UNIVERSIDAD NACIONAL DANIEL ALCIDES CARRIÓN

ESCUELA DE POSGRADO

T E S I S

Salud mental y ansiedad en madres primíparas atendidas en el Hospital Regional Daniel Alcides Carrión – Pasco, 2025

Para optar el grado académico de Maestro en:

Salud Pública y Comunitaria

Mención: Gerencia en Salud

Autor:

Bach. Jony Noe Ramos Vilca

Asesor:

Mag. Vilma Eneida Palpa Inga

Cerro de Pasco – Perú – 2026

UNIVERSIDAD NACIONAL DANIEL ALCIDES CARRIÓN

ESCUELA DE POSGRADO

T E S I S

Salud mental y ansiedad en madres primíparas atendidas en el Hospital Regional Daniel Alcides Carrión – Pasco, 2025

Sustentada y aprobada ante los miembros del jurado:

Dra. Elsa Ruth MONTERO JARA **PRESIDENTE**	**Dr. Cesar Ivan ROJAS JARA** **MIEMBRO**

Dra. Lola Maxima CHIRRE INOCENTE
MIEMBRO

Universidad Nacional Daniel Alcides Carrión
Escuela de Posgrado
Unidad de Investigación

INFORME DE ORIGINALIDAD N° 119-2026- DI-EPG-UNDAC

La Unidad de Investigación de la Escuela de Posgrado de la Universidad Nacional Daniel Alcides Carrión, ha realizado el análisis con exclusiones en el Software Turnitin Similarity, que a continuación se detalla:

Presentado por:
Jony Noe RAMOS VILCA

Escuela de Posgrado:
MAESTRÍA EN SALUD PÚBLICA Y COMUNITARIA MENCIÓN: GERENCIA EN SALUD

TIPO DE TRABAJO:
TESIS

TÍTULO DEL TRABAJO:
SALUD MENTAL Y ANSIEDAD EN MADRES PRIMÍPARAS ATENDIDAS EN EL HOSPITAL REGIONAL DANIEL ALCIDES CARRIÓN – PASCO, 2025

ASESOR (A): Mg. Vilma Eneida PALPA INGA

Índice de Similitud:
7%

Calificativo
APROBADO

Se adjunta al presente el informe y el reporte de evaluación del software similitud.

Cerro de Pasco, 02 de julio del 2026

Firma Digital UNIVERSIDAD NACIONAL DANIEL ALCIDES CARRIÓN [AVANZADA]
Firmado digitalmente por ALEJOS LOPEZ Jacinto Alejandro FAU 20154605046 soft
Motivo: Soy el autor del documento
Fecha: 02.07.2026 22:28:07 -05:00

DOCUMENTO FIRMADO DIGITALMENTE
Dr. Jacinto Alejandro ALEJOS LOPEZ
DIRECTOR

c.c. Archivo
JLBD/EPG

DEDICATORIA

A Dios, fuente de fortaleza y sabiduría, por guiarme en cada paso de este camino y brindarme la perseverancia necesaria para culminar este proyecto.

A mis padres, por su amor incondicional, por enseñarme el valor del esfuerzo y por ser el ejemplo constante de superación que me inspira cada día.

A mi familia, por su apoyo, comprensión y paciencia durante las largas jornadas de estudio e investigación.

A las madres primíparas que participaron en este estudio, por su disposición y confianza, quienes con sus experiencias hicieron posible la realización de esta investigación.

Y finalmente, a todas las mujeres que inician el camino de la maternidad, con el deseo de que este trabajo contribuya a comprender mejor su bienestar emocional y la importancia de cuidar su salud mental en esta etapa tan significativa de la vida.

AGRADECIMIENTO

Expreso mi profundo agradecimiento a la Universidad Nacional Daniel Alcides Carrión, institución que me brindó la formación académica y las herramientas necesarias para el desarrollo de esta investigación, contribuyendo de manera decisiva a mi crecimiento profesional y personal.

Mi especial reconocimiento a mi asesora, la Mg. Vilma Eneida Palpa Inga, por su orientación constante, sus valiosas observaciones y la dedicación brindada durante el proceso de elaboración de esta tesis. Su experiencia y compromiso académico fueron fundamentales para alcanzar los objetivos planteados.

Asimismo, extiendo mi sincero agradecimiento al Ing. Fischer Yali Luna, cuyo apoyo externo, asesoría técnica y disposición para compartir sus conocimientos hicieron posible el fortalecimiento y la correcta aplicación de los contenidos desarrollados en esta investigación.

A todos ellos, mi gratitud y respeto por ser parte importante de la culminación de este trabajo académico.

RESUMEN

El estudio titulado “Salud mental y ansiedad en madres primíparas atendidas en el Hospital Regional Daniel Alcides Carrión – Pasco, 2025” tuvo como objetivo determinar la relación entre salud mental y ansiedad en madres primíparas. Se empleó un enfoque cuantitativo, de tipo correlacional y diseño no experimental de corte transversal, con una muestra de 355 madres primíparas atendidas en el mencionado hospital. Para la recolección de datos se aplicaron instrumentos estandarizados que midieron el bienestar psicológico (salud mental) y los niveles de ansiedad. El análisis estadístico se realizó mediante el coeficiente de correlación Rho de Spearman. Los resultados evidenciaron una correlación negativa y significativa (Rho = –0,543; $p < 0,01$) entre salud mental y ansiedad, lo que indica que, a mayor bienestar psicológico, menores niveles de ansiedad. Asimismo, en las dimensiones de la salud mental se observaron correlaciones significativas e inversas con la ansiedad: autoaceptación (Rho = –0,443), relaciones positivas (Rho = –0,463), dominio de entorno (Rho = –0,516), propósito de vida (Rho = –0,529), autonomía (Rho = –0,458) y crecimiento personal (Rho = –0,444). Se concluye que el bienestar psicológico constituye un factor protector frente a la ansiedad en el periodo posparto, por lo que resulta necesario fortalecer el apoyo emocional y la intervención psicosocial en las madres primíparas para favorecer su adaptación al rol materno y su salud mental integral.

Palabras clave: salud mental, ansiedad, madres primíparas, bienestar psicológico, puerperio.

ABSTRACT

The study entitled “Mental Health and Anxiety in First–Time Mothers Treated at the Daniel Alcides Carrión Regional Hospital – Pasco, 2025” aimed to determine the relationship between mental health and anxiety in first–time mothers. A quantitative, correlational, non–experimental, cross–sectional design was used with a sample of 355 first–time mothers treated at the aforementioned hospital. Standardized instruments were used to collect data and measure psychological well–being (mental health) and anxiety levels. Statistical analysis was performed using Spearman's rho correlation coefficient. The results showed a significant negative correlation (Rho = –0.543; $p < 0.01$) between mental health and anxiety, indicating that greater psychological well–being is associated with lower anxiety levels. Furthermore, significant inverse correlations were observed between mental health dimensions and anxiety: self–acceptance (Rho = –0.443), positive relationships (Rho = –0.463), environmental mastery (Rho = –0.516), purpose in life (Rho = –0.529), autonomy (Rho = –0.458), and personal growth (Rho = –0.444). It is concluded that psychological well–being constitutes a protective factor against anxiety in the postpartum period. Therefore, it is necessary to strengthen emotional support and psychosocial intervention for first–time mothers to promote their adaptation to the maternal role and their overall mental health.

Keywords: mental health, anxiety, first–time mothers, psychological well–being, postpartum period.

INTRODUCCIÓN

El presente trabajo de investigación titulado “Salud mental y ansiedad en madres primíparas atendidas en el Hospital Regional Daniel Alcides Carrión – Pasco, 2025”, se desarrolló con el propósito de analizar la relación existente entre el estado de salud mental y los niveles de ansiedad en mujeres que experimentan la maternidad por primera vez, considerando que el puerperio representa una etapa de profundas transformaciones biológicas, emocionales y sociales. La relevancia de este estudio radica en que la salud mental materna constituye un factor determinante para el bienestar del binomio madre–hijo, y su alteración puede afectar tanto el vínculo afectivo como el desarrollo integral del recién nacido.

La investigación se fundamenta en la necesidad de visibilizar las dificultades psicológicas que enfrentan las madres primíparas, quienes suelen experimentar altos niveles de ansiedad ante la adaptación al nuevo rol, las responsabilidades del cuidado del recién nacido y los cambios en su identidad personal y social. En este contexto, el estudio aporta evidencia científica que permite comprender la importancia de fortalecer la salud mental positiva y el afrontamiento emocional durante el periodo posparto, promoviendo estrategias preventivas y de acompañamiento psicológico en los servicios de salud.

El estudio se desarrolló en cuatro capítulos.

El Capítulo I, denominado Introducción, presenta el planteamiento del problema, la formulación de los objetivos generales y específicos, la justificación del estudio y la delimitación conceptual y contextual del tema.

El Capítulo II, correspondiente al Marco Teórico, expone las bases conceptuales, antecedentes nacionales e internacionales, así como los fundamentos teóricos relacionados con la salud mental, la ansiedad y la experiencia de la maternidad, sustentándose en autores clásicos y contemporáneos.

El Capítulo III, referido al Marco Metodológico, describe el tipo y diseño de investigación, la población y muestra de estudio, los instrumentos aplicados, el procedimiento de recolección de datos y las técnicas estadísticas empleadas para el análisis.

Finalmente, el Capítulo IV, denominado Presentación, análisis y discusión de resultados, expone los hallazgos obtenidos mediante la aplicación del coeficiente Rho de Spearman, evidenciando la existencia de relaciones significativas e inversas entre las dimensiones de la salud mental y los niveles de ansiedad en las madres primíparas atendidas.

El presente estudio busca contribuir al conocimiento científico sobre la salud mental materna, proporcionando información relevante que sirva de base para la toma de decisiones en políticas de salud, la práctica profesional y futuras investigaciones orientadas al bienestar psicológico de la mujer durante la maternidad.

ÍNDICE

Página

DEDICATORIA

AGRADECIMIENTO

RESUMEN

ABSTRACT

INTRODUCCIÓN

ÍNDICE

ÍNDICE DE FIGURAS

CAPÍTULO I

PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN

1.1. Planteamiento del problema 1

1.2. Identificación y determinación del problema. 2

1.3. Formulación del problema 3

1.3.1. Problema general 3

1.3.2. Problemas específicos 3

1.4. Formulación de objetivos 4

1.4.1. Objetivo general 4

1.4.2. Objetivos específicos 4

1.5. Justificación de la investigación 5

1.6. Limitaciones de la investigación 6

CAPÍTULO II

MARCO TEÓRICO

2.1. Antecedentes de estudio 7

2.2. Bases teóricas científicas 16

2.3. Definición de términos conceptuales 52

2.4. Enfoque filosófico – epistémico..... 54

CAPÍTULO III

METODOLOGÍA Y TÉCNICAS DE INVESTIGACIÓN

3.1. Tipo de investigación 57

3.2. Nivel de investigación..... 57

3.3. Característica de la Investigación..... 58

3.4. Método de investigación 59

3.5. Diseño de investigación 59

3.6. Procedimiento del muestreo..... 60

3.7. Técnicas e Instrumentos de Recolección de Datos 61

3.8. Técnicas de Procedimiento y Análisis de Datos 62

3.9. Orientación ética 63

CAPÍTULO IV

PRESENTACIÓN DE RESULTADOS

4.1. Presentación, análisis e interpretación de resultados. 65

4.2. Discusión de resultados..... 93

CONCLUSIONES

RECOMENDACIONES

REFERENCIAS BILBIOGRÁFICAS

ANEXOS

ÍNDICE DE TABLAS

Página

Tabla 1. La salud mental en madres primíparas atendidas en el Hospital Regional Daniel Alcides Carrión – Pasco, 2025 65

