

UNIVERSIDAD RICARDO PALMA

FACULTAD DE PSICOLOGÍA



**DISCRIMINACIÓN SEXISTA Y PERCEPCIÓN GLOBAL DE
ESTRÉS EN MUJERES DE LIMA METROPOLITANA**

TESIS

**Para obtener el Título Profesional de
Licenciado en Psicología**

Autor: Rodrigo Albitres Vidal

Asesor: Dr. William Jesús Torres Acuña

Lima – Perú

2019

Dedicatoria

A mis padres, a mi hermana, a mi hermano y mis queridos amigos que siempre estuvieron ahí...a lo largo de mi desarrollo como psicólogo

Reconocimiento

A los profesores que me ayudaron a lo largo del desarrollo de mi tesis, a sus consejos y guía que enriquecieron el fondo de la misma. Y a las participantes que me permitieron recabar cómo estas variables las afectan en su día a día.

INTRODUCCIÓN

La realidad sexista en el Perú es un fenómeno social que en la actualidad se encuentra en el foco de atención de las masas. Es una realidad que afecta a mujeres, principalmente. Ante la frecuencia de su ocurrencia y sus raíces culturales es necesario corroborar dichos hechos observables mediante la investigación. Las ciencias que tienen voz en este tema son la Antropología, Sociología y Psicología. Desde el punto de vista de esta última discurrirá la presente tesis de investigación. Dentro de un plano estadístico y objetivo ¿qué consecuencias trae el sexismo a la mujeres de nuestro país? ¿qué se ha hecho desde la academia para identificarlo? Mi trabajo busca esbosar el marco teórico de base para futuras investigaciones sobre sexismo desde la Psicología y, poner a prueba la existencia de una relación bidireccional entre la discriminación sexista y la percepción global de estrés en mujeres de Lima Metropolitana. Mi intención complementaria es evidenciar la necesidad de conocer y educarnos sobre este tema que cada vez más va ganando exposición a nivel nacional en forma de rechazo ante el uso de discriminación sexista y la negación de ocurrencia de la misma.

En el capítulo 1 se plantea la problemática peruana con respecto a estas dos variables, consignándose investigaciones a nivel del estrés y dando un paneo general sobre la situación sexista social que enfrentan las mujeres.

En el capítulo 2 se desarrolla todo el cuerpo teórico que describe las teorías explicativas del surgimiento de ambas variables. Se hace una revisión histórica en donde se incluye la pertinencia e importancia de cada una.

En el capítulo 3 se plantean conjeturas y suposiciones extraídas de la teoría para conformar las hipótesis a probar junto a la contrastación de datos estadísticos.

En el capítulo 4 se explica el razonamiento detrás de la elección de los instrumentos de medición, la elección de los participantes del estudio y las limitaciones encontradas.

En el capítulo 5 se muestran los resultados tabulados luego de la aplicación psicométrica, en donde se subdividen por factores junto a su respectiva correlación de Pearson.

Por último, en el capítulo 6 se describen las conclusiones a las cuales llegó el estudio y qué recomendaciones se puede aplicar para generalizar dichos resultados.

ÍNDICE

Dedicatoria.....	III
Reconocimiento	IV
INTRODUCCIÓN	1
CAPÍTULO I	7
Planteamiento del Estudio	7
1.1 Formulación del problema	7
1.2 Delimitación de objetivos.....	10
1.2.1 Objetivo General:	10
1.2.2 Objetivos Específicos:	10
1.3 Importancia y justificación del estudio	11
1.4 Limitaciones del estudio.....	11
CAPÍTULO II	12
Marco Teórico.....	12
2.1 Marco Histórico.....	12
2.2 Investigaciones relacionadas con el tema	20
2.3 Bases teórico-científicas del estudio.....	23
2.3.1 Bases teórico-científicas sobre el Sexismo	23
2.3.1.1 Sexismo	23
2.3.1.2 Violencia contra la mujer.....	23
2.3.1.3 Discriminación Sexista	24
2.3.1.3.1 Sexismo Ambivalente.....	25
2.3.2 Bases teórico-científicas sobre el estrés.....	29
2.3.2.1 Estrés como estímulo.....	29
2.3.2.2 Estrés como respuesta.....	30
2.3.2.3 El estrés como proceso	32
2.3.2.3.1 Características de las situaciones estresantes	33
2.3.3 Bases teórico-científicas sobre las interpretaciones cognitivas	34
2.4 Definición de términos básicos.....	36
2.4.1 Discriminación sexista.....	36
2.4.2 Estrés	36
2.4.3 Sexo.....	36

CAPÍTULO III.....	37
Hipótesis y Variables	37
3.1 Supuestos científicos básicos.....	37
3.2 Hipótesis.....	38
3.2.1 Hipótesis general	38
3.2.2 Hipótesis específicas	38
3.3 Variables de estudio o áreas de análisis	38
3.3.1 Variable a correlacionar:	38
CAPÍTULO IV.....	39
Método.....	39
4.1 Población, muestra o participantes	39
4.2 Tipo y diseño de investigación	40
4.3 Técnicas e instrumentos de recolección de datos.....	41
4.3.1 Fichas Técnicas	41
4.3.1.1 Ficha Técnica del Inventario de Eventos Sexistas (SSE)	41
4.3.1.2 Ficha Técnica de la Escala de Percepción Global del Estrés (EPGE)	41
4.4 Procedimiento y técnicas de procesamiento de datos	42
CAPÍTULO V.....	43
Resultados.....	43
5.1 Presentación de datos	43
5.2 Análisis de datos.....	44
5.2.1 Análisis estadístico referido al objetivo general	44
5.2.1.1 Prueba de Bondad de ajuste	45
5.2.1.2 Resultado de la correlación entre la discriminación sexista y el estrés	45
5.2.2 Análisis estadístico referido a los objetivos específicos.....	46
5.2.2.1 Resultado de la correlación entre el factor degradación sexista y el estrés	46
5.3 Análisis y discusión de resultados	48
CAPÍTULO VI.....	51
Conclusiones y recomendaciones.....	51
6.1 Conclusiones generales y específicas	51
6.2 Recomendaciones.....	51
6.3 Resumen.....	52
6.4 Abstract	53

REFERENCIAS.....	55
ANEXOS	62
1. Consentimiento informado	62
2. Pruebas psicométricas	63
2.1 Inventario de Eventos Sexistas a lo largo de la vida (SSE-LM)	63
2.2 Escala de Percepción Global del Estrés para universitarios (Guzmán, EPGE - 2015)	64
3. Validación por jueces	65
4. Alfa de Cronbach	66

ÍNDICE DE TABLAS

Tabla 1. Intervalos de frecuencia de los puntajes de la EPGE	40
Tabla 2. Estadísticos descriptivos de frecuencia.....	43
Tabla 3. Intervalos de frecuencia de los puntajes del SSE-LM.....	44
Tabla 4. Prueba de Bondad de ajuste en las Escalas de discriminación sexista y Estrés de Kolmogorov-Smirnov	45
Tabla 5. Correlaciones momento-producto de Pearson entre la Discriminación Sexista y el Estrés 46	
Tabla 6. Correlaciones momento – producto de Pearson entre la Degradación sexista y sus consecuencias, y el Estrés	46
Tabla 7. Correlaciones momento – producto de Pearson entre la Discriminación sexista en relaciones distantes y el Estrés	47
Tabla 8. Correlaciones momento – producto de Pearson entre el factor de Discriminación sexista en relaciones cercanas y el Estrés	47
Tabla 9. Correlaciones momento – producto de Pearson entre el factor de Discriminación sexista en el trabajo y el Estrés	48
Tabla 10. Validación por jueces con respecto a la Calidad de Redacción.....	65
Tabla 11. Validación por jueces con respecto a la Medición de la Variable de Estudio	65
Tabla 12. Estadísticos descriptivos con respecto al Alfa de Cronbach del SSE-LM.....	66
Tabla 13. Estadísticos Total-Elemento con respecto al Alfa de Cronbach si se elimina el elemento del SSE-LM	66

CAPÍTULO I

Planteamiento del Estudio

1.1 Formulación del problema

En la actualidad el estilo de vida refleja la forma cómo se vive en esta sociedad: caótica, desordenada, cambiante. Inmersa en dicha realidad, surge el estrés de nuestros días. No importa el género, la edad, la situación económica ni la orientación sexual, todos en algún momento podemos llegar a sufrir un episodio de este tipo.

El estrés se caracteriza por impactar de manera negativa la vida de la persona, afectándole en su día a día, yendo desde episódico hasta crónico. Es un problema actual y con repercusión a nivel mundial. Asimismo, se expresa tanto en mente y cuerpo, generalmente por un desajuste social reforzado por altas tensiones y presiones. En otras palabras, es de carácter biopsicosocial, por ende, de difícil abordaje.

Según un documento del Instituto de Análisis y Comunicación “Integración” (2015), el 58% de peruanos sufre de estrés. Las causas, evidentemente son diversas, pero resalta el alto porcentaje de problemas económicos que desatan dicho mal (64%). Lo anterior se corrobora al notar que a partir de los 25 años los niveles de estrés se duplican en

la intensidad más alta, ya que a partir de esta edad las personas comienzan a recibir más responsabilidades, tanto sociales como laborales y económicas.

Por otro lado, según el mismo estudio las mujeres peruanas muestran un mayor porcentaje de estrés llegando casi a doblar el porcentaje de los varones en la intensidad más alta (32%). Seguidamente, según un documento del Instituto de Análisis y Comunicación “Integración” (2015) la tendencia de género también se mantiene en el estudio realizado por la Asociación de Psiquiatría Americana (APA, 2011; citado por Instituto de Análisis y Comunicación “Integración”, 2015), en donde se encontró que las mujeres además de sufrir más estrés también reportan un mayor impacto en su salud mental y física. Por consiguiente, no es sorprendente relacionar los niveles altos de estrés en mujeres con su tendencia a padecer un porcentaje mayor de trastornos de ansiedad y depresión, según el Director de Salud Mental del Ministerio de Salud (MINSA), el Dr. Yuri Cutipé.

Las razones para esta diferencia pueden ser varias, pero es factible pensar que la sociedad influya en la percepción negativa para las mujeres. Fuller (2012) afirma que los estereotipos más marcados son ver a la mujer como un complemento a lo largo de la vida del hombre, en donde ella no puede ser protagonista de la suya, está sujeta al rol de madre o de ama de casa sin tomarse en cuenta sus proyectos personales, las oportunidades laborales y los salarios no son los equivalentes con respecto al de los hombres. Asimismo, los hallazgos de Oblitas (2009) corroboran lo expuesto. Las personas entrevistadas encasillaban a las personas según el sexo. Esperaban un rol de madre por parte de la mujer y un rol autoritario por parte del hombre, por ejemplo. Por otro lado, Barrig (1982) postula que a la mujer se le imponen barreras ideológicas, las cuales asume como ciertas. Afirma que a lo largo de sus vidas se han ido auto-saboteando. Por ejemplo, en las relaciones

interpersonales le han brindado un peso desmedido a la pareja y a los hijos, siendo el amor tratado como un idealismo; en la vida pública sus derechos se han visto disminuidos; y en la vida íntima, su expresión sexual se ha visto sujeta a escrutinio, a ser mal visto y en extremos al rechazo social.

Egg, Zamboni, Yáñez, Gissi y Dussel (1972) también exponen la inequidad en las demandas y roles sociales. Socialmente es aceptado que la mujer pierda la iniciativa e independencia en pos del hombre; sin embargo, esa aceptación no se da de manera consciente ya que se encuentra enmascarada como un ideal a la que la mujer debe aspirar. Sin ello, dicha persona nunca podrá verdaderamente “ser”. También plantean que la mujer está alienada. En otras palabras, se le demanda la realización de acciones que no le son propias ni son esenciales para su existencia; se le trata como un objeto erótico para satisfacción del hombre; como “solo” una ama de casa, en donde otra vez se espera que esté al servicio del hombre y/o hijos. Asimismo, la opresión no solo se expresa dentro de casa. Los autores plantean que es multidimensional, abarcando los ámbitos culturales, económicos y políticos. Como se ve, la sociedad sexista, entre muchas cosas exigencias, impone estereotipos, roles y presiones al género que a lo largo de la historia occidental ha sido disminuido: el femenino.

