-0,152$ ($p=0,283>0.05$).
- Del total de trabajadores de la Unidad Médico Legal III Huancayo la mayoría poseen una gestión del ocio en su dimensión lúdica inadecuada y no presentan ansiedad; la menor cantidad de trabajadores poseen entre adecuada e inadecuada gestión del ocio en su dimensión lúdica con ansiedad leve en tiempos de covid-19. Permitiendo establecer que no existe relación significativa directa entre las variables con un valor “rho” = $-0,058$ ($p=0,685>0.05$).
- Del total de trabajadores de la Unidad Médico Legal III Huancayo la mayoría está en proceso de gestión del ocio en su dimensión deportiva y no presentan ansiedad; la menor cantidad de trabajadores poseen entre adecuada e inadecuada gestión del ocio en su dimensión deportiva con ansiedad leve en tiempos de covid-19. Permitiendo establecer que no existe relación significativa directa entre las variables con un valor “rho” = $-0,175$ ($p=0,214>0.05$).
- Del total de trabajadores de la Unidad Médico Legal III Huancayo la mayoría está en proceso de gestión del ocio en su dimensión festiva y no presentan ansiedad; la menor cantidad de trabajadores poseen entre adecuada e inadecuada gestión del ocio en su dimensión festiva con ansiedad leve en tiempos de covid-19. Permitiendo establecer que no existe relación significativa directa entre las variables con un valor “rho” = $-0,082$ ($p=0,562>0.05$).
- Del total de trabajadores de la Unidad Médico Legal III Huancayo la mayoría está en proceso de gestión del ocio en su dimensión creativa y no presentan ansiedad; la menor cantidad de trabajadores poseen entre adecuada e inadecuada gestión del ocio en su dimensión creativa con ansiedad leve en tiempos de covid-19. Permitiendo establecer que no existe relación significativa directa entre las variables con un valor “rho” = $-0,096$ ($p=0,496>0.05$).
- Del total de trabajadores de la Unidad Médico Legal III Huancayo la mayoría está en proceso de gestión del ocio en su dimensión ecológica y no presentan ansiedad; la menor cantidad de

trabajadores poseen entre adecuada e inadecuada gestión del ocio en su dimensión ecológica con ansiedad leve en tiempos de covid-19. Permitiendo establecer que no existe relación significativa directa entre las variables con un valor “rho” = 0.148 ($p=0.294>0.05$).

- Del total de trabajadores de la Unidad Médico Legal III Huancayo la mayoría está en proceso de gestión del ocio en su dimensión solidaria y no presentan ansiedad; la menor cantidad de trabajadores poseen entre adecuada e inadecuada gestión del ocio en su dimensión solidaria con ansiedad leve en tiempos de covid-19. Permitiendo establecer que no existe relación significativa directa entre las variables con un valor “rho” = 0.065 ($p=0.645>0.05$).

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. Organización Mundial de la Salud. OMS-Health. [Online].; 2019 [cited 2021 Setiembre 22. Available from: https://www.who.int/es/emergencias/diseases/novel-coronavirus-2019?gclid=CjwKCAjw49qKBhAoEiwAHQVTowPoxqUBM2QmUbTYoydbJ3pb-WlqaPHejvLs6PICR-kqjdQYzqYLFBoCUagQAvD_BwE.
2. Organización Mundial de la Salud. Alocución de apertura del Director General de la OMS en la rueda de prensa sobre la COVID-19 celebrada el 11 de marzo de 2020. In Alocución de apertura; 2020; Ginebra. p. 24.
3. Ore maldonado J. ansiedad por el covid-19 y bienestar psicológico en personas adultas del distrito de Ate Vitarte. Tesis. Lima: Universidad San Martín de Porres., Escuela Profesional de Psicología; 2021. Report No.: 1.
4. Fontcuberta M. Educación en medios en Chile: un desafío pendiente. Primera ed. Chile: Instituto de Prensa; 2007.
5. García Cué JL, Santizo Rincón JA. Análisis de la relación entre la gestión del tiempo libre, el ocio y los estilos de aprendizaje. *Estilos de Aprendizagem*. 2010 Abril; 3(5): p. 1,2.
6. Sánchez Tovar L, Jurado L, Simões Brasileiro MD. Después del trabajo ¿qué significado tiene el ocio, el tiempo libre y la salud. *Paradigma*. 2013 Junio; 31(51).
7. Lujan MJ. Ocio: una nueva perspectiva desde lo psicológico. Tesis de maestría. Mendoza, Argentina: Universidad del Aconcagua, Facultad de Psicología; 2018. Report No.: 1.
8. Lazo De La Vega Lizarraga A. Nivel de ansiedad y depresión debido al confinamiento por covid-19 en adolescentes del 4to año de secundaria del colegio Nuestra señora de Fátima. Tesis. Arequipa: Universidad Nacional de San Agustín de Arequipa, Facultad de Medicina; 2021. Report No.: 1.
9. Ocas Rodríguez LI. Estrés, ansiedad y depresión en el personal de salud del primer nivel de atención durante la pandemia de covid-19. Lima, 2020. Tesis de Especialidad. Lima: Universidad Peruana Cayetano Heredia., Facultad de Medicina.; 2021. Report No.: 1.
10. Kerlinger FN. Enfoque conceptual de la investigación del comportamiento. 2nd ed. México : Interamericana; 2002.
11. Hernández Sampieri R,CFCaPBL. Metodología De La Investigación: Mexico D.C: McGraw-Hill.; 2014.
12. Tamayo. M. El proceso de la investigación científica. México. 4th ed. editores N, editor. Mexico: Limusa; 2000.
13. Hamilton M. Aidynè - Centro de Asistencia, Docencia e Investigación Psiconeurocognitiva. [Online]. [cited 2020 Octubre 29. Available from: <https://www.aidyne16.tizaypc.com/contenidos/contenidos/4/ENPSFicha4-4.pdf>.
14. Goytia A. Los rostros de Ulyses. Modelo para el análisis de turistas en función de la experiencia de ocio. 1st ed. Müller. D, editor. Germany.: VDM Verlag ; 2008.