Tabla 2. La salud mental en su dimensión auto aceptación y la ansiedad en madres primíparas atendidas en el Hospital Regional Daniel Alcides Carrión – Pasco, 2025 66

Tabla 3. La salud mental en su dimensión relaciones positivas en madres primíparas atendidas en el Hospital Regional Daniel Alcides Carrión – Pasco, 2025 67

Tabla 4. La salud mental en su dimensión dominio de entorno en madres primíparas atendidas en el Hospital Regional Daniel Alcides Carrión – Pasco, 2025 69

Tabla 5. La salud mental en su dimensión propósito de vida en madres primíparas atendidas en el Hospital Regional Daniel Alcides Carrión – Pasco, 2025 70

Tabla 6. La salud mental en su dimensión autonomía en madres primíparas atendidas en el Hospital Regional Daniel Alcides Carrión – Pasco, 2025 72

Tabla 7. La salud mental en su dimensión crecimiento personal en madres primíparas atendidas en el Hospital Regional Daniel Alcides Carrión – Pasco, 2025 74

Tabla 8. Ansiedad en madres primíparas atendidas en el Hospital Regional Daniel Alcides Carrión – Pasco, 2025 75

Tabla 9. Ansiedad de Rango en madres primíparas atendidas en el Hospital Regional Daniel Alcides Carrión – Pasco, 2025 77

Tabla 10. Ansiedad de Estado en madres primíparas atendidas en el Hospital Regional Daniel Alcides Carrión – Pasco, 2025 79

Tabla 11. Prueba de normalidad de las variables 81

Tabla 12. Nivel de correlación entre salud mental y ansiedad en madres primíparas atendidas en el Hospital Regional Daniel Alcides Carrión – Pasco, 2025 83

Tabla 13. Nivel de correlación entre autoaceptación y ansiedad en madres primíparas atendidas en el Hospital Regional Daniel Alcides Carrión – Pasco, 2025.....84

Tabla 14. Nivel de correlación entre relaciones positivas y ansiedad en madres primíparas atendidas en el Hospital Regional Daniel Alcides Carrión – Pasco, 2025.....86

Tabla 15. Nivel de correlación entre dominio del entorno y ansiedad en madres primíparas atendidas en el Hospital Regional Daniel Alcides Carrión – Pasco, 2025.....88

Tabla 16. Nivel de correlación entre propósito de vida y ansiedad en madres primíparas atendidas en el Hospital Regional Daniel Alcides Carrión – Pasco, 2025.....89

Tabla 17. nivel de correlación entre autonomía y ansiedad en madres primíparas atendidas en el Hospital Regional Daniel Alcides Carrión – Pasco, 2025 91

Tabla 18. Nivel de correlación entre crecimiento personal y ansiedad en madres primíparas atendidas en el Hospital Regional Daniel Alcides Carrión – Pasco, 2025.....92

ÍNDICE DE FIGURAS

Página

Figura 1. Criterios de salud mental positiva (modificado de Jahoda, 1958).....25

Figura 2. Categorías diagnosticas de salud mental según Keyes.....34

Figura 3. Modelo de promoción de la salud materna durante el postparto.....37

Figura 4. Manifestaciones de la reacción o estado de ansiedad.....44

Figura 5. Clasificación de los Trastornos de ansiedad en la DSM–IV 47

Figura 6. La salud mental en madres primíparas atendidas en el Hospital Regional Daniel Alcides Carrión – Pasco, 2025.....65

Figura 7. La salud mental en su dimensión auto aceptación y la ansiedad en madres primíparas atendidas en el Hospital Regional Daniel Alcides Carrión – Pasco, 2025.....66

Figura 8. La salud mental en su dimensión relaciones positivas en madres primíparas atendidas en el Hospital Regional Daniel Alcides Carrión – Pasco, 2025.....68

Figura 9. La salud mental en su dimensión dominio de entorno en madres primíparas atendidas en el Hospital Regional Daniel Alcides Carrión – Pasco, 2025.....69

Figura 10. La salud mental en su dimensión propósito de vida en madres primíparas atendidas en el Hospital Regional Daniel Alcides Carrión – Pasco, 2025.....71

Figura 11. La salud mental en su dimensión autonomía en madres primíparas atendidas en el Hospital Regional Daniel Alcides Carrión – Pasco, 2025 72

Figura 12. La salud mental en su dimensión crecimiento personal en madres primíparas atendidas en el Hospital Regional Daniel Alcides Carrión – Pasco, 2025.....74

Figura 13. Ansiedad en madres primíparas atendidas en el Hospital Regional Daniel Alcides Carrión – Pasco, 2025.....76

Figura 14. Ansiedad de Rango en madres primíparas atendidas en el Hospital Regional Daniel Alcides Carrión – Pasco, 2025.....77

Figura 15. Ansiedad de Estado en madres primíparas atendidas en el Hospital Regional Daniel Alcides Carrión – Pasco, 2025 79

CAPÍTULO I

PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN

1.1. Planteamiento del problema

El embarazo es el período en el que la madre crea un vínculo especial y duradero entre ella y su bebé, y de esta manera las situaciones y experiencias por las que atraviesa la madre afectarán directamente al bebé en desarrollo en el futuro. Por ello, es fundamental que la gestante mantenga un nivel saludable en lo psicológico y físico.

La felicidad psicológica según Veenhoven, es una valoración realizada en base a la experiencia, habilidades y calidad de vida que presenta el sujeto, incluyendo diversos aspectos de la vida con el fin de lograr la completa satisfacción del sujeto. De igual forma, Cruz señala que la salud mental es el análisis que hace una persona de acuerdo a las diferentes áreas de su vida, enfocándose en la cantidad de emociones positivas y negativas que ha manifestado, y se considera objeto de un buen grado de atención psicológica, cuando el número de emociones positivas supera al número de emociones negativas.

Para realizar un análisis de salud mental se toman en cuenta las experiencias de vida de las personas, por ello, Casimiro plantea que el bienestar psicológico en las

gestantes trae consigo tanto a la madre como al niño. El camino de las emociones positivas les permite llevar un día a día saludable y mirar la vida futura con optimismo. Por lo tanto, sabiendo que un nuevo miembro se unirá a la familia, la vida de la madre tendrá varios cambios, los cambios en su mayoría son positivos, sin embargo, en algunos casos, esto puede aparecer en una dirección negativa en la vida. alrededor de la vida de la madre, trayendo como consecuencia malestares físicos a la madre como náuseas, dolor de cabeza, etc., y malestares emocionales como inestabilidad emocional, depresión y ansiedad son los más comunes.

De esta forma, Álvarez y otros determinaron en Cuba que existe una relación inversa entre el bienestar psicológico y la ansiedad (Rho = –.895), similar al estudio realizado por De la Cruz (2020) en Ayacucho, con el objetivo de establecer una relación consistente entre la salud mental, determinando que existe una relación inversa entre el Bienestar Psicológico y la ansiedad (Rho = –.808).

Por lo tanto, de acuerdo con los datos presentados, se observó que la ansiedad es uno de los principales problemas que enfrentan los adolescentes, por lo que Ballesteros y colaboradores (2005) afirmaron que la ansiedad se presenta cuando una persona es consciente de situaciones que percibe como riesgosas o amenazantes. y moralista. Sentimiento de inutilidad. Al respecto, Fernández (2017) afirma que el 47% de las gestantes presentan altos niveles de ansiedad durante el segundo o tercer trimestre, generando sentimientos de desconcierto, ira, ansiedad y en ocasiones aislamiento.

1.2. Identificación y determinación del problema.

En cuanto a la delimitación espacial:

El estudio se desarrolló con los permisos pertinentes en el Hospital Regional Daniel Alcides Carrión – Pasco.

Sobre la delimitación temporal:

El periodo desarrollado fue de tres meses en el año 2025 siendo desde agosto a octubre.

La delimitación conceptual:

Se logro delimitar las variables de salud mental entendiéndose también que es lo mismo que decir bienestar psicológico y la ansiedad que las personas, por tener una relación empírica a la situación que vienen atravesando las madres primíparas.

1.3. Formulación del problema

1.3.1. Problema general

¿En qué medida se relaciona salud mental y ansiedad en madres primíparas atendidas en el Hospital Regional Daniel Alcides Carrión – Pasco, 2025?

1.3.2. Problemas específicos

- ¿Cómo se relaciona la salud mental en su dimensión *auto aceptación* y la ansiedad en madres primíparas atendidas en el Hospital Regional Daniel Alcides Carrión – Pasco, 2025?
- ¿Cómo se relaciona la salud mental en su dimensión *relaciones positivas* y la ansiedad en madres primíparas atendidas en el Hospital Regional Daniel Alcides Carrión – Pasco, 2025?
- ¿Cómo se relaciona la salud mental en su dimensión *dominio de entorno* y la ansiedad en madres primíparas atendidas en el Hospital Regional Daniel Alcides Carrión – Pasco, 2025?

- ¿Cómo se relaciona la salud mental en su dimensión *propósito de vida* y la ansiedad en madres primíparas atendidas en el Hospital Regional Daniel Alcides Carrión – Pasco, 2025?
- ¿Cómo se relaciona la salud mental en su dimensión *autonomía* y la ansiedad en madres primíparas atendidas en el Hospital Regional Daniel Alcides Carrión – Pasco, 2025?
- ¿Cómo se relaciona la salud mental en su dimensión *crecimiento personal* y la ansiedad en madres primíparas atendidas en el Hospital Regional Daniel Alcides Carrión – Pasco, 2025?

1.4. Formulación de objetivos

1.4.1. Objetivo general

Determinar la relación entre salud mental y ansiedad en madres primíparas en el Hospital Regional Daniel Alcides Carrión – Pasco

1.4.2. Objetivos específicos

- Relacionar la salud mental en su dimensión *auto aceptación* y la ansiedad en madres primíparas atendidas en el Hospital Regional Daniel Alcides Carrión – Pasco, 2025
- Relacionar la salud mental en su dimensión *relaciones positivas* y la ansiedad en madres primíparas atendidas en el Hospital Regional Daniel Alcides Carrión – Pasco, 2025
- Relacionar la salud mental en su dimensión *dominio de entorno* y la ansiedad en madres primíparas atendidas en el Hospital Regional Daniel Alcides Carrión – Pasco, 2025

- Relacionar la salud mental en su dimensión *propósito de vida* y la ansiedad en madres primíparas atendidas en el Hospital Regional Daniel Alcides Carrión – Pasco, 2025
- Relacionar la salud mental en su dimensión *autonomía* y la ansiedad en madres primíparas atendidas en el Hospital Regional Daniel Alcides Carrión – Pasco, 2025
- Relacionar la salud mental en su dimensión *crecimiento personal* y la ansiedad en madres primíparas atendidas en el Hospital Regional Daniel Alcides Carrión – Pasco, 2025

1.5. Justificación de la investigación

La gestación es el período entre la concepción y el nacimiento durante el cual el bebé crece y se desarrolla, asimilando y formando parte de todas las experiencias por las que pasa la madre. Se conoce que cerca del 45% de las mujeres embarazadas experimentan ansiedad en el segundo o tercer trimestre y, como resultado, la salud mental de la madre se resiente.

Por lo tanto, existe la necesidad de investigar la relación entre salud mental y ansiedad en mujeres primíparas dentro del campo de la ciencia, por lo que esta investigación brindará datos teóricos y actualizados para las mujeres embarazadas del Hospital Regional Daniel Alcides Carrión – Pasco, entre ellos la mejor comprensión del acontecimiento local real.

Asimismo, debido a los datos obtenidos, se podrán generar más investigaciones a futuro, por lo que esta investigación servirá de base para generar futuras investigaciones a nivel local y nacional.