Estas exigencias generan estrés en las mujeres, siendo necesario pensar en la posibilidad de su estudio. Por ello, el problema de la presente investigación puede plantearse de acuerdo a la siguiente interrogante:

¿Cuál es la relación entre el nivel de discriminación sexista y el nivel de percepción global de estrés en un grupo de mujeres entre 20 a 30 años de edad de los distritos de Santiago de Surco, Miraflores y Villa María del Triunfo?

1.2 Delimitación de objetivos

1.2.1 Objetivo General:

- Determinar la relación entre el nivel de discriminación sexista y el nivel percepción global de estrés en un grupo de mujeres entre 20 a 30 años de los distritos de Santiago de Surco, Miraflores y Villa María del Triunfo.

1.2.2 Objetivos Específicos:

- Determinar la relación entre el nivel de discriminación referida a la degradación sexista y sus consecuencias, y el nivel de percepción global de estrés en un grupo de mujeres entre 20 a 30 años de edad de los distritos de Santiago de Surco, Miraflores y Villa María del Triunfo
- Determinar la relación entre el nivel de discriminación sexista en relaciones distantes y el nivel de percepción global de estrés en un grupo de mujeres entre 20 a 30 años de edad de los distritos de Santiago de Surco, Miraflores y Villa María del Triunfo.
- Determinar la relación entre el nivel de discriminación sexista en relaciones cercanas y el nivel de percepción global de estrés en un grupo de mujeres entre 20 a 30 años de edad de los distritos de Santiago de Surco, Miraflores y Villa María del Triunfo.

- Determinar la relación entre el nivel de discriminación sexista en el trabajo y el nivel de percepción global de estrés en un grupo de mujeres entre 20 a 30 años de edad de los distritos de Santiago de Surco, Miraflores y Villa María del Triunfo.

1.3 Importancia y justificación del estudio

De acuerdo con documentos del Instituto de Análisis y Comunicación “Integración” (2015), las mujeres peruanas puntúan más alto en los niveles de estrés respecto a los hombres. Fuller (2012) y Oblitas (2009) ponen en evidencia las diferencias en los roles masculinos y femeninos inmersos en una sociedad machista. Ello estaría aumentando las responsabilidades sociales y laborales que se le atañen a las mujeres.

La presente investigación corroborará la relación entre el sexismo percibido y la percepción de estrés, lo que a su vez daría la posibilidad de crear un precedente que explique la existencia de mayor incidencia de estrés en la mujer. Asimismo, los resultados ayudarán a crear una mayor conciencia con respecto al sexismo que le afecta, dando la oportunidad de educar a la sociedad para disminuir la percepción de atribuir las características negativas a la mujer.

1.4 Limitaciones del estudio

Con respecto a las limitaciones del estudio, una es la referida a la generalización de los resultados y la otra corresponde a la invarianza interna. El primero se da por que las conclusiones solo pueden ser aplicadas a participantes con características similares a la muestra estudiada. La segunda corresponde a las respuestas perseverativas, las que pueden influir en la imprecisión de los datos a ser utilizados.

CAPÍTULO II

Marco Teórico

2.1 Marco Histórico

2.1.1 Marco Histórico sobre el Sexismo

Ramos (1951) plantea una explicación cultural al perfil del mexicano de los años 50's. Directamente no habla del sexismo, pero sienta las bases para una teoría explicativa. Ramos introduce el tema hablando sobre cómo la cultura mexicana ha llegado a ser lo que es. En primer lugar, expone la necesidad de resaltar que dicha cultura no es “de primera mano”, es decir original. Hace alusión a la conquista europea y cómo esta es la base para el perfil del mexicano: el ser forzados a vivir en una cultura derivada, embebida con la espiritualidad y costumbres europeas. A lo largo de su historia republicana, el mexicano se ha ido alimentando de la cultura europea. Interesándose por ella, apreciando sus costumbres y, por último, queriendo adoptar rasgos marcados de dicha cultura a expensas de la imitación. La figura se agrava cuando las personas empiezan a despreciar su real patria, cuando empiezan a rechazar sus propias costumbres y formas, queriendo reemplazarlas por el “modo extranjero”. Esto genera la “autodenigración” planteada por Ramos. Sin embargo, el mexicano al estar inmerso inevitablemente en el país que lo vio nacer desarrolla un

sentimiento de inferioridad al no poder desarraigarse de lo que rechaza. Como aliciente se tiene el término de “imitación” definido por el autor, el cual se refiere a un mecanismo psicológico de defensa. La imitación aparece en el mexicano que rechaza sus raíces como una validación hacia su accionar y pensar. Si ve que no es el único en denigrar sus costumbres estará más propenso de imitar dicha realidad en su vida. Inclusive, al perder significado de su propia cultura se puede caer en depresión por falta de significado espiritual. Es decir, el imitar a otras se transforma en una droga excitante que sirve para aliviar dicho desarraigo profundo. Ramos (1951) da énfasis al aspecto histórico con respecto a la autodenigración y a la imitación. Plantea que a lo largo de la historia los cambios profundos siempre devienen de grandes necesidades sociales; asimismo, en la historia cada momento tiene su fecha para no volver a repetirse. Es decir, el pasado se transforma en un presente siempre nuevo. He aquí su crítica con respecto a la historia mexicana. A lo largo de los tiempos los personajes predicando las respuestas que aclamaba el pueblo siempre han sido los mismos. Las necesidades profundas se repetían, las soluciones y sus actores, también. Ello quiere decir que existe una falta de valorización de la propia cultura: de los errores no se ha aprendido. Ante la ceguera de la imitación y de la autodenigración se ha impuesto lo cíclico y prestado. Asimismo, plantea un perfil de persona mexicana inmersa en un complejo de inferioridad al no poder desarrollar su cultura tanto como las europeas. Por ello, la lleva a adoptar rasgos de las mismas, como por ejemplo el sexismo. El sexismo surge para compensar la falta de seguridad individual al no poder llegar a alcanzar los logros de la cultura que se intenta replicar. Asimismo, el autor explica que este complejo se expresa en acciones involuntarias, formando así los rasgos caracterológicos de cada persona. Se expresa como vanidad, desprecio, altanería, retraimiento, celos, desconfianza; y, por otro lado, el atrevimiento, cinismo, falsa

valentía, excesiva humildad y timidez. En su mayoría estas acciones reafirman al individuo a costa de los demás, lo que refuerza el individualismo, disminuye el nacionalismo, la solidaridad, la cooperación, la colectividad e incrementa la ambición de poder de las personas. En otras palabras, los hechos, las ideas y las personas son vistas desde la óptica de lo “superior” e “inferior”, tanto en los grupos mayoritarios como en los minoritarios, como en los ámbitos públicos y privados, y hasta en los círculos familiares y sociales. Imitar las formas de la civilización europea causa un sentimiento de privilegio: sentirse superior al resto de mexicanos. Aquello también sienta las bases para el sexismo, ya que al hombre y a la mujer se les ve como superior e inferior, respectivamente. Para ejemplificar el prototipo del mexicano Ramos (1951) recurre a describir al que él llama “pelado”. Es una persona que lleva su alma al descubierto, de ahí su nombre; se jacta de sus impulsos, pertenece a la clase baja de la gran ciudad, proyecta resentimiento por tenerlo todo cuesta arriba, es de naturaleza explosiva, de lenguaje grotesco, agresivo por elevar el tono de su “yo” deprimido, es dominante ante su familia y siempre busca una nueva manera para reforzar su sentido de “macho”.

Complementando esta visión se encuentran a Hill, Back y Stykos (1955) quienes estudiaron los factores influyentes del control de natalidad en la población de Puerto Rico alrededor de los años 50. La presente tiene importancia histórica debido a la similitud de la realidad puertorriqueña y peruana, por ello, sus resultados son aplicables. Su investigación partió desde una realidad aparentemente alentadora: la información para el control de la natalidad estaba generalizada y las objeciones religiosas con respecto a su uso se encontraban en una minoría. A pesar de ello el promedio de hijos era de seis por pareja, lo cual llamó su atención. El enfoque descriptivo utilizado en la presente investigación parte

de la unidad familiar (esposa y esposo) y utiliza como esquema base a la interacción de los mismos. Recabar información sobre la unidad familiar les permitieron observar su grado de planificación, selección y acción con respecto al control de natalidad. Así como también, centrarse en su interacción permitió ver su dinámica, afronte de problemas de tamaño y control de fertilidad. La presente visión de la década de los 50's toma en cuenta el contexto de residencia, movilidad, educación y sus efectos en la procreación, pero principalmente hace hincapié en las acciones individuales de cada una de las partes. En este apartado influyen los valores personales y la capacidad individual y de pareja para resolver situaciones problemáticas. Los investigadores plantean que la clave es adquisición de un sistema de valores modernos desapegados de los parámetros tradicionales. El grado de autonomía de la esposa y el grado de dominación masculina influye en el tamaño de la familia, la cual en definitiva recae directa o indirectamente en la decisión del hombre. Asimismo, encontraron que el nivel de autonomía y de dominación se ven dictados por el sistema de valores adquiridos por ambos individuos, lo cual a su vez influencia en las actitudes específicas sobre el tamaño de la familia y la accesibilidad de información. Dan a entender que los sistemas de valores rígidos, por ejemplo, el sexismo, influye negativamente en la planificación parental. En otras palabras, ante un sistema sexista de valores la mujer tendrá menos probabilidades de decidir o de emitir una opinión con respecto al tamaño de su propia familia y tendrá menos recursos e incentivos para acceder a información con respecto al control de natalidad. Lo que en definitiva disminuye el éxito de una planificación familiar efectiva.

Giraldo (1972) realiza un estudio sobre el sexismo en Colombia. Encuentra que el medio de expresión es la cultura y la raíz, un complejo de inferioridad masculino. El autor

explica que principalmente se expresa mediante la exageración de las características masculinas y la creencia de superioridad del hombre. En el primer apartado se encuentra la heterosexualidad, caracterizada por la necesidad de su constante validación, existe una constante necesidad de validar los logros sexuales que demuestren su potencia sexual; también, la demostración de agresividad junto a la no expresión emocional son constructos que predominan en el perfil de hombre de la década de los 70's en Colombia. Culturalmente hablando, el adolescente no es considerado “macho” hasta cumplir mínimamente con estos requisitos.

Con respecto al segundo, el autor describe una necesidad de creación de una familia, de ser el proveedor de educación y brindarles sostén. Se siente superior al creer que la creación de una familia asegura la permanencia de la mujer. Inclusive, dichos parámetros culturales son adquiridos por la mujer expresándose en la tolerancia hacia las conductas previamente expuestas. La necesidad sexual desmedida del hombre es tolerada mediante la espera de sus infidelidades y la superioridad, mediante la concesión de las decisiones de natalidad al marido. La transmisión de estos parámetros depende de la relación padre e hijo, ya que mediante su crianza y educación el niño puede acoger los rasgos conductuales y de pensamiento del padre. Por último, la raíz psicológica se encuentra en el complejo de inferioridad propuesto por Ramos (1951), el cual fue descrito anteriormente. Ambas variables combinadas por su transmisión generacional convierten al sexismo en un ciclo psico-cultural.

Por otro lado, con respecto a la realidad peruana referente al sexismo, Fuller (1998) cita a diversos autores en donde concluye que en el Perú su expresión es más compleja y difusa de la que se podría evidenciar a simple vista. Por un lado encuentra el autoritarismo

masculino y por el otro el matriarcado femenino. Seguidamente, resalta que estas dos variables se suscitan en ambos sexos, pero con matices diferentes con respecto a la clase social a la que pertenecen. Por ejemplo, en las clases altas el sexismo se expresa de forma patriarcal en donde los valores más importantes son la responsabilidad y el trabajo; en cambio en clases medias, se valora más la socialización y la satisfacción sexual, de donde se desprende una relación de inseguridad de la virilidad masculina ante la búsqueda de dichos reconocimientos. Estos hallazgos se corroboran con una investigación transversal realizada con tres generaciones de peruanos, en donde, se concluye que durante las décadas del 40 y 50 el valor de la masculinidad era reflejo del reconocimiento de la sexualidad de la esposa y la importancia de la paternidad; en cambio en las décadas del 60 y 70 se valora la impulsividad, autoritarismo y la protección.