1.6. Limitaciones de la investigación

Poca revisión bibliográfica sobre el estudio dentro de nuestro ámbito regional y local.

Limitaciones entre la paciente y nuestra persona por ser desconfianza el tema a tratar.

Escasa información sobre el manejo a personas primíparas en el Hospital Regional Daniel Alcides Carrión – Pasco.

Tiempo limitado en cuando a la interacción con personas primíparas.

CAPÍTULO II

MARCO TEÓRICO

2.1. Antecedentes de estudio

Según Andrade Rebolledo (1) en su tesis doctoral *"Factores psicosociales asociados al estado completo de salud mental de la mujer durante el puerperio"*, presentado a la Universidad de Concepción – Chile, para optar al grado académico de Doctora en Salud Mental, la investigación tuvo como objetivo determinar los factores psicosociales que se encuentran asociados al estado completo de la salud mental de la mujer en la etapa de puerperio mediato. El estudio utilizo un método cuantitativo, correlacional y transversal, periodo junio 2019 – marzo 2020, con una población de 215 puérperas, los instrumentos aplicados fueron el índice de felicidad de Pemberton, las escalas de estrés percibido, depresión de Edimburgo, Calidad de Sueño de Pittsburgh, autoeficacia en la lactancia materna, expectativas maternas, multidimensional de apoyo social percibido de Zimet, estrategias de afrontamiento. Los resultados manifestaron tres perfiles de salud mental durante el puerperio mediato: alto bienestar, alto en síntomas depresivos y estrés y Alto bienestar y estrés moderado. Concluyendo que se deben considerar estudios longitudinales para investigar más a fondo la salud mental de

las mujeres en el posparto y analizar la evolución de la salud mental y los predictores en los meses posteriores al parto, dado que se incrementan el riesgo de síntomas depresivos con respecto al grupo de mujeres con alto bienestar en el puerperio.

Según Serrano Mata (2) en su tesis doctoral *"Ansiedad, calidad de sueño, ingesta alimentaria de madres primigestas y despertares nocturnos de sus hijos lactantes."*, presentado en la Universidad Veracruzana–Instituto de Investigaciones Psicológicas, para obtener el grado de Doctora en Psicología, teniendo como objetivo estudiar la ansiedad, la calidad de sueño, la ingesta alimentaria de madres primigestas y el número de despertares de noche que tienen hijos en etapa lactante, perteneciente a un grupo de estimulación oportuna. La metodología de la investigación tuvo un estudio cuantitativo, de diseño no experimental – transversal, descriptivo analítico. La población participe fueron 38 madres con hijos lactantes. Los datos sobre la calidad del sueño y la ansiedad materna se midieron utilizando los indicadores característicos de la calidad del sueño y la ansiedad del estado de Pittsburgh. La ingesta de alimentos se determinó mediante un recordatorio de 24 horas. Además, la madre mantuvo un diario de sueño del bebé durante una semana. Los resultaron demostraron que La ansiedad se identificó como una respuesta emocional repetitiva de la nueva madre. Las personas que presentaban ansiedad rasgo tenían una mala calidad del sueño y presentaban trastornos diurnos. Las madres ansiosas comían una dieta alta en carbohidratos y alta en proteínas. El tiempo de sueño total promedio de 24 horas para las muestras de bebés fue de 11,25 horas. Hay un promedio de 1,7 velatorios por noche. Concluyendo que las madres con un primogénito presentan un alto nivel de ansiedad, y las madres primogénitas con ansiedad rasgo tienden a tener una mala calidad del sueño debido a la mala percepción del descanso. Esto se debe a que el tiempo de sueño es mínimo y la eficiencia del sueño es deficiente, lo que lleva a una disfunción diurna. Las nuevas

madres con ansiedad tienen una mayor ingesta de carbohidratos y proteínas. Tanto los rasgos como el estado de ansiedad no están directamente relacionados con la cantidad de despertares nocturnos que tiene un niño, ya que el estado de ansiedad en sí mismo es suficiente para inducir un sueño deficiente. La población infantil estudiada duerme menos de lo recomendado.

Según Lascano Paredes (3) en su investigación *"La adaptabilidad al rol materno y su influencia en los síntomas ansiosos depresivos en mujeres en la etapa postneonatal. caso: Centro de Salud Ingahurco Ambato área 1"*, presentada a la Pontificia Universidad Católica del Ecuador, previo a la obtención del título de Psicóloga Clínica, la investigación tuvo como objetivo principal, establecer la relación entre la adaptación al rol materno y la influencia que existe con aparición de síntomas ansiosos depresivos, este estudio tuvo una metodología correlacional de corte trasversal. La población y la muestra fueron de 55 madres en etapa postneonatal, que posteriormente fueron evaluadas con una ficha sociodemográfica. Con los resultados obtenidos se estableció que la adaptación al rol materno y los síntomas de depresión y síntomas de ansiedad poseen una correlación; concluyendo que a menor adaptabilidad existe mayor presencia de los síntomas ansiosos depresivos.

Según Andreu Pegó (4) en su tesis doctoral *"Proyecto Mamáfeliz: estudio sobre la salud mental prenatal a través de internet"*, presentada a la Universidad Jaume I, Facultad de Ciencias de la Salud, previo a la obtención del grado de doctor, teniendo como objetivo general profundizar en el análisis de un conjunto de variables sociodemográficas, obstétricas, médicas, hábitos de salud, de apoyo social y factores de vulnerabilidad psicopatológicos en mujer embarazada y su relación con las alteraciones emocionales, principalmente la depresión, además del ajuste y funcionamiento social en el periodo prenatal. Además, se pretendió analizar la utilidad clínica de la aplicación

online Mamá Feliz en la evaluación y el diagnóstico de alteraciones de estado de ánimo en este periodo de vida de la mujer y su derivación. La población y muestra de la investigación estuvo conformada por 266 mujeres en estado prenatal, participantes del programa Mama Feliz. Los resultados confirman que existe una diferencia significativa en las variables obstétricas entre mujeres con y sin síntomas depresivos, y que las mujeres que a menudo sufren de ambivalencia emocional y las mujeres al final del embarazo tienen riesgo de desarrollar síntomas depresivos. Del mismo modo, no se encontraron diferencias significativas esperadas entre otras variables sociodemográficas, de hábitos de salud o médicas, trastornos mentales pasado. Los resultados tienen diferencia significativa entre mujeres con y sin síntomas depresivos en variables psicopatológicas, y una mayor psicología asociada a rasgos de personalidad, habilidades de afrontamiento, ansiedad, eventos estresantes y apoyo social indica una vulnerabilidad. Concluyendo que existen muchos factores asociados a cada una de las variables analizadas asociadas a la salud mental de las mujeres prenatales. Por lo tanto, se construyó un modelo frugal de factores de riesgo y protección para explicar la proporción de cada variable dependiente: síntomas depresivos, adaptación y función social.

Según Arnal Remón (5) en su tesis doctoral *"Estudio de las alteraciones emocionales y del bienestar psicológico de la pareja en diferentes etapas de la transición a la maternidad y la paternidad"*, presentada a la Universidad Nacional de Educación a Distancia, Departamento de Psicología de la Personalidad, Evaluación y Tratamiento Psicológicos, para la obtención del grado de doctor, cuyo objetivo general fue conocer si existen diferencias entre los distintos momentos de transición a la paternidad y maternidad en alteraciones emocionales y una posible relación entre la ansiedad y la obtención de embarazo. Asimismo, comparar el grado de bienestar

psicológico de la pareja en las diferentes etapas de la transición a la maternidad/paternidad y, analizar las diferencias de sexo en cada uno de los grupos y en cada una de las etapas. La población y muestra de estudio estuvo conformada por 256 personas, dividida en 5 grupos: grupo sin hijos, con embarazo TRA, infértil, embarazo natural, con hijos. Los instrumentos utilizados fueron el Cuestionario de Ansiedad Estado–Rasgo; Inventario de Depresión de Beck y la Escala de Bienestar Psicológico de la Pareja. El análisis de los resultados muestra que es el grupo de "embarazo natural" el que experimenta la puntuación más baja en el bienestar psicológico de la pareja. La ansiedad característica acerca de las fluctuaciones fue mayor en el grupo "sin hijos" y mayor en las mujeres que en los hombres en toda la muestra. Con respecto al estado de ansiedad, solo hay una diferencia significativa entre el grupo "embarazo TRA" y el grupo "embarazo natural", y el grupo "embarazo TRA" tiende a tener un estado de ansiedad más alto que el grupo "infertilidad". Finalmente, el número de lesiones depresivas (medidas solo en el primer estudio) muestra que las mujeres en el grupo de embarazo espontáneo puntúan más alto que los hombres en el mismo grupo. Este trabajo permite evidenciar las diferentes dinámicas que se dan en cada etapa de la investigación. Las parejas tienen necesidades diferentes, y las peculiaridades de cada pareja complican mucho sus estudios, por lo que es necesario conocerlas para sugerir la intervención psicológica más adecuada en cada caso.

Nacionales

Según Izquierdo (6) en su estudio tuvo como propósito valorar si existían diferencias en el nivel de depresión posparto entre mujeres puérperas primíparas y multíparas atendidas en un establecimiento de salud de Lima Metropolitana durante el año 2024. La investigación fue de tipo prospectivo, transversal y con enfoque cuantitativo, aplicándose la Escala de Depresión Postnatal de Edimburgo a una muestra

conformada por 74 puérperas, seleccionadas mediante muestreo no probabilístico por conveniencia. Los resultados obtenidos revelaron diferencias estadísticamente significativas en los niveles de depresión posparto entre ambos grupos. En términos específicos, la frecuencia absoluta y relativa de casos de depresión posparto en las puérperas primíparas fue de 11 casos (29,7 %), mientras que en las multíparas se reportaron 5 casos (13,5 %). Este hallazgo evidencia una mayor prevalencia de síntomas depresivos en las madres primerizas, lo cual puede asociarse con factores como la falta de experiencia previa en el cuidado del recién nacido, la adaptación a los nuevos roles maternos y los cambios físicos y emocionales que conlleva el primer parto. Desde un punto de vista analítico, estos resultados coinciden con investigaciones previas que señalan que las mujeres primíparas suelen experimentar mayor vulnerabilidad emocional durante el puerperio, producto del estrés por el ajuste a la maternidad y la percepción de menor apoyo social o conyugal. En cambio, las multíparas, al contar con experiencias previas, tienden a desarrollar estrategias de afrontamiento más efectivas y un mejor manejo de las demandas del cuidado neonatal. En conclusión, el estudio aporta evidencia empírica que respalda la existencia de diferencias significativas en la prevalencia de depresión posparto según la paridad, destacando la necesidad de fortalecer las intervenciones preventivas y los programas de apoyo psicológico dirigidos especialmente a las madres primerizas durante el periodo posparto.

Según Sáenz Rabanal (7) en su tesis *"Bienestar psicológico y ansiedad en gestantes de la red de salud II Cajamarca, 2021"*, presentado en la Universidad Privada Antonio Guillermo Urrelo, presentada en cumplimiento parcial de los requerimientos para optar el título de Licenciada en Psicología, el presente estudio de investigación tuvo como objetivo general determinar la relación entre el bienestar psicológico y la ansiedad en gestantes, identificando el nivel de bienestar psicológico, de la ansiedad,

de la ansiedad de acuerdo con la edad y por último se identificó la dimensión con mayor predominio de la variable ansiedad. Para ello, este estudio fue correlacional básica, cuantitativa y descriptivamente mediante un diseño transversal no experimental utilizando una muestra de 100 gestantes. Los principales resultados muestran que existe una correlación inversa entre el bienestar psicológico y la ansiedad, mostrando que el bienestar psicológico llega al 65% y el nivel de ansiedad llega al 53%.