También, Arrunátegui (2017) expone la actualidad del sexismo en el Perú con respecto a la separación conyugal, en donde, encontró factores influyen negativamente al momento en que las mujeres deciden iniciar la separación: dependencia económica, estatus social, raza, nivel de educación y creencias estereotipadas sobre el amor romántico.

Seguidamente, Allport (1954) habla sobre los prejuicios hacia la mujer. Enfocó su observación en la formación de la unidad de grupo, proponiendo la familiaridad como concepto clave. Ante la exposición constante de conductas, costumbres y formas de pensar dentro de un grupo, la familiaridad se vuelve un valor para el individuo. Asimismo, es esencial remarcar su alcance psicológico al brindar una base indispensable para la existencia individual. Desde la edad de cinco años, el niño muestra lealtad hacia su grupo. No podrá llegar a contar con un entendimiento completo, pero sabe de qué grupos es miembro. No es hasta la edad de nueve años que es consciente de sus alineamientos y

cuáles otros grupos existen. Dicha conformación de grupo se da principalmente por la felicidad que este trae al individuo, el nivel de identidad y los beneficios que ser miembro conlleva. Allport utiliza todos estos conceptos para definir a la unidad de grupo, la cual parte desde la familia, específicamente, los hijos. Se espera que tengan las lealtades y prejuicios de los padres. Con respecto a la unidad de grupo sobre el sexo, Allport refiere discriminación hacia la mujer al ser catalogadas como “niños grandes”, personas sin sentido de justicia, vanidosas y amorosas. Afirma que estos prejuicios tienen como base la denigración y la sobre-generalización. Concluye que estos dos ingredientes aportan al sentido de unidad de grupo si son impuestos en otro. Siguiendo la misma línea de pensamiento, Zubieta, Beramendi, Sosa y Torres (2011) señalan que Allport en 1962 definió al sexismo como un prejuicio que disminuye a la mujer y las etiqueta de manera negativa (irracional y vanidosas). Asimismo, se esperaba que se ocuparan de la organización de la casa, de la familia y también de temas relacionados con el romance. De aquí se desprende una connotación explícita del sexismo. Ello muestra que no tuvo una visión global del problema de discriminación ya que también existe un sexismo implícito y más invisible. Cabe señalar que Dovidio, Hewstone, Glick y Esses (2010), afirman que la estructura social del modelo de prejuicio de Allport (1954 y 1979) puede cambiar si la persona supera la negatividad de entrada y muestra en acciones lo contrario a un prejuicio dado, de esta manera reduciendo las creencias y actitudes prejuiciosas hacia la persona.

Por otro lado, Fuller (2012) estudió la masculinidad latinoamericana desde una perspectiva de género, generando una descripción y explicación de su psique desde un enfoque social. La autora da cuenta de un cambio social a partir de la década de 1970 en donde grupos feministas deconstruyeron una parte del patriarcado: el falocentrismo. Este

constructo estaba inmerso en la cultura occidental expresada en el ideal de lo masculino como modelo de la humanidad. Fuller recalca que este modelo parte desde la expresión sexual hasta los estereotipos en los que se encasilla tanto la mujer como al hombre. Parte su análisis desde dos polos en la construcción social de lo masculino: hegemonía y dependencia. El hombre es hegemónico porque al buscar una posición en donde pueda subordinar a otros, y es dependiente ya que solo corroborará su masculinidad al compararse con otros. Los requisitos esperados para ser hombre son la demostración de fuerza, una hipersexualidad, fundar una familia y ejercer autoridad sobre ella. Y, quienes refuerzan este estereotipo principalmente son ellos mismos. Asimismo, plantea que el origen de toda esta construcción social se acentuó en la sociedad colonial. Afirma que la dominación étnica, racial y de clase alcanzaron niveles altos con respecto a lo que acontecía en España o en las culturas nativas. Ello propició una imposición de lo masculino ante lo femenino, dejándola minimizada. Por último, afirma que la identidad masculina del peruano se divide en tres niveles: natural, doméstico y público. Con respecto al nivel natural, la autora lo define como la posesión innata e inamovible de los órganos sexuales y fuerza física, los cuales se convertirán en sexualidad activa y fortaleza (vigor y valentía). Luego, tras ser transformados por la cultura, estos constructos se convierten en lo que se conoce como “hombría”. La “hombría” se relaciona con los niveles restantes. Por ejemplo, con respecto al nivel doméstico el entorno familiar es el que refuerza y reproduce esta visión ideal del rol de hombre, en donde se espera que él funde una propia a futuro. Por consiguiente, llegar al matrimonio es un paso esperado en la vida del hombre para llegar a tener un desarrollo pleno. Es aquí en donde toma importancia el nivel público, ya que complementa a lo doméstico, demostrando la relación o el matrimonio que el hombre tiene considerándose un jefe de familia: el eje de un nuevo núcleo social.

2.2 Investigaciones relacionadas con el tema

2.2.1 Investigaciones relacionadas con Sexismo

Barrig (1982), realizó una recopilación testimonial de tres mujeres pertenecientes a la clase media peruana, en donde muestra la expresión machista de aquella época. Desde el sentido de la pérdida de libertad por matrimonios forzados, pasando por dependencia emocional, los atisbos de depresión, la carencia afectiva y el autodescubrimiento de la sexualidad de cada mujer, la autora llega a dilucidar las verdaderas metas y sueños de cada una, en donde se demuestra que su consecución solo depende de ellas, ya que el entorno las juzga por tal iniciativa e independencia.

Sardenberg (2012) realizó un estudio sobre cómo el desarrollo de la cultura en múltiples maneras afecta al rol de género de la mujer y cómo ella se enfrenta al sexismo actual. Los resultados señalan que es clave enfrentar las ideas patriarcales, estereotipadas de la mujer para hacer prevalecer los derechos igualitarios que se merecen las mujeres. El sentido de unidad y de identificación con la causa son claves para generar un pensamiento transformador que en definitiva logre re-estructurar los roles de género y promueva la igualdad de género.

2.2.2 Investigaciones relacionadas con Estrés

Barraza, Martínez, Silva, Camargo y Antuna (2011) realizaron un estudio exploratorio con el fin de identificar los estresores académicos y si existe alguna relación de los mismos con el género. Se utilizó el Inventario de Estresores académicos en 93 alumnos de una universidad de México, en donde se encontró que las principales causas responden

al locus de control externo. Asimismo, no se identificaron diferencias con respecto al género.

Cabanach, Fariña, Freire, González y Del Mar (2013), realizaron una investigación sobre posibles diferencias significativas entre sexos en el afrontamiento de situaciones académicas estresantes. La muestra estaba compuesta por 2102 estudiantes universitarios de diversos ámbitos de conocimiento (Educación, Ciencias de la Salud, Ciencias Jurídico-Sociales y Ciencias Técnicas), 647 hombres y 1455 mujeres, con edades comprendidas entre los 18 y los 51 años. Los resultados muestran que los hombres utilizan mayormente estrategias de reevaluación positiva y planificación para enfrentar situaciones académicas problemáticas, mientras que las mujeres optan fundamentalmente por la búsqueda de apoyo.

Perry, Harp y Oser (2013) realizaron una investigación sobre la relación entre estresores sociales (discriminación racista y de género) y la vulnerabilidad ante estresores individuales. Los resultados encontraron que ambos tipos de discriminación aumentan el riesgo hacia una mala salud y un mal bienestar.

Bedoya, Matos y Zelaya (2014), realizaron una investigación con respecto a los niveles de estrés, manifestaciones psicosomáticas y estrategias de afrontamiento en un grupo de 187 universitarios. Para ello se utilizó el test de SISCO para estrés académico, en donde se encontró que las estrategias de afrontamiento más utilizadas son la implementación de un plan y el uso de la asertividad. Paralelamente, se encontró que el 77.54% de estudiantes padece de estrés alto, siendo las causas más comunes, la sobrecarga

de trabajos y evaluaciones de los profesores. Asimismo, se encontró que los varones presentan niveles de estrés más bajos con respecto a las mujeres.

Terán (2014) compara la percepción de estrés en dos grupos diferenciados por las asignaturas que cursan. Se encontró que los estudiantes en cursos más exigentes evidenciaban 2.96 veces más estrés, en donde el género no cumplía un rol diferenciador como en las investigaciones anteriores. Cabe resaltar que la muestra está conformada por 222 estudiantes de la Escuela de Odontología y que el instrumento para la recogida de información fue el cuestionario Dental Environment Stress modificado.

Bonilla, Delgado y León (2015) realizaron una investigación sobre los niveles de estrés en estudiantes de Odontología. Se aplicó el Cuestionario de Evaluación de estrés dental y del medio ambiente (DES30) a 198 alumnos de la escuela encontrándose que un 53% sufren de estrés moderado, 23.7% estrés alto y 23.2% un nivel bajo. Asimismo, se encontró que el estrés afecta más a las mujeres con un 67.4% de prevalencia. Así como también se evidenció que este género muestra un estrés alto en 60.1% del total.

Segura y Pérez (2016) señalan que se realizó un estudio sobre los niveles de estrés en mujeres con hijos y sin hijos. Los elementos de comparación fueron el cortisol, la adrenalina y la noradrenalina (hormonas asociadas al estrés). Se encontró que las mujeres con hijos presentan mayores niveles de estrés durante las 24 horas del día en comparación con quienes no tienen descendencia.

2.3 Bases teórico-científicas del estudio

2.3.1 Bases teórico-científicas sobre el Sexismo

2.3.1.1 Sexismo

Calder-Dawe y Gavey (2016) definen al sexismo como el acto de discriminar a una persona por su sexo. El término se utiliza para describirla en ambos sexos; sin embargo, por la coyuntura social se utiliza usualmente para describir la discriminación hacia mujeres tan solo por el hecho de serlo. Asimismo, Zubieta et al. (2011) leyó a Allport, quien en 1962 definió al sexismo como un prejuicio que disminuye a la mujer y las etiqueta de manera negativa. Actualmente, gracias a Glick y Fiske (1996) se sabe que dicho prejuicio no sólo se expresa de manera directa (explícito) sino también, de forma indirecta (implícito). Más adelante se desarrollarán dichos conceptos.

2.3.1.2 Violencia contra la mujer

La Organización de las Naciones Unidas (ONU, 2006) emitió una investigación sobre la violencia contra la mujer en donde la define como todo acto de violencia en contra del sexo femenino que resulte o pueda resultar (amenazas) en un daño o sufrimiento tanto físico, sexual o psicológico de forma pública o privada. En documentos emitidos por la Health and Human Rights Info (2014) se corrobora dicha definición al ser descrita como una gama amplia de actos u amenazas que generan daño físico, psicológico y sexual en contextos formales e informales (hogar, comunidades, trabajo). Seguidamente, documentos de la ONU (2006) incluyen a la violencia contra la mujer como un problema de derechos humanos en donde se resalta la necesidad de prevención mediante mecanismos institucionales, legales y sociales que permitan un canal de expresión para las mujeres violentadas. Asimismo, se exorta a poner en evidencia los escenarios en donde discurre esta

violencia: familia, comunidad, trabajo y Estado. Y quienes puedan sufrir sus consecuencias de forma mayor por pertenecer a grupos minoritarios: mujeres indígenas, refugiadas, indigentes, recluidas en instituciones o detenidas, las niñas, las mujeres con discapacidades, las ancianas y las mujeres en situaciones de conflicto armado. Investigaciones de la Health and Human Rights Info (2014) describen el resultado de establecer a la violencia contra la mujer como un problema de derechos humanos al encontrar políticas de prevención, castigo y reparación en diversos de sus estados constituyentes.

2.3.1.3 Discriminación Sexista

En la década de los 90's Klonoff y Landrine (1995) proponen un modelo explicativo para el trato diferencial hacia las mujeres. El término creado por ellos es “discriminación sexista” como la acción de tratar a una mujer de manera diferente solo por el hecho de serlo. Asimismo, agregan que toma una variedad de formas, desde el acoso sexual, pasando por el trato injusto de compañeros de trabajo de empleados de servicio hasta el trato injusto por familiares y personas cercanas. Estas formas las llamaron eventos sexistas y las conceptualizaron de sexo específico: les sucede a las mujeres por ser mujeres. Por ello, ven a dichos eventos como estresores para la mujer y por ello lo miden según su frecuencia. Asimismo, afirman que según diversas investigaciones la manera de lidiar con dichos eventos dicta cómo los internalizan y cuantos efectos negativos puede tener a corto y largo plazo. Por otro lado, otras investigaciones concluyen que los efectos también pueden ser mediados por su soporte y por la dureza de su personalidad. Asimismo, señalan que Lazarus (1966) afirma que las mujeres difieren en cuan estresantes valoran los eventos sexistas. Por ejemplo, si a la mujer le afecta más el estresor necesitará un mayor ajuste.

Por otro lado, afirman que los eventos sexistas no se equiparan a los eventos genéricos y de la vida diaria en dos formas. Primero se hipotetiza que los estresores relacionados con sexo específico tienen un mayor impacto en la salud mental y física de la mujer porque son degradantes, personales y atacan hacia algo que no pueden cambiar, ser mujeres. En segundo lugar, se encuentra a la conciencia feminista que muchas mujeres actualmente poseen, en donde están preparadas y tiene las herramientas para hacer frente a estos eventos afectándolas en menor grado haciéndolas ver que la ocurrencia de los estresores no son su culpa.

2.3.1.3.1 Sexismo Ambivalente

Glick y Fiske (1996) definen al sexismo ambivalente como un constructo multidimensional que tiene como expresión al sexismo benevolente y al sexismo hostil, en donde ambas dañan a la mujer de una manera directa o indirecta.

El sexismo hostil se refiere al conjunto de actitudes que atentan contra la mujer de manera deliberada y se presenta con las siguientes características:

- Paternalismo dominador: considera a las mujeres inferiores y débiles. Necesitan de control y dirección.
- Diferencia de género competitiva: las mujeres no poseen las características para triunfar en el ámbito público, relegándose al privado.
- Hostilidad heterosexual: las mujeres tienen un poder en la sexualidad que las hace peligrosas y manipuladoras.

El sexismo benevolente (Glick y Fiske, 1996) es un conjunto de actitudes interrelacionadas hacia la mujer, en donde se establecen estereotipos y roles encasillados

expresados en verbalizaciones con un tono positivo. Ningún tipo de sexismo es positivo, el presente no es la excepción, minimizando a la mujer de manera sutil.

Por otro lado, el sexismo benevolente presenta como características al:

- Paternalismo protector: los hombres están a cargo del cuidado de la mujer.
- Diferenciación de género complementaria: los hombres encuentran su complemento en las características positivas de las mujeres.
- Intimidad heterosexual: los hombres dependen de las mujeres para la reproducción y satisfacción.

Zubieta et al. (2011) leyeron a diversos investigadores, como Glick y Fiske (1997), quienes afirman que el constructo en mención también puede ser definido como las diferencias entre los pensamientos y las acciones de las masas sociales con respecto a los roles de género. Asimismo, refieren que ambos polos tienen un carácter subjetivo, que en definitiva busca legitimar y reforzar la posición subordinada de la mujer. Inclusive, afirman que existen dos subtipos de sexismo realizado por mujeres contra ellas mismas. El primero es el benevolente, en donde aceptan el estatus superior del hombre. El segundo es hostil, el cual es más explícito y surge ante la amenaza del estatus del hombre. Leyendo a otros investigadores también concluyen que tanto el sexismo benevolente como el hostil son ideologías legitimadoras complementarias: si una aumenta la otra tendrá una tendencia a seguir el mismo camino. También señalan el planteamiento de la Teoría de la Dominancia Social de Pratto, Sidanius, Stallworth y Malle, en donde se interpreta que, en todas las sociedades, inevitablemente, surgen conflictos entre grupos. Y, para reducirlos se crean mitos de legitimación de poder que ubican a ciertos grupos por encima o debajo de otros,

generándose así, desigualdad. Las estadísticas mostradas en dichos estudios muestran que la tendencia de dominancia es mayor en hombres que en mujeres.

Por otro lado, Glick y Fiske (1996) concluyen que algunos de los estereotipos negativos son más predominantes en hombres que en mujeres y que al momento de pedir ayuda en temas de sexismo, las mujeres están más proclives a pedirla. Como complemento, encontraron que a lo largo de la historia y a través de casi todas las culturas las mujeres han visto restringido su estatus social y sus roles. Por ejemplo, en los años 80 las mujeres comenzaron a enfrentar discriminación al momento de encontrar empleo, falta de liderazgo femenino y acoso sexual, el cual es más frecuente de lo que se piensa.

2.3.1.3.2 Fuentes del sexismo ambivalente

Glick y Fiske (1996), se basaron de diversos teóricos y en diversas investigaciones para señalar cuales son las fuentes del sexismo ambivalente. En primer lugar, encontraron que algunas teorías afirman que el patriarcado se puede encontrar a lo largo de todas las culturas. El término se refiere a la posesión de la estructura política, económica y legal por parte de los hombres. Asimismo, concluyen que la mayoría de antropólogos duda de la existencia de matriarcados a lo largo de la evolución de cada cultura.

En segundo lugar, concluyeron que según diversas investigaciones las razones de esta inequidad se dan por factores biológicos y sociales. Los primeros se refieren a la diferencia en fuerza física que ayudaron al hombre a dominar las sociedades pre-industriales. Lo cual se vio complementada por la tendencia del hombre a tener una dominancia social mayor, favoreciendo a la imposición de roles hacia la mujer, como esperar que solo ellas realicen las tareas domésticas, la crianza de los hijos y el mantenimiento del hogar.

Seguidamente, diversos estudios señalan que la expresión negativa del patriarcado compite con el poder diádico de la mujer, el cual se refiere a la gestación. Este poder diádico se expresa en una ideología social, en donde las mujeres casadas y con hijos se les tiende a visualizar como desprotegidas e incapaces de brindarse protección, en donde se refuerza la noción de dominancia del hombre. Estas son precisamente la expresión del sexismo benevolente, el cual compensa y legitima al sexismo hostil.

2.3.1.3.3 Componentes del Sexismo Benevolente y Hostil

Considerando el planteamiento de Glick y Fiske (1996) podemos decir que los componentes de ambos polos del sexismo ambivalente son los siguientes:

1. Paternalismo: lo definen siguiendo los lineamientos del “Random House College Dictionary”, en cual lo conceptualiza como el accionar de una persona como si fuera un padre lidiando con sus hijos. Dicha definición se amolda bien a la de sexismo ambivalente, haciendo una connotación a sus dos factores. Paternalismo dominante y paternalismo proteccionista. En donde el primero no ve a las mujeres adultas como personas competentes; mientras que el segundo las ve inferiores desde un punto de vista de protección y de dependencia.
2. Diferenciación de género: señalan que según diversas todas las culturas usan el sexo como base de la diferenciación social. Asimismo, concluyen que es más probable la categorización en base del sexo de la persona, a comparación del rol, raza y edad. Glick y Fiske (1996) lo subdivide en dos elementos. El primero es diferenciación de género competitiva, el cual se refiere a la percepción del hombre como el único que posee las habilidades necesarias para gobernar

instituciones sociales importantes. En cambio, la diferenciación de género complementaria se refiere a que las cualidades positivas de las mujeres existen para complementar las del hombre.

3. Heterosexualidad: afirma que este componente se subdivide en dos (intimidad heterosexual y hostilidad heterosexual) El primero se refiere a la motivación genuina de intimidad emocional. Es aquí en donde los autores toman como base a diversos autores para señalar que existe una forma de resentimiento hacia la mujer por parte del hombre debido al poder diádico que ellas tienen. Esto crea una situación inusual en donde el hombre depende de la mujer para procrear. Y, por otro lado, el segundo componente es el de hostilidad heterosexual que se refiere al deseo de dominar a la mujer y lograr que se someta a su voluntad.

2.3.2 Bases teórico-científicas sobre el estrés

2.3.2.1 Estrés como estímulo

En 1932, Cannon (Lazarus y Folkman, 1986) definió al estrés como una perturbación de la homeostasis ante situaciones de frío, falta de oxígeno, descenso de glucemia, etc.

Fernández (2009) ha podido leer los postulados de Cannon y otros autores que hablan sobre el estrés como estímulo; afirma que existen distintas condiciones que nos provocan conductas de amenaza o de tensión, es decir, ciertos estímulos estresores causan dichas respuestas en nuestro organismo. Bajo este punto de vista el estrés es cuantificable gracias a la experiencia del individuo. Para fines investigativos el estrés es una variable independiente (modifica el ambiente).

Asimismo, Berrío y Mazo (2011) citan a diversas investigaciones que sitúan al estrés en el exterior del individuo, a quien le corresponde el “strain”, que es el efecto generado por el estrés). También han encontrado que los acontecimientos vitales importantes siempre son una fuente de estrés ya que producen cambios y exigen al individuo a adaptarse, tales son el casamiento, la jubilación, el nacimiento de un hijo, la muerte de un ser querido, el embarazo, un accidente, entre otros. Complementando, diversos autores clasifican las situaciones generadoras de estrés más comunes de la siguiente manera: procesar información rápidamente, estímulos ambientales nocivos, amenaza, funciones fisiológicas alteradas, aislamiento, encierro, bloqueo, obstáculos para llegar a una meta, presión grupal y frustración.

2.3.2.2 Estrés como respuesta

En 1960, Selye (Fernández, 2009) plantea al estrés como respuesta, en donde se centra en cómo las personas reaccionan tanto a nivel psicológico (pensamientos y emociones) como el fisiológico (activación corporal). En este caso el estrés es considerado una variable dependiente.

Selye (1956; citado por Lazarus y Folkman, 1986) utilizó el término estrés como el conjunto coordinado de reacciones fisiológicas ante cualquier forma de estímulo nocivo (incluidas las amenazas psicológicas); una reacción que él llamó Síndrome General de Adaptación. En otras palabras, el estrés no lo toma como una demanda ambiental sino como una reacción o como un conjunto de reacciones.

Asimismo, según el planteamiento de Selye (1956; citado por Lazarus y Folkman, 1986) podemos decir que el Síndrome General de Adaptación se refiere a tres etapas de respuesta:

1. Fase de alarma: asimismo, existen dos subfases (el choque y el contrachoque). En la primera, las respuestas de este tipo sirven para advertirle al sujeto que algo está pasando, es decir, se entra en “shock”. Se demuestra ante la pérdida de tono muscular y disminución de la temperatura. Con respecto a la segunda, se hiperactiva la corteza suprarrenal y se procede a reaccionar ante la alarma, es decir, es una respuesta adaptativa.

Con respecto al nivel fisiológico explica el estímulo activa las vías nerviosas simpáticas que estimulan la médula adrenal, la cual secreta productos adrenérgicos que ayudan al organismo a enfrentarse a cualquier emergencia, de esta forma se incrementa el pulso sanguíneo y la glucosa muscular, del corazón y del cerebro.

2. Fase de resistencia: las reacciones fisiológicas disminuyen, pero no cesan y el individuo intenta restablecer su homeostasis. A esta fase se le identifica como un engrosamiento adrenal, el timus se reduce y los linfocitos disminuyen. Asimismo, la corteza suprarrenal se encarga de la acumulación de los productos secretores que serán utilizados en caso de que la situación persista. Una fase prolongada de resistencia favorece la aparición de infecciones, úlceras y asma.
3. Fase de agotamiento: el sujeto llega a esta fase solo si no puede vencer a los estímulos estresores, esta fase deviene inevitablemente en la fase de alarma nuevamente, en donde el sujeto estará bajo amenaza. Aquí, aumentan de nuevo las secreciones de ACTH (hormona Adrenocorticotropa) y corticoides en donde puede ocurrir una recuperación o un daño glandular irreversible, disminución de todos los mecanismos de protección y en ocasiones hasta la muerte.

2.3.2.3 El estrés como proceso

Lazarus y Folkman (1986) señalan que el estrés es una interacción entre la persona y el ambiente, es decir, existe una influencia recíproca. Esta es la visión más completa ya que incluye cómo la persona percibe el estímulo y cómo responde ante él.