Según Núñez (8) en su tesis *"Impacto del COVID–19 en la salud mental de las gestantes en el Hospital Almanzor Aguinaga Asenjo de Chiclayo"*, presentado en la Universidad César Vallejo, escuela de posgrado, para obtener el grado académico de: maestra en gestión de los servicios de la salud, el objetivo de la investigación fue determinar el impacto del COVID – 19 en la salud mental de gestantes atendidas en el Hospital Almanzor Aguinaga Asenjo. Metodológicamente corresponde al no diseño de experimentos e investigación básica con enfoque descriptivo cuantitativo, transversal y causal. La población estuvo conformada por 50 gestantes, y en relación al medio de recolección de datos, se evalúan los efectos emocionales mediante la escala de depresión ansiedad y estrés. Los principales resultados mostraron que el 50% de las mujeres embarazadas experimentan efectos graves en la salud mental como consecuencia de la pandemia de Covid–19. De igual forma, el 28% del total de encuestados pertenecía al grupo de edad de 19–26 años con fuerte imagen de enfermedad mental, finalmente el 46% del total pertenecía al grupo parto espontáneo.

Según Villanueva Cucho (9) en su investigación *"Ansiedad por el embarazo de las gestantes atendidas en el puesto de salud Huacuas Tarma 2020"*, presentada a la Universidad Nacional de Huancavelica, facultad de ciencias de la salud, para optar el título de especialista en: emergencia y alto riesgo obstétrico, el objetivo fue determinar cómo es la ansiedad en el embarazo de las gestantes atendidas en el Puesto de Salud.

La investigación tuvo un estudio descriptivo prospectivo, no experimental; con una población y muestra censal, utilizando como técnica la encuesta y como instrumento el cuestionario. Los resultados indicaron que las gestantes atendidas fueron jóvenes, no se sienten con la responsabilidad de cuidar a un bebe por temor a lastimarlo y el miedo a quedarse solas. Concluyendo que la mayoría de las gestantes encuestadas presentaron ansiedad durante el embarazo, el parto y la hospitalización, y con el apoyo de los profesionales médicos y familiares se logró aliviar cada uno de estos sentimientos y sensaciones, siendo el trabajo un modo seguro y confiable.

Según Ardiles Guevara (10) en su tesis *"Estilos de afrontamiento y niveles de ansiedad en mujeres embarazadas de un centro de salud de Lima Metropolitana"*, presentada a la Universidad Nacional Mayor de San Marcos, Dirección General de Estudios de Posgrado, para optar el grado académico de magíster en psicología con mención en psicología clínica y de la salud; el propósito de la presente investigación fue determinar la correlación entre estilos de afrontamiento y ansiedad estado – rasgo en mujeres embarazadas de un Centro de Salud de Lima Metropolitana. El tipo de investigación que se utilizo fue no experimental con método descriptivo correlacional, La población estuvo conformada por mujeres gestantes inscritas en el servicio de psicoprofilaxis, teniendo a 100 gestantes como muestra. En este sentido, se aplicó un cuestionario de afrontamiento de estrés y un inventario de ansiedad Rasgo Estado, y el dispositivo mostró un nivel razonable de confiabilidad, importancia alta y entre las variables mostradas con respecto al estilo de afrontamiento y el nivel de ansiedad de las mujeres embarazadas, directamente. Asimismo, se determinó una correlación entre la dimensión de estilo de afrontamiento y el nivel de ansiedad característica del estado. También se hizo un análisis sobre la edad y el estado civil.

Según Lipa Tudela (11) en su investigación *"Características bio psico sociales asociadas a depresión postparto en puérperas atendidas en el Establecimiento de Salud I–4 José Antonio Encinas, Puno – 2016"*, presentado en la Universidad Nacional Del Altiplano, Escuela de Posgrado, para optar el grado académico de: magister scientiae en salud pública mención en dirección y gestión de servicios de salud; con objetivo principal de determinar las características biológicas, psicológicas y sociales, que se relacionan con la depresión postparto en la población de puérperas que concurren al Establecimiento de Salud José Antonio Encinas. El tipo de investigación fue descriptivo, analítico, la muestra fueron 78 puérperas. Las técnicas aplicadas fueron la entrevista y la encuesta, se aplicó la guía de entrevista y el test de la Escala de Edimburgo. Los resultados muestran que el 53% de las puérperas sufren de depresión posparto, el 40% de ellas consultan 6 o más veces antes del parto, el 47% no tienen sesión de psicoprevención obstétrica y el 44% son normales Rasgos sociales, incluyendo 45 rasgos psicológicos, 29% que vivieron parto y tenían antecedentes de embarazo, 46% que no tienen antecedentes de recién nacidos con apoyo familiar, 50% con apoyo de pareja 21% oscilan entre 25 a 29 años, 23% tienen estudios superiores, 42% tienen matrimonio estado de pareja, el 42% tiene vivienda propia, el 27% tiene menos de un hijo (primera madre). Concluyendo que, según el enunciado de la hipótesis, se acepta la hipótesis nula y se rechaza la hipótesis alternativa. Las características biológicas, psicológicas y sociales no se asocian con la depresión posparto, pero según el factor de contingencia de Elorza, existe una asociación positiva débil entre la edad y la depresión posparto.

2.2. Bases teóricas científicas

De la variable Salud Mental (V1)

Teorías fundamentales sobre el origen de Salud Mental – Teoría Biologista

Esta teoría define la enfermedad mental como un desorden o enfermedad orgánica. Las ciencias en las que se fundamenta son: Neurofisiología, Neuroquímica, Neurocirugía, Endocrinología Psiquiátrica y Genética. (12).

Teoría Conductista

Parte de un estudio de fisiología en Pavlov y las escuelas soviéticas. Rechazan el origen orgánico de la enfermedad mental y lo atribuyen a un comportamiento observable y medible. Siguiendo el trabajo de Pavlov, surge el conductismo operante de Skinner, que afirma que los comportamientos se perpetúan o se borran, dependiendo del resultado de esos comportamientos en el entorno del sujeto. (12)

Teoría psicodinámica o psicomotriz

Esta es una teoría creada por Freud, y la causa de la enfermedad mental radica en el conflicto psicológico interno que provoca la enfermedad mental. Ocurren como una experiencia fallida en las primeras etapas de la vida de un niño.

Otros partidarios de esta teoría reemplazan los roles de género e introducen otros factores como las relaciones interpersonales. (12)

Teorías Humanistas

Al principio influido por el conductismo. Posee una visión muy optimista o positiva de la persona. Entran en la personalidad del individuo. El mecanismo utilizado es el valor y la libertad.

Para ellos, la enfermedad mental tiene un carácter inadecuado porque no satisface las necesidades secundarias de los humanos. Desde este punto de vista, se les puede atribuir un origen social. (12)

Teorías Sociales

Condenan las estructuras sociales y las ven como factores que regulan la salud mental. En ellos podemos destacar: la cultura, la comunicación humana, etc. Algunos defensores de estas teorías se pueden encontrar entre los neofreudianos como Honey, Sullivan, etc. (12)

Teorías Cognitivas

Aparecen en la década de 1950, probablemente como consecuencia de la grave crisis que atraviesa el activismo. Decides estudiar procesamiento de información y sistemas cognitivos más avanzados. (12)

De la variable Ansiedad (V2)

Teoría bifactorial de Mowrer

Mowrer, En 1960 propuso el primer gran modelo explicativo de la ansiedad. Considera dos etapas en las que se produce y se mantiene la ansiedad.

a) Condicionamiento clásico Condicionamiento de Pavlov: Esta primera fase describe el establecimiento de una respuesta de miedo ante estímulos percibidos como peligrosos.
b) Condicionamiento operante o condicionamiento instrumental: La segunda etapa en la que el mantenimiento del miedo se produce a través de un mecanismo de evitación agresiva. Siguiendo con el ejemplo anterior, evitar los encuentros con perros mantiene el miedo a los perros, reforzando así la idea de que los perros son peligrosos y evitando la posibilidad de encontrarse con perros de forma segura.

Teoría de la preparación de Seligman

Seligman, diez años después (1970), en su teoría, propuso la capacidad innata de cada persona para aprender la reacción de la fobia. También creía que la fobia contenía cuatro cualidades:

a) Selectividad: La fobia no es arbitraria y significa que se limita a varios estímulos.

b) Fácil adquisición: Recuerda que las fobias pueden generarse en un único encuentro, sin que el encuentro o estímulo tenga por qué ser traumático.

c) Resistencia a la extinción: La fobia es difícil de eliminar.

d) Irracionalidad: Recordando el ejemplo del perro, la existencia de una discrepancia entre el peligro real y la respuesta del estímulo.

Teoría de la incubación de Eysenck

Eysenck propuso el tercer modelo de ansiedad en la década de 1980. Por tanto, la ansiedad se adquiere y mantiene según los principios clásicos del condicionamiento tipo B. Esto hace, entre otras cosas, menos dependiente del estado motivacional de una persona para la aparición de la ansiedad.

También es el llamado punto crítico, la interacción requerida para que la ansiedad se cultive o mantenga, es decir, la alta intensidad de la respuesta al estímulo, por ejemplo, el perro se escapa rápidamente y se asusta al verlo, y el estímulo está inmediatamente antes el perro Indica que está expuesto. (13)

Conceptualización de las variables

Variable Salud Mental (Bienestar psicológico)

La salud mental es algo más que la falta de enfermedad mental. Como se establece en la propia Constitución, los aspectos positivos de la salud mental se enfatizan en la definición de salud de la OMS. La salud no es sólo estar libre de

enfermedades y debilidades, también un estado de completo bienestar físico, mental y social. (14)

Los conceptos de salud mental incluyen el bienestar subjetivo, la autonomía, las habilidades, la dependencia intergeneracional y la conciencia de la capacidad para desempeñarse intelectual y emocionalmente. También se define como un estado de bienestar en el que las personas son capaces de reconocer sus capacidades, hacer frente a las tensiones habituales de la vida, realizar un trabajo productivo y fructífero y contribuir a sus comunidades. La salud mental es la capacidad de desarrollar las capacidades de los individuos y las comunidades para que puedan alcanzar sus objetivos. La salud mental es de interés para todos, no solo para los afectados por una enfermedad mental. De hecho, los problemas de salud mental afectan a la sociedad en su conjunto, no solo en áreas limitadas y aisladas, y por lo tanto plantean grandes desafíos para el desarrollo general. (14)

No hay grupo inmune, pero aumenta el riesgo entre los pobres, las personas sin hogar, los desempleados, los que tienen poca educación, las víctimas de la violencia, los migrantes y refugiados, los pueblos indígenas, las mujeres maltratadas y los ancianos abandonados. La salud mental, física y social están indisolublemente ligadas a todos los seres humanos. A medida que crece este conocimiento de la interdependencia, se vuelve cada vez más claro que la salud mental es un pilar central del bienestar general de las personas, las sociedades y las naciones. Desafortunadamente, en la mayor parte del mundo, la salud mental y las enfermedades mentales no reciben la misma importancia que la salud física. De hecho, era más probable que fueran objeto de ignorancia y negligencia. (14)

La Organización Mundial de la Salud (OMS) define la salud mental como un estado de bienestar en el que las personas son conscientes de sus capacidades, hacen frente al estrés de la vida normal, trabajan de forma productiva y satisfactoria y contribuyen con su comunidad. (15)

La salud mental se refiere a la capacidad de entablar relaciones armoniosas con los demás, participar en los cambios del entorno físico y social y contribuir constructivamente. También significa su capacidad para lograr la satisfacción armoniosa y equilibrada de sus propios impulsos instintivos, que además pueden encontrar la posibilidad de sus impulsos instintivos en los que el individuo entra en conflicto. Significa que logró desarrollar su carácter de la manera que pudo, una expresión armoniosa para realizar plenamente ese potencial. (15)

La salud mental es un estado dinámico y cambiante, no estático y definitivo. La salud no es permanente, sino que siempre debe ser "reciclada" a medida que cambian las circunstancias internas y/o externas de las personas. Es un proceso constante de coordinación y equilibrio que produce un movimiento continuo de crecimiento personal. (16)

Salud Mental Positiva

Jourard y Landsman Sugieren criterios similares para una salud mental positiva: autoestima positiva, capacidad para cuidar a los demás, capacidad para cuidar la naturaleza, apertura a nuevas ideas y personas, creatividad, capacidad para ser productivo, amor, capacidad y una percepción realista de uno mismo. (17)

Jensen y Bergin efectuaron una encuesta nacional con 425 terapeutas, como: terapeutas matrimoniales y familiares, psicólogos clínicos, trabajadores sociales y

psiquiatras; para identificar puntajes relacionados con la salud mental. Se han identificado ocho temas clave para la salud mental y un estilo de vida positivo: (18)

a) Percepción y expresión competente de las emociones (sensibilidad, honestidad, apertura a los demás).
b) Libertad/autonomía/responsabilidad (autocontrol, culpa propia, responsabilidad por las propias acciones, realce de las propias elecciones en el momento de la elección).
c) Integración, afrontamiento y trabajo (estrategias de afrontamiento efectivas, satisfacción laboral, voluntad de desempeño).
d) Autoconfianza/crecimiento (reconocimiento de posibilidades, autodisciplina).
e) Relaciones/relaciones interpersonales y compromisos familiares (capacidad de dar y recibir afecto, lealtad al matrimonio, compromisos con las necesidades familiares, abnegación).
f) Auto conservación/aptitud física (hábitos saludables, autodisciplina en el consumo de alcohol, drogas, tabaco).
g) Valores maduros (tener metas, principios e ideales).
h) (Perdonar (hacer expiación, perdonar a otros).

Han encontrado un alto nivel de consenso entre los profesionales. Muchos de estos valores son consistentes con los seis enfoques identificados por Jahoda. (19)

Se ha cuestionado la validez de uno de los componentes de la salud mental positiva: ¿es la percepción precisa de la realidad un sello distintivo de la salud mental positiva? Taylor y Brown afirman que se pueden adaptar ciertas ilusiones de salud mental y bienestar (20). Explican que las personas mentalmente sanas tienen una autoestima poco realista y positiva. Las personas comunes son más conscientes de sus

fortalezas, menos conscientes de sus debilidades, se perciben a sí mismas como mejores que el promedio y se ven a sí mismas de manera más positiva que a los demás. (21)

Otra ilusión que tienen las personas mentalmente sanas es el autocontrol exagerado. Taylor y Brown citan evidencia de que las personas deprimidas tienen más probabilidades de tener creencias realistas sobre el control personal que las personas no deprimidas. Las ilusiones positivas de control personal sobre el entorno, la autoestima y la esperanza en el futuro se relacionan con la salud mental, y estas ilusiones permiten que las personas se adapten. (20)

Según Taylor y Brown, la ilusión puede promover algunos criterios de salud mental, como la felicidad y la satisfacción, la capacidad de cuidar a los demás y la capacidad de ser intelectualmente creativo y productivo. Las personas sanas mentalmente aprenden de las experiencias negativas, pero sus ilusiones les ayudan a sobrellevar el estrés y la tensión. (20)

Estos autores dicen que las personas mentalmente sanas tienen la capacidad envidiable de distorsionar la realidad en la dirección de aumentar la autoestima, mantener las creencias en el logro personal y alentar visiones optimistas del futuro. (20)

La salud mental positiva depende de los valores subyacentes. Lo que se considera bueno y funcional muchas veces depende de quién lo mire y qué jerarquía de valores se aplique. La definición de salud mental positiva varía de una sociedad a otra. También pueden existir diferencias entre grupos sociales dentro de la sociedad (clase social, género, raza, etnia, etc.). También es cierto que la definición de salud mental positiva puede ser una función de la situación. (22)

La definición de salud mental positiva es contextual. Ciertos comportamientos pueden constituir comportamientos mentalmente saludables en algunas situaciones,

pero mentalmente malos en otras situaciones. Por ejemplo, el comportamiento en situaciones que amenazan la vida se puede definir como adaptativo, considerando el estrés en el medio ambiente. En la vida cotidiana normal, el mismo comportamiento puede definirse como extraño. (23)

Finalmente, según Jahoda, la definición de salud mental positiva está influenciada por cuatro suposiciones:

a) Los criterios para evaluar la salud y la enfermedad son controvertidos.
b) Ni la locura ni la cordura pueden definirse por la ausencia de la otra.
c) Hay un grado de salud mental
d) Un bajo nivel de salud mental no es equivalente a una enfermedad mental. (19)

En esta visión de la salud mental, una persona que no se considera discapacitada o no etiquetada se considera "normal". Normal es una persona que tiene la suerte de caer en la definición tradicional de enfermedad no mental. En otras palabras, tengo la suerte de no caer en el área definida como el área de la psiquiatría. (24)

El desarrollo científico de la psicología relacionado con los aspectos positivos del ser humano es muy inferior al avance asociado al estudio, comprensión y tratamiento de la enfermedad mental, y no existe una intervención en la salud mental desde un enfoque biomédico, básicamente un trastorno mental por un especialista. Sin embargo, en un informe integrado de 2004 sobre la promoción de la salud mental, la OMS identificó varios enfoques utilizados para comprender lo que se denomina salud mental positiva (SMP, por sus siglas en inglés) y se alejó de la salud biomédica y del comportamiento, un modelo que los reconoce como un esfuerzo necesario para construir la salud mental. a la salud mental. (24)

Este esquema de la OMS reconoce los modelos de varios autores que buscan investigaciones positivas sobre salud mental, que incluyen:

Modelo de salud mental positiva de Jahoda.

En 1958, la psicóloga social Marie Jahoda presentó el concepto actual de salud mental positiva como resultado de un comité conjunto establecido para evaluar la situación general de salud mental en los Estados Unidos. Gran integración muy utilizada por académicos e instituciones sociales. Jahoda revisó las ideas de salud mental existentes, descartó aquellas que contradecían el enfoque positivo y luego las resumió en seis enfoques o criterios. (25)

Consideró la salud mental positiva como un atributo o comportamiento personal más que colectivo. Desde este punto de vista, sería inapropiado hablar de "patología social" o "salud comunitaria". Sin embargo, reconoció que el entorno social y cultural puede promover o impedir el logro de la salud a través de normas para evaluar el comportamiento saludable. Cada criterio puede considerarse como un continuo entre los extremos positivos de salud y los extremos negativos de discapacidad o enfermedad.

Los seis criterios que ha recogido Jahoda para nuestro contexto social son: (25)

Figura 1. *Criterios de salud mental positiva (modificado de Jahoda, 1958)*

Factores y preguntas	Contenido
Actitud positiva hacia uno mismo	Contacto consigo mismo (acceso a la conciencia). Percepción correcta de sí mismo. Autoaceptación. Identidad integrada: «mismidad» y continuidad sí mismo.
Crecimiento / actualización personal	Proceso motivacional: sujeto guiado por valores / metas. positivos y trascendentes. «Inversión» en la vida y extensión hacia los demás y hacia valores positivos.
Integración / equilibrio interior	Perspectiva vital unitaria. Relación flexible entre fuerzas internas. Resistencia al estrés.
Autonomía razonable	Proceso: capacidad autorregulación y toma decisiones según valores y normas internalizados. Resultado: funcionamiento vital autónomo de demandas y presiones del entorno.
Percepción correcta realidad	Sin distorsiones significativas por demandas/presiones externas o necesidades internas. Sistema eficaz de prueba de la realidad. Capacidad de empatizar con otros.
Dominio / maestría razonable del entorno	Capacidad de experimentar comunidad y relaciones interpersonales satisfactorias. Capacidad de solución de problemas. Adaptación al entorno y sus cambios. Comportamiento eficiente para satisfacer demandas y alcanzar metas.

Fuente: Psicología Social Aplicada – Teoría, método y práctica (Sánchez Vidal, 2002)

1. Actitud positiva hacia sí mismo*:* Autoaceptación y autoconfianza en uno mismo, y autoconfianza en la capacidad de cuidar de uno mismo independientemente de los demás. (25) Contiene cuatro componentes de configuración específicos:

    - Tienes pleno acceso a tu conciencia, sin áreas inaccesibles o restringidas porque el tema es doloroso o inaceptable.
    - Modificación de la objetividad y del autoconcepto. Por tanto, no existen distorsiones asociadas a procesos patológicos o necesidades irracionales.
    - Acepta quién eres, no lo que quieres ser.
    - Identidad integrada (se logra solo en la edad adulta). Esto incluye la continuidad interna entre la "identidad" discernible y el "yo" continuo y estable a pesar de los cambios en el entorno.

2. Crecimiento, desarrollo y actualización de sí mismo y del potencial personal implícito: Esto incluye tres dimensiones: (25)

    - Autoconcepto positivo (estándar anterior).
    - Un proceso motivacional que lleva a una persona a metas, valores e intereses significativos más elevados y positivos que simplemente ser. La persona aprovecha al máximo su potencial y no sólo está satisfecha con sus necesidades, sino que también está orientada hacia el futuro y no hacia el pasado.
    - Invertir en la vida, incluida la capacidad de participar activamente con los demás, trabajar y relacionarse activamente con ideales, metas o estándares morales.

    Una persona autorrealizada o madura se caracteriza por un alto grado de desarrollo o diferenciación y puede guiarse por importantes metas preestablecidas que son eficientes. (25)

3. Integración de sí mismo: es decir, el grado en que las fuerzas y tendencias psicológicas están equilibradas e interactúan con flexibilidad en los procesos e interacciones sociales. Tolerancia al estrés y a la frustración en la que se tiene una perspectiva unificada, integrada e importante que da coherencia objetiva y significado subjetivo a todas las actividades importantes, evitando el riesgo de desequilibrios internos y el colapso del estrés propio De manera tolerante (este aspecto está relacionado con los estándares de autonomía y control ambiental). (25)

4. Autonomía: de procesos, normas interiorizadas, valores, capacidad de autorregulación y toma de decisiones según principios, y habitualidad estable relativamente independiente de las exigencias y tensiones físicas, psicológicas y

sociales del entorno. Persona que vive sobre la base estructural humana de las normas y el reino del medio ambiente como una acción. (25)

5. Correcta percepción de la realidad: incluyendo dos procesos complementarios:

   - Una percepción razonablemente objetiva del entorno y de uno mismo, según normas (fijadas o acordadas), independientemente de las propias necesidades. Por lo demás, el sujeto dispone de un sistema autónomo y eficaz de contrastación de la realidad para comprobar la correspondencia o discrepancias entre la realidad exterior y sus propias necesidades y deseos. (25)
   - La capacidad de experimentar y utilizar eficazmente la empatía y la sensibilidad social y respetar las emociones, ideas y valores de los demás.