Siguiendo la definición como proceso, el estrés puede ser comprendido como interpretaciones cognitivas que la persona realiza sobre los estresores. Es decir, los niveles de estrés ante un mismo estímulo serán diferentes de persona a persona, convirtiendo así a la evaluación cognitiva su concepto fundamental (Lazarus y Folkman, 1986). Otra manera de verlo es mediante la evaluación cognitiva, la cual valora los estímulos que desbordan a la persona y la prepara para la acción. Según Lazarus y Folkman (1986) existen 3 tipos de evaluación:

1. Primaria: se valora a la situación, deviniendo en 3 posibilidades (irrelevante, positiva-beneficiosa o estresante). Si una situación es considerada estresante, a su vez puede ser subcategorizada en amenaza (daño o pérdida inminente), daño-pérdida (per se) y desafío (un reto superable).
2. Secundaria: aquí se valoran los recursos personales, es decir las opciones de afrontamiento disponibles y sus posibles éxitos o fracasos. El estrés será interpretado por la persona en base a estos recursos y su malestar o alivio estará basado en la discrepancia de los mismos.
3. Reevaluación: se valoran los estímulos nuevamente tras haber interactuado con ellos, es decir, pueden haber correcciones como refuerzos de la idea que se tenía de los estresores.

Lazarus y Folkman (1986) identificaron tres patrones que llevan hacia el estrés:

- Daño: se refiere al daño o pérdida psicológica que ya ha ocurrido.
- Amenaza: se refiere a la anticipación de daño inminente.
- Reto: se origina cuando una persona se siente una confianza excesiva sobre algún logro.

En 1991, Lazarus distinguió 15 emociones básicas que afectan cómo la persona percibe e interpreta su estrés. Dichas emociones se dividen en 9 negativas (enojo, miedo, ansiedad, culpa, vergüenza, tristeza, envidia, celos y disgusto), 4 positivas (felicidad, orgullo, alivio y amor) y 2 con significado ambivalente (esperanza y compasión).

2.3.2.3.1 Características de las situaciones estresantes

Lazarus y Folkman (1986) señalan dos tipos de características que suelen presentar las situaciones tomando en cuenta el proceso de valoración. En primer lugar, tenemos a las “Propiedades Formales de la situación”:

- Novedad de la situación: se refiere a la experiencia previa que se ha tenido con la situación, ya sea de forma directa o indirecta.
- Predictibilidad: depende del aprendizaje que el individuo tenga previamente con respecto al evento estresor.
- Incertidumbre del acontecimiento: se refiere a la valoración de posibilidad de ocurrencia de un evento estresor.

En segundo lugar, se tienen los “Factores Temporales”:

- Inminencia: se refiere al tiempo antes de la aparición inevitable del evento estresor.

- Duración: tiempo transcurrido durante un evento estresante.
- Incertidumbre temporal: referido al desconocimiento sobre en qué momento aparecerá un evento estresante.
- Ambigüedad: cuando la información es poco clara o insuficiente no se pueden tomar decisiones acordes a la situación.

El presente enfoque será utilizado como base teórica para la interpretación y discusión de resultados.

2.3.3 Bases teórico-científicas sobre las interpretaciones cognitivas

Según Caro (2007), teóricos importantes de la cognición como Beck concluyen que está referida a verbalizaciones conscientes o de fácil acceso a la misma, e imágenes o representaciones mentales. También se pueden definir como el reflejo de una información adquirida, interpretada y utilizada con una representación interna o sin ella.

Rodriguez (2007) al leer diversas propuestas teóricas plantea un modelo de procesamiento de información en donde es esencial un receptor y transmisor de información, la existencia procesos y estructuras referentes a la información y metainformación emergente. Asimismo, hace hincapié en la (selectividad de los estímulos), codificación (representación de la información), almacenamiento (retención de la información) y recuperación (utilización de la información almacenada). Ello se complementa con la memoria a corto plazo (información seleccionada retenida y evocada momentáneamente) y una memoria a largo plazo (retención permanente). Por último, se conceptualiza al ser humano como un transmisor y receptor activo de interpretaciones

intencionadas, concretas o abstractas en donde interviene la capacidad creativa y trascendental individual.

Por otro lado, se proponen modelos de interpretación cognitiva

1. **Funcionalismo:** se concibe a los procesos cognitivos literalmente como una computadora, es decir, un conjunto de procedimientos de manipulación de símbolos regido por reglas lógicas con una secuencia finita de pasos (operaciones) para alcanzar un objetivo, el cual representa y describe el entorno a cada momento. Villena (2017) plantea que los procesos mentales vistos desde el funcionalismo se definen como outputs conductuales frente a inputs sensoriales. Por otro lado, recalca el rol de la independencia e independencia con la composición del input, sólo importa la expresión del mismo y cómo influye en el usuario.
2. **Mapas cognitivos:** se concibe a la mente como un sistema de símbolos y representaciones con un contenido intencional preservando o alterando el contenido de las mismas. Villar (2001) leyó a diversos teóricos quienes definen a las representaciones como niveles dispares de abstracción y organización, desde unidades pequeñas y elementales, hasta elaboradas y consideradas como totalidades.
3. **Internalismo y Externalismo:** según Démuth (2013) el primer modelo se refiere a que el conocimiento está dentro del individuo y el proceso de cognición solo ayuda a descubrir y desarrollar dicho conocimiento o información. En cambio, el segundo entiende a la mente como una “tabla rasa” en donde el proceso de

percepción recoge el conocimiento o información que será adoptada por la mente.

4. Conexionismo: se concibe a la mente como un proceso complejo funcional del cerebro en donde existe un sistema intuitivo en forma de redes neuronales, conformando varios sistemas de memoria, aprendizaje y pensamiento abstracto.

2.4 Definición de términos básicos

2.4.1 Discriminación sexista: Acción de tratar a una mujer de manera diferente solo por el hecho de serlo (Klonoff y Landrin, 1995).

2.4.2 Estrés: interpretaciones cognitivas que la persona realiza sobre los estresores (Lazarus y Folkman, 1986).

2.4.3 Sexo: característica sociodemográfica y biológica utilizada para diferenciar a hombres y mujeres.

CAPÍTULO III

Hipótesis y Variables

3.1 Supuestos científicos básicos

Actualmente la sociedad está marcada por el sexismo que afecta en menor o mayor medida a ambos sexos. Según diversas investigaciones se sabe que los roles de género, estereotipos y presiones sociales afectan en mayor grado a las personas del sexo femenino. Ejemplo de ello se puede encontrar en una infografía elaborada por el Instituto de Análisis y Comunicación “Integración” (2015), quienes refieren que la Asociación Americana de Psiquiatría en el año 2010 concluyó que los porcentajes de estrés alto son más frecuentes en mujeres (28% vs. 20%). Asimismo, Sardenberg (2012) realizó un estudio sobre la influencia cultural en el rol de la mujer y como ella se enfrenta al sexismo de la actualidad. Encontró que las ideas patriarcales y los estereotipos femeninos se pueden enfrentar con un sentido de unidad y de identificación con la equidad de género con el objetivo de generar un pensamiento transformador que en definitiva logre re-estructurar los roles de género y promueva la igualdad de género.

Por ende, como conjetura se puede afirmar que el medio social con su marcado sexismo en contra de la mujer influye, en cierta medida, en los niveles de estrés que ella puede sufrir en su vida cotidiana.

3.2 Hipótesis

3.2.1 Hipótesis general

- Existe relación entre el nivel de discriminación sexista y el nivel de percepción global de estrés en un grupo de mujeres entre 20 a 30 años de edad.

3.2.2 Hipótesis específicas

- Existe relación entre el nivel de discriminación referida a la degradación sexista y sus consecuencias, y el nivel de percepción global de estrés en un grupo de mujeres entre 20 a 30 años de edad.
- Existe relación entre el nivel de discriminación sexista en relaciones distantes y el nivel de percepción global de estrés en un grupo de mujeres entre 20 a 30 años de edad.
- Existe relación entre el nivel de discriminación sexista en relaciones cercanas y el nivel de percepción global de estrés en un grupo de mujeres entre 20 a 30 años de edad.
- Existe relación entre el nivel de discriminación sexista en el trabajo y el nivel de percepción global de estrés en un grupo de mujeres entre 20 a 30 años de edad.

3.3 Variables de estudio o áreas de análisis

3.3.1 Variable a correlacionar:

- Discriminación sexista
- Percepción global de estrés

CAPÍTULO IV

Método

4.1 Población, muestra o participantes

El término población, según diversos teóricos citados por Hernández, Fernández y Baptista (2014), se define como un conjunto de casos que comparten una serie de especificaciones. En el presente estudio la población fue 48 mil mujeres entre 20 a 30 años de edad de los distritos de Santiago de Surco, Miraflores y Villa María del Triunfo que padecen altos niveles de estrés.

Hernández et al. (2014), definen a la muestra como un subgrupo de elementos que comparten una característica en común. En el presente, se eligió un muestreo intencionado por la dificultad de accesibilidad a la muestra conformado por 41 mujeres entre 20 a 30 años de edad de los distritos de Santiago de Surco, Miraflores y Villa María del Triunfo que padecen altos niveles de estrés. Cabe resaltar que inicialmente se contó con 64 participantes y sólo se eligieron las pruebas que, como mínimo, contaron con un puntaje alto en la variable de Percepción Global de Estrés (Ver tabla 1).

Tabla 1.

Intervalos de frecuencia de los puntajes de la EPGE.

Percepción Global de Estrés	
Muy Alto	2
Alto	39
Promedio	21
Bajo	2
Muy Bajo	0
TOTAL	64

4.2 Tipo y diseño de investigación

El tipo de investigación es sustantiva al haber tratado problemas teóricos con el objetivo de buscar explicaciones a la realidad, tal como señalan Sánchez y Reyes (2015). El diseño es no experimental, el cual consiste en no hacer variar, de forma deliberada, a las variables involucradas. No existe variable independiente que solo influya ni dependiente que solo esté en manos de la primera. Ambas variables en el presente estudio se encuentran en un mismo nivel. Asimismo, se subdivide en una investigación transversal, la cual analiza cómo se relacionan las variables en un momento dado. (Hernández et al., 2014).

Por otro lado, la presente cuenta con un método descriptivo-correlacional. Hernández et al. (2014), explican que la investigación correlacional consiste en identificar el comportamiento de una variable, conociendo el comportamiento de otra(s) vinculadas. El objetivo es predecir el valor que tendrán un grupo de casos con respecto a una variable, a partir del valor que poseen las variables relacionadas.

4.3 Técnicas e instrumentos de recolección de datos

Hernández et al. (2014) define a la recolección de datos como la elaboración de un plan detallado de procedimientos que tenga como finalidad recopilar datos afines a la investigación. En el presente se utilizaron técnicas indirectas de recolección mediante tests. Se utilizó el Inventario de Eventos Sexistas a lo largo de la vida (SSE-LM) adaptada al español mediante validación por jueces (Ver anexo) la Escala de Percepción Global del Estrés (EPGE).

4.3.1 Fichas Técnicas

4.3.1.1 Ficha Técnica del Inventario de Eventos Sexistas (SSE)

- Nombre Original: Schedule of Sexist Events
- Autores Originales: Klonoff, E. & Landrine, H.
- Fecha de publicación Original: 1995
- Nombre en español: Inventario de Eventos Sexistas
- Procedencia: EE. UU.
- Aplicación: Individual o Colectiva
- Tiempo: entre 5 y 10 minutos aproximadamente.
- Ámbito de Aplicación: individuos con al menos secundaria incompleta.
- Finalidad: medir la discriminación sexual (sexismo percibido)
- Confiabilidad:
 - Consistencia Interna: .92
 - Por mitades: .87
 - Test-retest: .70
- Validez:
 - Correlación con PERI-LES: .27
 - Correlación con Hassles-F: .24
 - Correlación entre PERI-LES y Hassles-F: .32
- Confiabilidad de la adaptación lingüística (Ver anexo): .881
- Validez de la adaptación lingüística (Ver anexo):
 - V. por jueces con respecto a la Calidad de Redacción: .86
 - V. por jueces con respecto a la Medición de la Variable de estudio: .89

4.3.1.2 Ficha Técnica de la Escala de Percepción Global del Estrés (EPGE)

- Nombre Original: Perceived Stress Scale
- Autores Originales: Cohen, S., Kamarck, T. y Mermelstein, R.
- Fecha de publicación Original: 1983
- Procedencia: EE.UU.
- Nombre Adaptado: Escala de Percepción Global del Estrés

- Adaptador: Guzmán, J.
- Fecha de Adaptación: 2015
- Procedencia de la Adaptación: Perú
- Aplicación: Individual o Colectiva
- Tiempo: entre 5 y 10 minutos aproximadamente.
- Ámbito de Aplicación: individuos con al menos secundaria incompleta.
- Finalidad: medir la percepción del estrés.
- Confiabilidad (consistencia interna): .770
- Validez (de constructo): .951

4.4 Procedimiento y técnicas de procesamiento de datos

En primer lugar, se procedió a contactar con mujeres que subjetivamente se consideraban con estrés alto (esto se filtró objetivamente con el llenado de la Escala de Percepción Global del Estrés-EPGE) . En segundo lugar, se preparó el material conformado por un consentimiento informado, los protocolos del Inventario de Eventos Sexistas a lo largo de la vida (SSE-LM) y la Escala de Percepción Global del Estrés (EPGE). En tercer lugar, se recabaron los datos de manera directa e individual al grupo de mujeres entre 20 y 30 años de edad de los distritos de Santiago de Surco, Miraflores y Villa María del Triunfo. Seguidamente se tabularon los puntajes directos y se aplicó la prueba de normalidad “Kolmogorov-Smirnov” para averiguar la distribución de los puntajes de ambas variables. Se encontró una distribución homogénea por lo que se aplicó el estadístico de correlación de Pearson. Seguidamente, se utilizó el estadístico de Tamaño del Efecto (TE), el cuál es definido como el grado de generabilidad entre dos variables, siendo útil para evitar la ocurrencia del error Tipo II en las pruebas de hipótesis (Ledesma, MacBeth y Cortada, 2008). Por último, el nivel de significancia fue de .05.