   Como puede ver, se supone que la percepción es un fenómeno social, no puramente biofísico, y su modificación es un requisito previo para una interacción realista y efectiva con el entorno. Los malentendidos conducen a relaciones egocéntricas e ineficientes con los entornos sociales, psicológicos y materiales, pero la visión correcta nos permite reconocer los comportamientos verdaderamente extremos de las personas y de los demás en función de ellos, lo que permite tomar las medidas adecuadas. (15)

6. El dominio del entorno (competencia) en la calidad dual del proceso relacionado con el entorno y las consecuencias exitosas de ese proceso. Esto se evidencia por la presencia de habilidades o cualidades tales como: (25)

   - Habilidad para amar y experimentar placer sexual: idoneidad en relaciones interpersonales o emocionales significativas, y la habilidad de sentir comunidad con los demás.

- Adecuación del amor, el trabajo y el juego como forma básica de relación entre el ser humano y el medio ambiente.
- Eficiencia para cumplir con los requisitos ambientales y razonables sin dañar a otros o violar otros estándares positivos de salud mental.
- Adaptación al entorno y sus cambios, incluida la capacidad de cambiar uno mismo y el entorno. Esto es más que una simple adaptación al medio ambiente.
- Capacidad para resolver problemas y hacer frente al estrés de la vida normal.

Como puede ver, la propuesta contiene tres tipos de criterios. Criterios estructurales ligados a la estructura interna del individuo (actitud positiva e integración hacia uno mismo). Adaptativo, ambiental (autonomía, correcto reconocimiento y adquisición del entorno) y evolutivo (realización). El autor advierte que no existe un único concepto o criterio suficiente para indicar salud o bienestar. Para hacer esto, los criterios deben combinarse en múltiples dimensiones. Y esa salud o bienestar positivo a menudo no siempre se trata del máximo, sino del óptimo entre los dos extremos. El nivel ideal de autonomía en nuestra cultura no es la total independencia del medio ambiente y sus demandas (no deseable ya que significa egocentrismo extremo y apatía), sino la autorregulación y las demandas ambientales. (26)

Modelo de salud mental positiva de Lluch

Luego, en la década de 1990, María Teresa Lluch buscó evaluar empíricamente la validez del modelo de salud mental de Jahoda entre estudiantes de salud. A partir del desarrollo de varios estudios empíricos de este modelo, concluye formulando su propio modelo utilizando varios factores diferentes a los formulados previamente por Jahoda. Luego desarrolló una escala para medir varios elementos del modelo de salud mental

positiva y creó un modelo de seis criterios generales para evaluar la salud mental positiva: (16)

1. Satisfacción personal: Aspectos del autoconcepto y autoestima relacionados con las cualidades preferidas: físicas, personales, sociales, familiares y ético moral.
2. Actitudes pro sociales: incluye elementos que se consideran creíbles al evaluar las sensibilidades sociales, la propensión y las actitudes hacia los demás.
3. Autocontrol: La capacidad de afrontar situaciones de conflicto y mantener el equilibrio emocional.
4. Autonomía: Evaluar la independencia, la seguridad personal, la confianza en sí mismo, la autorregulación del comportamiento y la autorresponsabilidad.
5. Resolución de problemas y autorrealización: incluye ítems que evalúan la capacidad de toma de decisiones, la flexibilidad para adaptarse al cambio y la búsqueda del crecimiento personal.
6. Habilidades interpersonales: Contiene ítems relacionados con la capacidad de una persona para comprender los sentimientos de los demás y establecer relaciones interpersonales. Se configurará un cuestionario personalizado. Este es el primer medio de evaluar explícitamente la salud psicológica positiva.

Modelo de bienestar subjetivo de Diener

La última década del siglo XX se ha caracterizado por el rápido desarrollo de la teoría del bienestar, en la que destacan: Percepción subjetiva de la felicidad, incluyendo un modelo subjetivo de la felicidad del comensal. El bienestar subjetivo se refiere al equilibrio global que las personas crean a partir de oportunidades significativas, recursos sociales y personales, habilidades individuales y el curso del evento al que están expuestos. Privación o lujo, soledad o noviazgo, y la experiencia emocional resultante. (27)

El bienestar subjetivo (BS) define Diener como una forma de evaluar la vida de las personas en el momento presente y a largo plazo. Estas evaluaciones incluyen las reacciones emocionales de las personas ante el evento, su estado de ánimo y las decisiones que toman con respecto a la satisfacción con la vida, la realización y otros aspectos como el matrimonio y el trabajo. En 1984, desarrolló un modelo de tres factores para SWB. Describe cómo las personas experimentan la calidad de vida e incluye tanto las reacciones emocionales como el juicio cognitivo. Asume tres elementos de bienestar diferentes, pero a menudo relacionados: emociones positivas frecuentes, emociones negativas raras y evaluaciones cognitivas como la satisfacción con la vida. (27)

El bienestar subjetivo tiene una base mucho más emocional y se evalúa mediante indicadores como el bienestar, las emociones positivas y negativas o la satisfacción con la vida. Los elementos emocionales forman el nivel de placer. Es decir, incluye la alegría experimentada por aquellos con los sentimientos, sentimientos y estados de ánimo más comunes. Estos elementos están relacionados. Esto significa que aquellos que tienen una experiencia emocional agradable tienen más probabilidades de encontrar su vida deseable y positiva. Las personas con un alto grado de bienestar subjetivo evalúan más positivamente sus condiciones de vida y los acontecimientos vitales. Por otro lado, las personas "infelices" consideran que la mayoría de estos eventos son dañinos. (28).

Modelo de bienestar psicológico de Carol Ryff

El modelo se centró en el autodesarrollo, respondiendo a las luchas de las personas para lograr desafíos y objetivos clave, y evaluando sus condiciones de vida y funciones en la sociedad. Implica autoconciencia. Capacidad para gestionar

eficazmente el entorno y la vida misma. La calidad del enlace. La creencia de que la vida tiene propósito y significado a través de los proyectos de vida. (29)

Por lo tanto, la felicidad significa inevitablemente una evaluación de la situación y función de un individuo en la sociedad.

Ryff propuso seis dimensiones para hacer manipulable el bienestar psicológico: (29)

1. Autoaceptación: Las personas tratan de sentirse mejor, aunque son conscientes de sus límites.
2. Relaciones positivas con otras personas: Las personas necesitan relaciones sociales estables y amigos de confianza.
3. Autonomía: Para mantener la individualidad de uno en diversos contextos sociales, las personas deben disfrutar de la autodeterminación, mantener la independencia y la autoridad individual. La autonomía está asociada con la resistencia a la presión social y la autorregulación del comportamiento.
4. Dominio del entorno: Capacidad personal para seleccionar o crear un entorno favorable para satisfacer las propias necesidades y necesidades. Tiene que ver con el control sobre el mundo y la influencia sobre el contexto.
5. Propósito en la vida: Objetivos y metas que dan un sentido específico a la vida.
6. Crecimiento personal: Me interesa desarrollar posibilidades, crecer como persona y maximizar mis capacidades.

Modelo de bienestar social

En 1998, Keys desarrolló el concepto de bienestar social, que resume los aspectos interpersonales de la salud mental, además de intentar estudiar la salud mental positiva de los individuos. Este modelo consta de 5 dimensiones:

1. Integración social: Evaluar la calidad de las relaciones con la sociedad y la comunidad. Las personas con alto bienestar social se sienten parte de la sociedad, mantienen un sentido de pertenencia y tienen conexiones sociales con familiares, amigos, vecinos, etc. (30)
2. Aceptación social: La existencia de confianza, aceptación y actitudes positivas hacia los demás, como la honestidad, la amabilidad, la amabilidad, la atribución de habilidades, la aceptación de aspectos positivos y negativos de nuestra propia vida. (30)
3. Contribución social: es un sentido de utilidad que una persona es un miembro importante de la sociedad y tiene algo que ayudar a proporcionar al mundo. Esto es sinónimo de lucro, eficiencia y contribución al interés público. (30)
4. Actualización social: a noción de que la sociedad y las instituciones que la componen son dinámicas es el objetivo del que podemos beneficiarnos, confianza en el progreso y el cambio social, confianza en el futuro de la sociedad Capacidad de crecer y desarrollarse, generar riqueza, moverse en una dirección particular para lograr ese potencial. (30)
5. Coherencia social: Es una percepción de la calidad, organización y función del mundo social, con preocupación por saber lo que sucede en el mundo. La sensación de poder entender lo que sucede a nuestro alrededor. (30)

Modelo del estado completo de la salud mental

Posteriormente, a principios del siglo XXI, Coray Keyes definió la salud mental positiva como una serie de síntomas de hedonismo y funcionamiento positivo. Construir un modelo del estado completo de salud mental (para que sea operativo). Consiste en un modelo que muestra la existencia de dos factores: felicidad hedónica (hedonia) y felicidad (función positiva). (31)

El modelo de Keyes (32) se basa en dos nuevos axiomas centrales. Primero, defendemos que la salud y la enfermedad no son dos polos de una sola dimensión bipolar, sino dos dimensiones unipolares correlacionadas. Por lo tanto, la ausencia de discapacidad no garantiza la existencia de salud y viceversa. En segundo lugar, la salud mental requiere funciones psicosociales positivas (p. ej., metas de vida claras, alta resiliencia, relaciones positivas e íntimas con los demás, confianza en la sociedad y sus instituciones, y sentido de pertenencia). Para probar empíricamente estas dos agendas, Keys realizó un interesante estudio, midiendo la salud mental (bienestar subjetivo, bienestar psicológico, bienestar social) y la enfermedad mental (bienestar subjetivo, bienestar psicológico, bienestar social). (Episodios depresivos mayores, ansiedad general, trastorno de pánico y alcoholismo) representan dos aspectos diferentes del unipolar, aunque correlacionados. Además, las personas perfectamente sanas han mostrado objetivos más claros, mayor resiliencia, mayor intimidad en las relaciones sociales y faltan menos al trabajo. (33)

Keyes clasifica la salud mental positiva en tres categorías: rica, moderada y debilitante. Para ser diagnosticado con abundante salud mental, una persona debe tener una puntuación alta en al menos un aspecto del bienestar hedónico y una puntuación alta en al menos seis aspectos de la felicidad y el bienestar. Las personas que obtienen al menos una dimensión de bienestar hedónico en el nivel más bajo y al menos seis dimensiones también bajas son diagnosticadas con mala salud mental. Las personas que no encajan en ninguna de las categorías anteriores son diagnosticadas con salud mental moderada. (33)

Además, dada la presencia de síntomas psiquiátricos evaluados y, por lo tanto, la presencia o ausencia de discapacidad, Keyes tuvo buena salud mental en los últimos 12 meses y las personas sin enfermedad mental tuvieron buena salud mental.