CAPÍTULO V

Resultados

5.1 Presentación de datos

En la tabla 2 se muestran los estadísticos descriptivos, tales como el rango máximo, rango mínimo, la media, la mediana, la moda, la desviación típica y la varianza con respecto a la edad de cada evaluada, la discriminación sexista y el estrés que percibe cada una. Aquí se puede apreciar que la edad máxima de las evaluadas es de 30 años; sin embargo, no influye al momento de la toma de datos ya que el promedio de edad está muy por debajo (20.43 años).

Tabla 2.

Estadísticos descriptivos de frecuencia.

	Rango Máximo	Rango Mínimo	Media	Mediana	Moda	Desviación típica	Varianza
Edad	27	20	22.54	22.00	22	2.192	4.805
Discriminación Sexista	103	45	61.63	60.00	69	12.253	150.138
Estrés	45	31	35.27	35.00	36	2.560	6.551

En la tabla 3 se observan los intervalos distribuidos en cinco categorías con respecto a la discriminación sexista y estrés.

Tabla 3.

Intervalos de frecuencia de los puntajes del SSE-LM.

	Discriminación Sexista				Total	Estrés
	DS1*	DS2**	DS3***	DS4****		
Muy Alto	3	0	4	0	2	2
Alto	9	2	8	5	0	39
Promedio	27	14	24	10	36	0
Bajo	2	25	5	22	3	0
Muy Bajo	0	0	0	4	0	0
TOTAL	41	41	41	41	41	41

*Degradación sexista y sus consecuencias

**Discriminación sexista en relaciones distantes

*** Discriminación sexista en relaciones cercanas

**** Discriminación sexista en el trabajo

5.2 Análisis de datos

5.2.1 Análisis estadístico referido al objetivo general

Las observaciones obtenidas se sometieron a la Prueba de Bondad de Ajuste de Kolmogorov - Smirnov para determinar si las puntuaciones obedecen a una distribución normal. Luego se procedió con el análisis estadístico correspondiente para determinar la relación entre las variables estudiadas.

5.2.1.1 Prueba de Bondad de ajuste

En la tabla 4 se muestran los resultados de la prueba Kolmogorov-Smirnov, en donde se observa una significación de .300 para la Escala de Discriminación Sexista y .157 para la Escala de Estrés. Es decir, se puede concluir que los datos obtenidos están distribuidos normalmente para las dos escalas; por tanto, en los análisis estadísticos se utilizaron las pruebas paramétricas.

Tabla 4.
Prueba de Bondad de ajuste en las Escalas de discriminación sexista y Estrés de Kolmogorov-Smirnov.

	Medi a	Desviació n típica	Z de Kolmogoro v-Smirnov	Sig. asintót. (bilateral)
Discriminación Sexista	61.63	12.253	.973	.300
Estrés	35.27	2.560	1.128	.157

5.2.1.2 Resultado de la correlación entre la discriminación sexista y el estrés

En la tabla 5 se realizó el análisis correlacional entre la Discriminación Sexista y la Percepción Global de Estrés, en donde se muestra el resultado correspondiente a la hipótesis general. Se observa que existe una correlación entre ambas variables pero no es significativa ($r = -.265$), se utilizó el coeficiente de correlación de Pearson. Asimismo, el Tamaño del Efecto (r^2) valida este resultado al ser cercano a 0.

Tabla 5.

Relación entre las pruebas SSE-LM y EPGE en la muestra utilizando en coeficiente de correlación momento-producto de Pearson.

	Puntaje total EPGE	r ²
Puntaje total SSE-LM	-.265	.070

*p <.05

5.2.2 Análisis estadístico referido a los objetivos específicos

5.2.2.1 Resultado de la correlación entre el factor degradación sexista y el estrés

Se realizó el análisis correlacional entre la Degradación Sexista y sus Consecuencias, y la Percepción Global de Estrés, la tabla 6 muestra el resultado correspondiente a la primera hipótesis específica, se observa que no se comprueba ya que existe una correlación positiva no significativa ($r = .106$), se utilizó el coeficiente de correlación de Pearson. Asimismo, el Tamaño del Efecto (r^2) valida este resultado al ser cercano a 0.

Tabla 6.

Relación entre el factor Degradación Sexista y sus Consecuencias correspondiente al SSE-LM y la prueba EPGE en la muestra utilizando en coeficiente de correlación momento-producto de Pearson.

	Puntaje total EPGE	r ²
Puntaje total SSE-LM	.106	.011

*p <.05

En la tabla 7 se realizó el análisis correlacional entre la Discriminación Sexista en Relaciones Distantes y la Percepción Global de Estrés. Se muestra el resultado correspondiente a la segunda hipótesis específica, en donde se encontró una correlación

negativa altamente significativa ($r = -.403$), se utilizó el coeficiente de correlación de Pearson. Asimismo, el Tamaño del Efecto (r^2) valida este resultado al no ser cercano a 0.

Tabla 7.
Relación entre el factor Discriminación Sexista en Relaciones Distantes correspondiente al SSE-LM y la prueba EPGE en la muestra utilizando en coeficiente de correlación momento-producto de Pearson.

	Puntaje total EPGE	r^2
Puntaje total SSE-LM	-.403*	.162

* $p < .05$

En la tabla 8 se observa el resultado correspondiente a la tercera hipótesis específica. Aquí se realizó el análisis correlacional entre la Discriminación Sexista en Relaciones Cercanas y la Percepción Global de Estrés. Se encontró una correlación negativa altamente significativa ($r = -.423$), se utilizó el coeficiente de correlación de Pearson. Asimismo, el Tamaño del Efecto (r^2) valida este resultado al no ser cercano a 0.

Tabla 8.
Relación entre el factor Discriminación Sexista en Relaciones Cercanas correspondiente al SSE-LM y la prueba EPGE en la muestra utilizando en coeficiente de correlación momento-producto de Pearson.

	Puntaje total EPGE	r^2
Puntaje total SSE-LM	-.423*	.179

* $p < .05$

Se ejecutó el análisis correlacional entre la Discriminación Sexista en el Trabajo y la Percepción Global de Estrés. En la tabla 9 se muestra el resultado correspondiente a la cuarta hipótesis específica, en donde se encontró una correlación negativa significativa ($r = -.352$), se utilizó el coeficiente de correlación de Pearson. Asimismo, el Tamaño del Efecto (r^2) valida este resultado al no ser cercano a 0.

Tabla 9.
Relación entre el factor Discriminación Sexista en el Trabajo correspondiente al SSE-LM y la prueba EPGE en la muestra utilizando en coeficiente de correlación momento-producto de Pearson.

	Puntaje total EPGE	r ²
Puntaje total SSE-LM	-.352*	.124

*p<.05

5.3 Análisis y discusión de resultados

El objetivo del presente trabajo de tesis ha sido establecer la relación entre la discriminación sexista y los altos niveles de estrés en un grupo de mujeres de Lima Metropolitana.

Existen investigaciones desarrolladas bajo ciertos modelos teóricos que intentan explicar qué factores determinan la relación de las dos variables expuestas, como la Teoría de Discriminación Sexista (Klonoff & Landrine, 1995) que es definida como la acción de tratar a una mujer de manera diferente solo por el hecho de serlo y que puede acarrear consecuencias tanto a corto como a largo plazo. Las formas más usuales de discriminación sexista son el acoso sexual, trato injusto en el trabajo, familia y allegados. Asimismo, los autores señalan que los eventos de discriminación sexista son interpretados como situaciones estresantes que afectan a la mujer en su bienestar psicológico y, en extremos, físico. Dichas situaciones, según Lazarus y Folkman (1986), cuentan con las siguientes características que median la respuesta resultante: novedad de la situación (experiencia previa), predictibilidad (aprendizaje previo), incertidumbre (valoración de ocurrencia), inminencia (tiempo previo ante lo inevitable del estresor), duración (tiempo transcurrido) y ambigüedad (baja claridad en la información que deviene en dificultad a tomar decisiones). Por otro lado, Cohen y Willis (1985; citado en Klonoff & Landrine, 1995) afirman que los

efectos pueden ser mediados según el soporte social de cada persona. No obstante, cabe notar que las acciones de distintos movimientos feministas al mostrar abiertamente esta problemática han influenciado de manera positiva en las herramientas que las mujeres poseen para interpretar y responder hacia dichos estresores.

En paralelo, se encuentra un nexo entre la Teoría de Discriminación Sexista y la Teoría de Estrés como proceso. Lazarus y Folkman (1985) sentaron las bases para conceptualizar a los eventos sexistas como estresores, ya que su frecuencia puede ser medida con respecto a eventos recientes o a lo largo de la vida. Asimismo, Klonoff y Landrine (1995) señalan que cualitativamente los eventos sexistas no se pueden equiparar a los estresores genéricos porque son atacan y degradan una característica biológica que no se puede cambiar: ser mujer, generando así un impacto más fuerte en su salud mental y física.

Respecto al objetivo general podemos afirmar que no existe una relación altamente significativa entre la discriminación sexista y los niveles de estrés, refutando la primera hipótesis, es decir que a mayor discriminación sexista, no necesariamente existirá un mayor nivel de estrés en la mujer (ver tabla 5). Asimismo, respecto a los objetivos específicos también se puede afirmar lo mismo en el segundo: degradación sexista y sus consecuencias (ver tabla 6). Por el contrario, se corrobora las tres hipótesis restantes: discriminación sexista en relaciones cercanas, distantes y en el trabajo. Sin embargo, se correlacionan de manera negativa con una significancia alta en las dos primeras, y promedio en la restante. Es decir, al aumentar una, la otra verá sus valores reducidos. (Ver tablas 7, 8 y 9).

Este resultado no se orienta hacia el planteamiento realizado por Perry et al. (2013) quienes señalan que la discriminación racial y de género incrementan el riesgo de una mala salud y un mal bienestar, lo que ocasiona una mayor vulnerabilidad directa e indirecta hacia estresores individuales.

CAPÍTULO VI

Conclusiones y recomendaciones

6.1 Conclusiones generales y específicas

1. Se concluye que la discriminación sexista no se relaciona de manera determinante con la percepción global de estrés en mujeres de Lima Metropolitana. En otras palabras, si ocurre un cambio en cualquiera de las dos variables mencionadas no estará acompañado por una variación de la restante.
2. Los resultados obtenidos sirven de tamizaje y base para realizar investigaciones de manera más específica en búsqueda de cuales son los efectos de altos niveles de discriminación sexista en mujeres a lo largo de sus vidas.
3. Se teoriza que los niveles de preocupación podrían estar relacionados a la discriminación sexista.

6.2 Recomendaciones

1. Realizar el presente estudio en otros departamentos de nuestro país para identificar la tendencia nacional.
2. Replicar el presente estudio para corroborar sus resultados en la misma población.

3. Profundizar en la identificación de los efectos de la discriminación sexista mediante estudios causales.

6.3 Resumen

El objetivo de la presente investigación consistió en hallar el grado de correlación entre la discriminación sexista y los niveles de estrés en una población de alumnas de una Universidad de Lima Metropolitana. Las escalas a usar fueron el Inventario de Eventos Sexistas (SSE) y la Escala de Percepción Global de Estrés (EPGE), las cuales fueron aplicadas a una muestra de 41 mujeres entre 20 y 30 años de los distritos de Santiago de Surco, Miraflores y Villa María del Triunfo. Mediante un análisis estadístico se obtuvo que los puntajes de la muestra se ajustan a la curva de Gauss, por ello se utilizó una prueba paramétrica como la correlación de Pearson. El resultado con respecto al objetivo general demuestra que existe una correlación estadísticamente no significativa entre las dos variables, siendo $r = -.265$. Seguidamente, los resultados con respecto a los objetivos específicos muestran que existe una correlación estadísticamente no significativa entre el factor de Degradación Sexista y sus consecuencias, y Percepción Global de Estrés; asimismo, se encontraron correlaciones estadísticamente significativas entre los factores de Discriminación Sexista en relaciones distantes, relaciones cercanas y en el trabajo con respecto a la variable Percepción Global de Estrés. Se resalta la importancia exploratoria del presente estudio, que permite contar con una base teórica y aplicativa a ser replicada y profundizada mediante modelos causales de investigación.

Términos clave: discriminación sexista, estrés, mujeres.

6.4 Abstract

The goal of this research was to find the degree of correlation between sexist discrimination and stress levels in a population of female students of a University of Metropolitan Lima. The scales to be used were the Inventory of Sexist Events (SSE) and the Global Stress Perception Scale (EPGE), which were applied to a sample of 41 women between 20 and 30 years old from the districts of Santiago de Surco, Miraflores and Villa María del Triunfo. Through a statistical analysis it was obtained that the scores of the sample are adjusted to the Gauss curve, therefore a parametric test was used, such as the Pearson correlation. The result related to the general objective shows that there is a statistically non-significant correlation between the two variables, where $r = - .265$. Next, the results related to the specific objectives show that there is a statistically non-significant correlation between the Sexist Degradation factor and its consequences, and Global Stress Perception; likewise, statistically significant correlations were found between Sexist Discrimination factors in distant relationships, close relationships and at work in relation with Global Perception of Stress. The exploratory importance of this study is highlighted, which allows for a theoretical and applicative basis to be replicated and deepened by means of causal models of research.

Key words: sexist discrimination, stress, women.

REFERENCIAS

- Allport, G. (1954). *The Nature of Prejudice*. Massachusetts: Addison-Wesley Publishing Company. Recuperado de <https://archive.org/details/TheNatureOfPrejudice>
- Arrunátegui, C. (2017). *El discurso de la autoayuda: racionalidad, machismo y cinismo en el amor del Perú Contemporáneo. (Magister)*. Pontificia Universidad Católica del Perú. Lima, Perú. Recuperado de <http://tesis.pucp.edu.pe/repositorio/handle/123456789/9280>
- Barraza, A., Martínez, J., Silva, J. Camargo, E. y Antuna, R. (2011). *Estresores académicos y género: un estudio exploratorio de su relación en alumnos de licenciatura*. Recuperado de <https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/4034740.pdf>
- Barrig, M. (1982). *Cinturón de Castidad: la mujer de clase media en el Perú*. Lima: Mosca Azul Editores.
- Bedoya-Lau, F., Matos, L. y Zelaya, E. (2014). Niveles de estrés académico, manifestaciones psicósomáticas y estrategias de afrontamiento en alumnos de la facultad de medicina de una universidad privada de Lima en el año 2012. *Revista de Neuropsiquiatría*, 77(4), 262-270. Recuperado de <http://www.scielo.org.pe/pdf/rnp/v77n4/a09v77n4.pdf>
- Berrío, N. y Mazo, R. (2011) Estrés Académico. *Revista de Psicología de la Universidad de Antioquía*, 3(2), 65-82. Recuperado de <https://aprendeenlinea.udea.edu.co/revistas/index.php/psicologia/article/view/11369/10646>

- Bonilla, M., Delgado, K. y León, D. (2015). *Nivel de estrés académico en estudiantes de Odontología de una universidad de la provincia de Chiclayo. (Licenciatura)*. Universidad Católica Santo Toribio de Mogrovejo, Chiclayo, Perú. Recuperado de http://tesis.usat.edu.pe/bitstream/usat/309/1/TL_BonillaZamora_DelgadoPerez_LeonArbulu.pdf
- Cabanach, R., Fariña, F., Freire, C., González, P. & del Mar Ferradás, M. (2013). Diferencias en el afrontamiento del estrés en estudiantes universitarios hombres y mujeres. *European Journal of Education and Psychology*, 6(1), 19-32. Recuperado de <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=129327497002>
- Calder-Dawe, O. & Gavey, N. (2016). Making sense of everyday sexism: Young people and the gendered contours of sexism. *Women's Studies International Forum*, 2016(55), 1-9. Recuperado de doi: 10.1016/j.wsif.2015.11.004
- Caro, I. (2007) *Manual teórico-práctico de psicoterapias cognitivas [2da Ed.]*. Bilbao: Editorial Desclée de Brouwer. Recuperado de https://kupdf.com/download/manual-te-oacute-rico-pr-aacute-ctico-de-psicoterapias-cognitivas-2a-ed_590de9dedc0d606f30959e81_pdf
- Démuth, A. (2013). *Perception Theories*. Trnava: Edícia kognitívne štúdia. Recuperado de <https://www.researchgate.net/publication/310832124>
- Dovidio, J., Hewstone, M., Glick, P. & Esses, V. (2010). *The SAGE Handbook of Prejudice, Stereotyping and Discrimination*. SAGE References, 241-258. <http://dx.doi.org/10.4135/9781446200919.n15>

- Egg, A., Zamboni, N., Yáñez, A., Gissi, J. y Dussel, E. (1972). *Opresión y marginalidad de la mujer en el orden social machista* (pp. 87-122). Buenos Aires: Humanitas.
- Fernández, M. (2009). Estrés percibido, estrategias de afrontamiento y sentido de coherencia en estudiantes de enfermería: su asociación con salud psicológica y estabilidad emocional. (*Doctorado*). Universidad de León: León, España.
- Fuller, N. (1998). *Reflexiones sobre el machismo en el Perú*. Pontificia Universidad Católica del Perú: Lima. Recuperado de http://www.europrofem.org/contri/2_05_es/es-masc/44es_mas.htm
- Fuller, N. (2012). Repensando el machismo latinoamericano. *Masculinities and Social Change*, 1(2), 114133. doi:10.4471/MCS.2012.08
- Giraldo, O. (1972). El machismo como fenómeno psicocultural. *Revista Latinoamericana de Psicología*, 4(3), 295-309. Recuperado de <http://www.redalyc.org/pdf/805/80540302.pdf>
- Glick, P. y Fiske, S. (1996). The Ambivalent Sexism Inventory: Differentiating Hostile and Benevolent Sexism. *Journal of Personality and Social Psychology*, 70(3), 491-512. Recuperado de <http://citeseerx.ist.psu.edu/viewdoc/download?doi=10.1.1.470.9865&rep=rep1&type=pdf>
- Guzmán, J. (2016). *Adaptación de la Escala de Percepción Global de Estrés en universitarios de Beca 18. (Licenciatura)*. Universidad Peruana de Ciencias

- Aplicadas, Lima, Perú. Recuperado de <https://repositorioacademico.upc.edu.pe/handle/10757/614544>
- Health and Human Rights Info (2014). *Salud Mental y Violencia de Género*. Oslo: s.e. Recuperado de https://www.hhri.org/wp-content/uploads/2019/01/hhri_es_v2.pdf
- Hernández, R., Fernández, C. y Baptista, C. (2014). *Metodología de la Investigación*. México: Mc Graw-Hill.
- Hill, R., Back, K. y Stycos, M. (1955). La Estructura de la familia y la fertilidad en Puerto Rico. *Social Problems*, S/N, 37-66. Recuperado de http://rcsdigital.homestead.com/files/Vol_I_Nm_1_1957/Hill_Back_Stycos.pdf
- Instituto de Análisis y Comunicación “Integración”. (2015). *Estrés en los peruanos*. Lima, Perú: Instituto Integración. Recuperado de <https://es.scribd.com/document/254195467/Estres-en-los-peruanos>
- Klonoff, E. & Landrine, H. (1995). The Schedule of Sexist Events: a measure of lifetime and recent sexist discrimination in women’s lives. *Psychology of Women Quarterly*, 19, 439-472. Recuperado de <https://www.researchgate.net/publication/258181660>
- Lazarus, R. y Folkman, S. (1986). *Estrés y procesos cognitivos*. Barcelona: Ediciones Martinez Roca.
- Ledesma, R., MacBeth, G. y Cortada, N. (2008). Tamaño del efecto: revisión teórica y aplicaciones con el sistema estadístico ViSta. *Revista Latinoamericana de Psicología*, 40(3), 425-439. Recuperado de <https://www.redalyc.org/pdf/805/80511493002.pdf>

Liu, J., Vickers, K., Reed, M. & Hadad, M. (2016). Re-conceptualizing stress: Shifting views on the consequences of stress and its effects on stress reactivity. *PLoS ONE*, 12(3), 1-14. Recuperado de doi:10.1371/journal.pone.0173188

Oblitas, B. (2009). Machismo y violencia contra la mujer. *Investigaciones Sociales de la UNMSM*, 13(23), 301-322. Recuperado de <http://revistasinvestigacion.unmsm.edu.pe/index.php/sociales/article/view/7235/6363>

Organización de las Naciones Unidas (2006). *Poner fin a la violencia contra la mujer: de las palabras a los hechos*. Estados Unidos: Estudio del Secretario de las Naciones Unidas. Recuperado de www.un.org/womenwatch/daw/public/VAW_Study/VAW-Spanish.pdf

Perry, B., Harp, K. & Oser, C. (2013). Racial and Gender Discrimination in the Stress Process: Implications for African American Women's Health and Well-Being. *National Institute of Health*, 56(1), 25-48. Recuperado de <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC3783344/pdf/nihms492047.pdf>

Ramos, S. (2001). *El perfil del hombre y la cultura en México*. México D.F: Colección Austral. Recuperado de <https://zoonpolitikonmx.files.wordpress.com/2012/07/samuel-ramos-el-perfil-del-hombre-y-la-cultura-en-mexico.pdf>

Rodriguez, J. (2007). *Cognición y ciencia cognitiva*. Suecia: Universidad de Gotemburgo. Recuperado de http://cmap.upb.edu.co/rid=1204129145046_1169029526_15492/cgn01.pdf

Sánchez, H. y Reyes, C. (2015). *Metodología y Diseños en la Investigación Científica*.
Lima: Editorial Bussines Suport.

Sardenberg, C. (2012). Negotiating Culture in the Promotion of Gender Equality and
Women's Empowerment in Latin America. *Institute of Development Studies*,
(407), 1-44. Recuperado de <https://www.ids.ac.uk/files/dmfile/Wp407.pdf>

Segura, R. y Pérez, I. (2016). Impacto diferencial del estrés entre hombres y mujeres: una
aproximación desde el género. *Alternativas en Psicología*, 36(2), 105-120.
Recuperado de <http://www.alternativas.me/attachments/article/138/Impacto%20diferencial%20del%20estr%C3%A9s%20entre%20hombres%20y%20mujeres.pdf>

Terán, E. (2014). *Asociación de la percepción de estrés de los estudiantes que cursan
asignaturas preclínicas con los que cursan asignaturas clínicas en la escuela de
Odontología de la UPC durante el 2013*. (Tesis para obtener el grado de
Licenciatura). Universidad Peruana de Ciencias Aplicadas, Lima, Perú. Recuperado
de <http://hdl.handle.net/10757/337368>

Villar, F. (2001). *Psicología Evolutiva y Psicología de la Educación*. Barcelona: Univesitat
de Barcelona. Recuperado de http://www.ub.edu/dppsed/fvillar/principal/pdf/proyecto/cap_06_proc_info.pdf

Villena, D. (2017). ¿Qué es el funcionalismo? *Letras*, 88(127), 129-155. Recuperado de
<http://www.scielo.org.pe/pdf/letras/v88n127/a06v88n127.pdf>

Zubieta, E., Beramendi, M., Sosa, F. y Torres, J. (2011). Sexismo ambivalente, estereotipos y valores en el ámbito militar. *Revista de Psicología*, 29(1), 101-130. Recuperado de <http://revistas.pucp.edu.pe/index.php/psicologia/article/view/1154/1119>

ANEXOS

1. Consentimiento informado

Consentimiento Informado

Yo (escribir iniciales), _____ de _____ años de edad, acepto de manera voluntaria participar en la aplicación del **Inventario de Eventos Sexistas a lo largo de la vida (SSE-LM)** y de la **Escala de Percepción Global de Estrés (EPGE)** que será realizada por Rodrigo Albitres Vidal con código 201321051, bachiller de la Facultad de Psicología de la Universidad Ricardo Palma. La evaluación se realizará como parte de su Tesis para obtener el grado académico de Licenciatura. En la presente, se recabarán datos sobre discriminación sexista y percepción global de estrés en mujeres para su posterior análisis estadístico.