Completamente fantasma. De igual forma, sujetos con buena salud mental que han presentado enfermedad mental en los últimos 12 meses y entran en la categoría de salud mental incompleta. La enfermedad mental completa es una categoría de evaluaciones de la mala salud mental de un sujeto y si ha tenido una enfermedad mental en los últimos 12 meses. (33)

Finalmente, los sujetos que tuvieron una enfermedad mental en los últimos 12 meses y se encontraban en una salud mental moderada se clasificaron como con enfermedad mental incompleta. Combinando la categoría de salud mental positiva con la presencia o ausencia de enfermedad mental se pueden distinguir seis grupos de personas. (33)

Figura 2. *Categorías diagnosticas de salud mental según Keyes*

Criterio diagnóstico	Descripción de los síntomas
Hedonía: se requiere un nivel alto en, al menos, una de las escalas de síntomas (síntomas 1 o 2) *Funcionamiento positivo:* se requiere un nivel alto en seis o más de las escalas de síntomas (síntomas 3-13)	1. Sentirse habitualmente contento, feliz, tranquilo, satisfecho, y lleno de vida (afecto positivo durante los últimos 30 días). 2. Sentirse satisfecho con la vida en general o con la mayor parte de sus ámbitos: trabajo, familia, amigos… (satisfacción con la vida). 3. Tener actitudes positivas hacia uno mismo y admitirse y aceptarse tal y como uno es (autoaceptación). 4. Tener actitudes positivas hacia las otras personas conociendo y aceptando su diversidad y complejidad (aceptación social). 5. Ser capaz de desarrollar el propio potencial, tener sensación de desarrollo personal, y estar abierto a experiencias que supongan un reto (crecimiento personal). 6. Creer que la gente, los grupos sociales, y la sociedad tienen un potencial de crecimiento y que evolucionan o crecen positivamente (actualización social). 7. Proponer metas y sostener creencias que confirman la existencia de una vida llena de sentido y de objetivos (propósito en la vida). 8. Sentir que la vida de uno mismo es útil a la sociedad y que los resultados de nuestras actividades son valorados por otras personas (contribución social). 9. Tener capacidad para manejar entornos complejos, así como para elegir aquellos que puedan satisfacer necesidades (dominio del entorno). 10. Estar interesado en la sociedad y en la vida social; sentir que la sociedad y la cultura son inteligibles, lógicas, predecibles, y con sentido (coherencia social). 11. Tener opiniones propias y ser capaz de resistir la presión social (autonomía). 12. Tener relaciones afectivas francas y satisfactorias con otras personas, así como ser capaz de desarrollar empa tía e intimar (relaciones positivas con otras personas). 13. Poseer un sentido de pertenencia a una sociedad que mejore nuestra calidad de vida y tener el sentimiento de que nos acoge y ofrece un cierto grado de protección (integración social).

Fuente: La aplicación del modelo del estado completo de salud al estudio de la depresión (Díaz D, Blanco A, Horcajo J, Valle C. 2007)

Modelo de salud mental positiva de George Vaillant

Siguiendo la investigación de Keyes en el campo de la salud mental positiva, en 2012 George Vaillant identificó siete vías utilizadas por diferentes médicos para conceptualizar y determinar la salud mental positiva. Se revisarán siete modelos para

conceptualizar la salud mental positiva. La salud mental está por encima de lo normal y se representa con una puntuación de > 80 en la Escala de Evaluación de la Actividad Global del Manual de Estadísticas y Diagnóstico de Enfermedades Mentales. Manual Psiquiátrico (DSMIV): (34)

- La salud mental como la existencia de múltiples fortalezas humanas, en lugar de no tener debilidades.
- La salud mental, como madurez.
- La salud mental, como dominio de emociones positivas.
- La salud mental, como una alta inteligencia socio – emocional.
- La salud mental, como un bienestar subjetivo.
- La salud mental, como una resiliencia.

Se han propuesto salvaguardas para la investigación en salud mental, incluida la necesidad de definir la salud mental en términos culturalmente sensibles y completos, y la necesidad de validar los estándares de salud mental empíricamente y a largo plazo. (34)

Si bien todos los modelos anteriores reflejan intentos de analizar aspectos relacionados con la salud mental positiva, el modelo completo de salud mental de Keyes proporciona funciones sociales asociadas con la presencia de síntomas y enfermedades hedonistas. Tenga en cuenta que es el único modelo a considerar. Comprender la salud mental, la enfermedad y la salud como dos aspectos interrelacionados. (33)

Modelo de promoción de salud materna durante el postparto

El 2013, se presentó un modelo para promover la salud de las mujeres embarazadas después del parto. Aplica el concepto de promoción de la salud y proporciona un marco para comprender los factores asociados con las transiciones

maternas exitosas y cómo se puede poner en práctica esta comprensión. El modelo se enfoca en los componentes clave de un período de ternero saludable: (35)

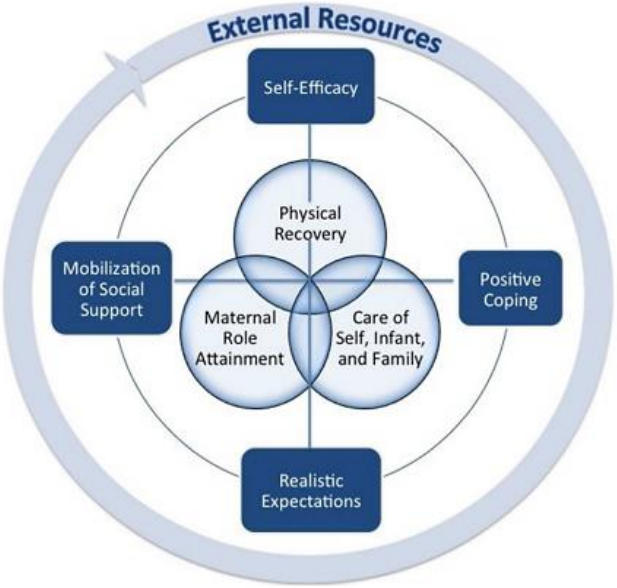
1) Recuperación física del embarazo y el parto.
2) Satisfacer las necesidades de las madres, los bebés y otras familias (incluidas las necesidades sociales).
3) Desempeño exitoso del rol de madre.

El siguiente nivel del modelo incluye habilidades individuales clave asociadas con la falta de experiencia de las mujeres para lograr sus objetivos posparto. Estas cuatro habilidades diferentes pero relacionadas son: (35)

1) Movilización efectiva del apoyo social
2) Autoeficacia
3) Estrategia de afrontamiento agresiva
4) Expectativas realistas y establecimiento de metas.

Finalmente, la capa externa del modelo tiene recursos externos que pueden ser necesarios durante un período posparto saludable. Esto incluye el acceso a servicios clínicos, servicios sociales, otros servicios de apoyo, información y recursos físicos como alimentación y vivienda. (35)

Figura 3. *Modelo de promoción de la salud materna durante el postparto*



Fuente: Entendiendo y Satisfaciendo las Necesidades de las Mujeres en el Posparto: El Modelo de Promoción de la Salud Materna Perinatal (Fahey & Shenassa, 2013)

El modelo de promoción de la salud materna de Fahey incluye los efectos de cuatro factores psicosociales relacionados con la salud materna posparto. Apoyo social, autoeficacia, habilidades de afrontamiento activo y expectativas maternas. El modelo de Fahey describe factores relacionados con la salud materna posparto, pero este modelo no explica la salud mental positiva y es un modelo incompleto. (35)

Uno de los modelos de salud mental perfecta es el modelo Keyes. Esto es para incluir la existencia de la posibilidad de trastornos del estado de ánimo como parte de la salud mental positiva y para presentar una visión más amplia del bienestar humano, así como de la felicidad o falta de enfermedad, pero da la oportunidad de alcanzar una mayor felicidad y placer felicidad en todas las situaciones de cada individuo. (35)

El modelo de promoción de la salud mental de Fahey se centra en el período posparto, pero no tiene en cuenta variables relacionadas con el estado de salud mental

completo. El modelo completo de salud mental de Keyes, por otro lado, no fue validado en mujeres postnatales aplicado al nacimiento. (35)

Salud Mental Materna

El 40 % de las mujeres corren el riesgo de desarrollar trastornos mentales posparto, como ansiedad, depresión y enfermedades mentales, y trastornos graves que afectan a alrededor del 1015 % de las mujeres posparto. Sin embargo, la OMS afirma que prácticamente todas las mujeres pueden desarrollar una enfermedad mental durante el embarazo o en el primer año del parto. Esto incluye pobreza, migración, estrés extremo, violencia (nacional, de género, de género), emergencias, situaciones de conflicto y desastres naturales. Bajo desastre y/o apoyo social. Puede aumentar el riesgo de ciertas condiciones médicas. (14)

Dimensiones

Autoaceptación

La autoaceptación significa amarse a uno mismo sin modificarse en una escala de valores. Al hacerlo, podrá concentrarse más en quién es usted que en lo que hace. Así, la autoestima incluye la auto aceptación. Porque si una persona tiene un alto grado de autoestima, es probable que también tenga una relación amable y receptiva consigo misma. (36)

Por lo tanto, la autoaceptación significa aceptar nuestros pensamientos, sentimientos y acciones de una manera realista y tolerante. Esto significa integrar nuestros propios aspectos positivos con nuestros límites en nuestro auto concepto. Esta integración se puede lograr a través del trabajo constante de autoconciencia. (36)

Relaciones positivas

Las relaciones positivas son el arte de la reciprocidad. Enriquecen activamente la vida de las personas y se basan en el respeto y la tolerancia. Son esenciales para la armonía en todos los ámbitos. Tener una buena relación significa no solo examinar tus pensamientos y dejar ir los pensamientos negativos, sino también evitar la autodestrucción. El pensamiento optimista, la congruencia interna y la autoaceptación también pueden ser claves para este objetivo. (37)

Beneficios de las relaciones positivas

Hay varios beneficios que las relaciones positivas pueden traer a una persona, algunos de los más importantes son: (37)

- Apoyar el establecimiento de relaciones amistosas.
- Ayuda a las personas a sentirse satisfechas.
- Aliviar la fatiga mental.
- Incrementar el simple acuerdo mutuo.

También es una oportunidad para comunicarse de manera más sensible con los miembros de la familia y las personas en el trabajo.

Dominio de entorno

Se refiere a la capacidad de una persona para seleccionar o crear un ambiente favorable para satisfacer sus necesidades y valores. Permite sensaciones que controlan eventos e influyen en el contexto a través de actividades físicas y mentales. Esto permite que las personas aprovechen las oportunidades que se presentan en el entorno. (38)

Se refiere a la gestión de las demandas y capacidades de su entorno para satisfacer sus necesidades y capacidades. Quienes están familiarizados con el entorno sienten que pueden tener un mayor control sobre el mundo, influir en el entorno que les

rodea, aprovechar eficazmente las oportunidades que ofrecen y crear o elegir un entorno que se adapte a sus necesidades y valores. Las personas con bajo dominio ambiental sienten que tienen dificultades para hacer frente a su vida diaria, no pueden mejorar o cambiar su entorno, desconocen o no aprovechan las oportunidades del entorno y sienten que no están utilizando el entorno. (38)

- **Propósito de vida**

  Se relaciona con sujetos que tienen sentido de meta, direccionalidad y orientación. Una persona que puede comprender sus experiencias presentes y pasadas y comprender el significado de su vida. (38)

  Significa que tu vida tiene significado y propósito. Las personas necesitan establecer metas y definir un conjunto de metas que les permitan encontrar sentido a sus vidas. Una persona que obtiene un puntaje alto en esta dimensión tiene una meta, un sueño o una meta, siente que su vida va hacia algún lado y tiene la creencia de que el presente y el pasado tienen sentido y dan sentido a su vida. Quienes obtienen puntajes bajos sienten que la vida no tiene sentido, no va a ninguna parte, tiene pocas metas y carece de las creencias que hacen que la vida tenga sentido. (27)

- **Autonomía**

  Tiene que ver con la necesidad de autodeterminación, independencia y autorregulación del comportamiento. Es la capacidad de funcionar de manera autónoma, resistir las presiones sociales y evaluarse a sí mismo con sus propios parámetros. (18)

  Incluso cuando van en contra de la mayoría de los puntos de vista de mantener su independencia personal y sus creencias, se siente capacitado para tomar decisiones sobre usted y su vida. Las personas con alta autonomía pueden resistir

las presiones sociales, ser capaces de coordinar su comportamiento desde adentro (en lugar de ser guiados por otros), volverse más autosuficientes y evaluarse a sí mismos de acuerdo con criterios personales. Las personas con baja autonomía se interesan, influencian o guían por las valoraciones y expectativas de los demás, toman decisiones en base a las opiniones de los demás, se adaptan a las presiones sociales y esperan de sí mismas, actúan y piensan en base a lo que creen ser. (14)