- El evaluador se compromete a no revelar la identidad de la evaluada en ningún momento del proceso, ni después de este.
- La aplicación del instrumento de evaluación no resultará perjudicial a la integridad de la evaluada.

Lima, ____ de _____ del 2019

Firma de la evaluada

Firma del evaluador

2. Pruebas psicométricas

2.1 Inventario de Eventos Sexistas a lo largo de la vida (SSE-LM)

Por favor piense cuidadosamente sobre su vida mientras responde las siguientes preguntas. Por cada pregunta responda pensando en cómo ha sido toda su vida. Escriba en cada casillero la opción que mejor describa sus vivencias usando la siguiente regla:

- (1): Si el evento le ha ocurrido NUNCA.
- (2): Si el evento le ha ocurrido DE VEZ EN CUANDO (menos del 10% del tiempo)
- (3): Si el evento le ha ocurrido A VECES (10-25% del tiempo)
- (4): Si el evento le ha ocurrido MUCHO (26-49% del tiempo)
- (5): Si el evento le ha ocurrido BUENA PARTE DEL TIEMPO (50-70% del tiempo)
- (6): Si el evento le ha ocurrido CASI TODO EL TIEMPO (más del 70% del tiempo)

A LO LARGO DE TODA SU VIDA...

1. ¿Cuántas veces sus profesores la han tratado de manera injusta por ser mujer?	
2. ¿Cuántas veces sus jefes o supervisores la han tratado de manera injusta por ser mujer?	
3. ¿Cuántas veces sus compañeros de trabajo, de estudio o sus colegas la han tratado de manera injusta por ser mujer?	
4. ¿Cuántas veces algún empleado del rubro de servicios (mozos, mozas, “barmans”, cajeros, cajeras, mecánicos y otros) la ha tratado de manera injusta por ser mujer?	
5. ¿Cuántas veces alguna persona extraña la ha tratado de manera injusta por ser mujer?	
6. ¿Cuántas veces algún empleado del rubro de salud (doctores, doctoras, enfermeras, enfermeros, dentistas, psicólogos, psicólogas, dentistas, terapistas, pediatras, directores y otros) la ha tratado de manera injusta por ser mujer?	
7. ¿Cuántas veces sus vecinos la han tratado de manera injusta por ser mujer?	
8. ¿Cuántas veces su enamorado, padre o algún otro hombre importante en su vida la ha tratado de manera injusta por ser mujer?	
9. ¿Cuántas veces le han denegado un aumento, un ascenso, un puesto de trabajo o algún otro merecimiento en el trabajo por ser mujer?	
10. ¿Cuántas veces su familia la ha tratado de manera injusta por ser mujer?	
11. ¿Cuántas veces han intentado proparse con usted por ser mujer?	
12. ¿Cuántas veces le han faltado el respeto por ser mujer?	
13. ¿Cuántas veces usted ha querido enfrentar a alguien por discriminar a las mujeres?	
14. ¿Cuántas veces se ha enojado por haber sido objeto de discriminación sexual?	
15. ¿Cuántas veces se ha visto forzada a tomar decisiones drásticas (como sentar una denuncia, mudarse u otro tipo de acciones) para alejarse de alguna discriminación sexual que le hicieron a usted?	
16. ¿Cuántas veces le han dicho por la calle frases que la discriminan sexualmente (“piropos”)?	
17. ¿Cuántas veces se ha enfrascado en una discusión o pelea sobre alguna frase o conducta de discriminación sexual hacia usted o a alguien más?	
18. ¿Cuántas veces se han reído, molestado, amenazado, empujado o pegado por ser mujer?	
19. ¿Cuántas veces ha escuchado a la gente hacer bromas degradantes o que discriminan a la mujer?	
20. ¿Cuán diferente sería su vida ahora si NO LE HUBIERAN discriminado sexualmente y no se le hubiera tratado de manera injusta? (1): Sería igual como lo es ahora (2): Un poco diferente (3): Diferente en algunas formas (4): Diferente en regulares formas (5): Diferentes en muchas formas (6): Totalmente diferente	

2.2 Escala de Percepción Global del Estrés para universitarios (Guzmán, EPGE - 2015)

Marca con una “X” en el casillero aquella opción que exprese mejor tu situación actual, teniendo en cuenta el último mes. Para cada pregunta coloca sólo una opción.

	Nunca	Casi Nunca	De vez en cuando	Frecuente mente	Casi siempre
1. En el último mes ¿cuán seguido has estado molesto porque algo pasó de forma inesperada?					
2. En el último mes ¿cuán seguido te has sentido incapaz de controlar hechos importantes en tu vida?					
3. En el último mes ¿cuán seguido te has sentido continuamente tenso?					
4. En el último mes ¿cuán seguido te sentiste seguro de tus habilidades para manejar tus problemas personales?					
5. En el último mes ¿cuán seguido has sentido que has afrontado efectivamente los cambios importantes que han estado ocurriendo en tu vida?					
6. En el último mes ¿cuán seguido confiaste en tu capacidad para manejar tus problemas personales?					
7. En el último mes ¿cuán seguido sentiste que las cosas te estaban resultando como tú querías?					
8. En el último mes ¿cuán seguido te diste cuenta que no podías hacer todas las cosas que debías hacer?					
9. En el último mes ¿cuán seguido has podido controlar las dificultades de tu vida?					
10. En el último mes ¿cuán seguido has sentido que tienes el control de todo?					
11. En el último mes ¿cuán seguido te has sentido molesto por situaciones que estaban fuera de tu control?					
12. En el último mes ¿cuán seguido pudiste controlar las manera en que utilizaste el tiempo?					
13. En el último mes ¿cuán seguido sentiste que los problemas se te habían acumulado?					

Ítems Indirectos : 4, 5, 6, 7, 9, 10, 12 (los puntajes se invierten)

Ítems Directos : 1, 2, 3, 8, 11, 13

El puntaje puede ir desde 0 hasta 52, siendo un puntaje mayor un indicador de estrés más alto.

3. Validación por jueces

Se validó la adaptación lingüística del Inventario de Eventos Sexistas (Schedule of Sexist Events) en su forma de “a lo largo de toda la vida” en el año 2016 utilizando una muestra de 102 alumnas entre 17 y 30 años de edad de la Facultad de Psicología de una Universidad de Lima Metropolitana. Los resultados de la V de Aiken se muestran en las siguientes tablas (tablas 10 y 11), en donde se encontró que con índices mayor a .60 la redacción es clara y los ítems miden adecuadamente el constructo.

Tabla 10.

Validación por jueces con respecto a la Calidad de Redacción

	Degradación sexista								Relaciones distantes						Relaciones cercanas			En el trabajo		
	11	12	13	14	16	17	18	19	1	3	4	5	6	7	8	10	20	2	9	15
Juez 1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
Juez 2	1	1	1	0	0	0	1	0	1	0	1	1	1	1	1	1	0	1	1	0
Juez 3	1	1	0	0	0	0	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	0
Juez 4	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
Juez 5	0	1	1	0	1	0	0	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
Juez 6	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
	.83	1.0	.83	.33	.67	.50	.83	.50	1.0	.83	1.0	1.0	1.0	1.0	1.0	.67	1.0	1.0	.67	
V de Aiken	.69								.97						.89			.89		
.86																				

Tabla 11.

Validación por jueces con respecto a la Medición de la Variable de Estudio

	Degradación sexista								Relaciones distantes						Relaciones cercanas			En el trabajo		
	11	12	13	14	16	17	18	19	1	3	4	5	6	7	8	10	20	2	9	15
Juez 1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
Juez 2	1	1	1	0	0	0	1	0	1	0	1	1	1	1	1	1	0	1	1	0
Juez 3	1	1	0	0	0	0	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
Juez 4	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1
Juez 5	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
Juez 6	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1
	1.0	1.0	.83	.67	.67	.67	1.0	.67	1.0	.83	1.0	1.0	1.0	1.0	1.0	.67	.83	1.0	.83	
V de Aiken	.81								.97						.89			.89		
.89																				

4. Alfa de Cronbach

En la tabla 12 se muestra que el Inventario de Eventos Sexistas (SSE-LM) en su forma de “a lo largo de toda la vida” fue puesto a prueba por el Alfa de Cronbach para hallar el valor de confiabilidad. Los resultados muestran, que con un índice de .881, la prueba cumple con los criterios mínimos de confiabilidad.

Tabla 12.

Estadísticos descriptivos con respecto al Alfa de Cronbach del SSE-LM

Alfa de Cronbach	.881
Alfa de Cronbach basada en los elementos tipificados	.885
N de elementos	20

Asimismo, la tabla 13 muestra que la correlación ítem-total en cada uno de ellos supera el valor de .20. Por ende, se concluye que cada elemento cumple con los criterios mínimos para ser confiables.

Tabla 13.

Estadísticos Total-Elemento con respecto al Alfa de Cronbach si se elimina el elemento del SSE-LM

Ítem	Correlación elemento total-correcta
1. ¿Cuántas veces sus profesores la han tratado de manera injusta por ser mujer?	.388
2. ¿Cuántas veces sus jefes o supervisores la han tratado de manera injusta por ser mujer?	.450
3. ¿Cuántas veces sus compañeros de trabajo, de estudio o sus colegas la han tratado de manera injusta por ser mujer?	.460
4. ¿Cuántas veces algún empleado del rubro de servicios (mozos, mozas, bartenders, cajeros, cajeras) la ha tratado de manera injusta por ser mujer?	.517
5. ¿Cuántas veces alguna persona extraña la ha tratado de manera injusta por ser mujer?	.673

6. ¿Cuántas veces algún empleado del rubro de salud (doctores, doctoras, enfermeras, enfermeros, dentistas, psicólogos, psicólogas) la ha tratado de manera injusta por ser mujer?	.560
7. ¿Cuántas veces sus vecinos la han tratado de manera injusta por ser mujer?	.456
8. ¿Cuántas veces su enamorado, padre o algún otro hombre importante en su vida la ha tratado de manera injusta por ser mujer?	.471
9. ¿Cuántas veces, por ser mujer, le han denegado un aumento, un ascenso, un puesto de trabajo o algún otro merecimiento en el trabajo?	.434
10. ¿Cuántas veces su familia la ha tratado de manera injusta por ser mujer?	.456
11. ¿Cuántas veces se han querido propasar con usted por ser mujer?	.583
12. ¿Cuántas veces le han faltado el respeto por ser mujer?	.600
13. ¿Cuántas veces usted ha querido encarar a alguien por ser sexista?	.393
14. ¿Cuántas veces se han enojado por algo sexista que le hicieron a usted?	.526
15. ¿Cuántas veces se ha visto forzada a tomar decisiones drásticas (como sentar una denuncia, mudarse u otro tipo de acciones) para alejarse de algo sexista que le hicieron a usted?	.473
16. ¿Cuántas veces le han dicho frases sexistas por la calle?	.354
17. ¿Cuántas veces se ha enfrascado en una discusión o pelea sobre algo sexista que se le fue dicho o hecho a usted o a alguien más?	.528
18. ¿Cuántas veces se han reído, molestado, amenazado, empujado o pegado por ser mujer?	.555
19. ¿Cuántas veces ha escuchado a la gente hacer bromas sexistas o degradantes para el sexo opuesto?	.541
20. ¿Cuán diferente sería su vida ahora si no se le hubiera tratado de una manera sexista e injusta?	.437