- **Crecimiento personal**

  Muestra interés en desarrollar el potencial propio, crecer como persona y maximizar las diversas habilidades. Significa enfrentar nuevos desafíos y tareas distintivas en cada etapa de la evolución. Puede conocerse a sí mismo y observar mejoras con el tiempo. (39)

  Consiste en maximizar tus talentos y habilidades, utilizando todas tus habilidades, desarrollando tu potencial y continuando creciendo como persona. Aquellos que obtienen una puntuación alta en este aspecto quieren seguir creciendo, abrazar nuevas experiencias, desarrollar su potencial y habilidades, mejorar con el tiempo y cambiar de una manera que refleje su confianza y eficacia. Las personas con puntajes bajos están estancadas, no tienen la sensación de mejorar con el tiempo, están aburridas, desmotivadas, indiferentes a la vida e incapaces de desarrollar nuevas actitudes, habilidades, creencias o comportamientos. (40)

Variable Ansiedad (V2)

La ansiedad se considera negativo, pero su presencia permite que el cuerpo active alarmas en situaciones estresantes o amenazantes. La ansiedad se considera una respuesta emocional que puede cambiar en respuesta a los estímulos de activación y se presenta con una variedad de síntomas como malestar, desconfianza, miedo y nerviosismo. (3)

Es necesario distinguir si la ansiedad es solo un estado emocional en una situación particular o una característica de una personalidad. El punto central para definir la ansiedad es si es concomitante (es decir, aguda, transitoria) o persistente (crónica) (41), Como una de las medidas psicométricas más utilizadas para evaluar la ansiedad, se toma como ejemplo el Inventario de Ansiedad Estado Rasgo, elaborado por Spielberger y Díaz Guerrero, este autor explica esta distinción señalando que la ansiedad estado es un estado emocional transitorio, pero la ansiedad rasgo se explica por la "tendencia a la ansiedad" típica de los rasgos de personalidad. (42)

La ansiedad prepara a las personas para acciones rápidas y eficientes. No es morboso en sí mismo, pero puede y es inevitable hasta cierto punto. (43)

La ansiedad, en sus diversas formas, ha sido una parte importante de la literatura psicológica desde las primeras décadas del siglo XX y podría decirse que es la respuesta emocional mejor estudiada. Prueba de ello son los 21.486 artículos recopilados en la base de datos PsycLIT entre 1988 y 1998. Hay esencialmente varias razones para este hecho. En primer lugar, la ansiedad se presenta como una respuesta emocional similar a un paradigma, lo que facilita la realización de estudios emocionales basados en esa respuesta emocional en particular. En segundo lugar, la ansiedad se ha estudiado como uno de los rasgos constitutivos de la personalidad desde la década de 1950, y hay muchos estudios centrados en la ansiedad rasgo. Esta se entiende como la tendencia del individuo a percibir situaciones y estímulos como peligrosos ya responder a la ansiedad con menor intensidad y duración. Finalmente, los avances en el conocimiento de la ansiedad, tanto en el ámbito laboral como en el educativo, deportivo, etc., de forma casi inmediata por la repercusión en el desarrollo de numerosos trastornos psicológicos y psicofisiológicos y la relación establecida con el rendimiento, ha vuelto a su uso práctico. (44)

La ansiedad puede verse como una respuesta emocional normal que es adaptativa y común a todos los humanos. Esto sucede cuando se identifica un peligro o amenaza determinada y difusa. (44)

La ansiedad ahora se ve en más dimensiones. Desde el punto de vista de la personalidad, se asume que la ansiedad rasgo se entiende como tendencias individuales en diferentes dimensiones del rasgo a partir de un concepto unificado definido como una respuesta de tendencia al miedo relativamente estable (trait–specific), que ha evolucionado hacia un concepto multidimensional. Responder a diferentes tipos o clases de situaciones (por ejemplo, evaluación, relaciones interpersonales, peligros físicos, etc.). Esto quiere decir que, además de la tendencia general, aparece con mayor o menor fuerza en distintos individuos, interpretando la situación como peligrosa o intimidante, y reaccionando ante ellas con miedo (miedo a los rasgos generales). Rostros en uno o diferentes tipos de situaciones (rasgos específicos). (45)

Desde un punto de vista emocional, el miedo se entiende como una emoción universal y, por tanto, común a todos los miembros de la especie. Esta emoción se produce cuando una persona percibe una situación como peligrosa o amenazante, independientemente del peligro o la amenaza real, facilitando la reacción de la persona ante diversas situaciones peligrosas, preparándose para la acción y facilitando su manejo. Valor personalizado. Hasta finales de la década de 1960, esta reacción se basaba en un proceso de activación unificado que abarcaba a todo el individuo. Sin embargo, los estudios de Lacy y Lang han demostrado que las respuestas de miedo incluyen los efectos de varios sistemas de reacción (cognitivos, fisiológicos, de ejercicio) que no coinciden entre sí de manera correcta o combinada. Así, las respuestas de miedo son respuestas cognitivas subjetivas (p. ej., ansiedad, incertidumbre, miedo, etc.), respuestas fisiológicas (p. ej., aumento del ritmo cardíaco, tensión muscular,

sudoración, etc.) y expresivas. Es una combinación de ejercicio, ejemplo Movimientos repetitivos, cambios de expresión facial, conductas de evitación, etc.). (46)

Figura 4. *Manifestaciones de la reacción o estado de ansiedad.*

Cognitivo-Subjetivas: Se refieren a pensamientos, ideas e imágenes de carácter subjetivo, así como a su influencia sobre el funcionamiento complejo.	
Preocupación Inseguridad Miedo o temor Aprensión	Pensamientos negativos: inferioridad, incapacidad Dificultad para tomar decisiones Anticipación de peligro o amenaza Dificultad para concentrarse
Sensación general de desorganización o pérdida de control sobre el ambiente, acompañada de dificultad para pensar con claridad.	
Fisiológicas: Son consecuencia de la actividad de los distintos sistemas orgánicos.	
Síntomas cardiovasculares: palpitaciones, pulso rápido o errátil, tensión arterial elevada, accesos de calor Síntomas respiratorios: sensación de sofoco, disnea, respiración rápida y superficial, opresión torácica Síntomas gastrointestinales: náuseas, vómitos, diarrea, aerofagia, molestias digestivas Síntomas genitourinarios: micciones frecuentes, enuresis, eyaculación precoz, frigidez, impotencia Síntomas neuromusculares: tensión muscular, temblores, hormigueo, dolor de cabeza tensional, fatigabilidad excesiva Síntomas neurovegetativos: sequedad de boca, sudoración excesiva, mareo, lipotimia	
Motoras: Se refieren a comportamientos observables y son consecuencia de la actividad cognitiva y fisiológica	
Hiperactividad Paralización motora Movimientos repetitivos	Movimientos torpes y desorganizados Tartamudeo y otras dificultades de expresión verbal Conductas de evitación

Fuente: Perfiles diferenciales de los trastornos de ansiedad (Miguel Tobal & Cano Vindel, 1995) (47)

Intentando integrar los puntos anteriores, la ansiedad se puede definir como una respuesta emocional o un patrón de reacción que incluye aspectos cognitivos subjetivos desagradables, tensión y ansiedad. Aspectos fisiológicos caracterizados por un alto grado de activación del S.N.A. Aspectos del movimiento. Esto generalmente incluye mala adaptación y comportamiento de mala adaptación. Las reacciones de miedo pueden desencadenarse tanto por estímulos externos o situacionales como por estímulos internos del sujeto, como pensamientos, ideas e imágenes que una persona percibe o evalúa como peligrosas o amenazantes. La naturaleza de los estímulos (internos y externos) que pueden provocar una respuesta de miedo está determinada principalmente por las características del sujeto, con diferencias individuales significativas en la tendencia a exhibir una respuesta de miedo en una variedad de situaciones. (44)

De la Ansiedad normal a la patología

Se puede pensar en el miedo como una respuesta emocional normal y adaptativa común a todos los humanos que ocurre cuando un sujeto percibe ciertos peligros o amenazas específicos y difusos. Los elementos que componen esta reacción se pueden combinar de diferentes maneras, como lo sugieren algunas de las teorías que se están considerando, dando como resultado diferentes patrones de reacción. Los síntomas de ansiedad mencionados o característicos deben considerarse una reacción normal, lo que en principio no significa ninguna condición médica. (44)

Sin embargo, las inconsistencias en la frecuencia, intensidad o duración de la ansiedad pueden conducir a cambios psicopatológicos que conducen a trastornos de ansiedad. (44)

Los trastornos de ansiedad

Los trastornos de ansiedad son la condición médica más común en la población. En general, son mucho más frecuentes en mujeres que en hombres, teniendo las primeras una prevalencia de por vida de unas 2,5 veces mayor que la de los hombres, que es del 19,5 % en mujeres y del 8 % en hombres. Solo la fobia social y el trastorno obsesivo–compulsivo parecen mostrar una prevalencia bastante similar tanto en hombres como en mujeres. (48)

La ansiedad patológica se manifiesta de muchas formas: en una crisis temporal repentina, como consecuencia de una situación muy estresante, ante un estímulo de miedo, como consecuencia de ideas y rituales repetidos, o en relación con ella, de forma persistente y continuamente otro tipo de trastornos (depresivos, trastornos psicofisiológicos, psiquiátricos, trastornos sexuales, conductas adictivas, trastornos alimentarios, etc.) (44)

Además, la ansiedad es un componente central de muchos otros problemas relacionados con la salud, y se animará a las personas con problemas de ansiedad a participar en las consultas de atención primaria en hospitales y centros de salud. Sin embargo, con un enfoque más directo en el campo de la psicopatología, la ansiedad no sólo constituye la base de lo que se conoce como trastornos de ansiedad, sino que también se considera tradicionalmente depresión, y comúnmente neurosis, y se asocia a diversos trastornos. Además de varios trastornos psicofisiológicos, la mayoría son trastornos mentales. Además, el miedo juega un papel destacado en los trastornos sexuales, las conductas adictivas y los trastornos alimentarios. (47)

La categorización de los trastornos de ansiedad, ha sufrido muchos cambios, en estos últimos años. En la DSM–III (APA, 1980) se clasificaron 7 trastornos en tres categorías: (44)

1) Fobia, que incluye fobia simple, fobia social y agorafobia.
2) Agrupación de ansiedad, ansiedad generalizada, trastorno de pánico y trastorno obsesivo–compulsivo.
3) Estrés postraumático. Se caracteriza por una ansiedad excesiva debido a eventos traumáticos.

Más tarde, la DSM–III–R (APA, 1987), la CIE– 10 (OMS, 1992) y más recientemente en la DSM–IV (APA, 1994) reorganizaron estos trastornos e incluyeron otros trastornos. El número de enfermedades va en aumento debido a la división de las inscripciones anteriores ya la introducción de nuevos criterios diagnósticos que dan sustancia propia a las nuevas enfermedades. Según el DSMIV se distinguen o describen 12 trastornos de ansiedad. (44)

Figura 5. *Clasificación de los Trastornos de ansiedad en la DSM–IV*

300.01	Trastorno de pánico sin agorafobia
300.21	Trastorno de pánico con agorafobia
300.22	Agorafobia sin ataque de pánico
300.29	Fobia específica
300.23	Fobia social
300.3	Trastorno obsesivo-compulsivo
309.81	Trastorno por estrés postraumático
308.3	Trastorno por estrés agudo
300.02	Trastorno por ansiedad generalizada
393.89	Trastorno de ansiedad debido a enfermedad médica
Variable	Trastorno de ansiedad inducido por sustancias
300	Trastorno de ansiedad no especificado

Fuente: Emoción y Clínica: Psicopatología de las emociones (Miguel Tobal & Cano Vindel, 2002)

- Ataque de pánico o crisis de angustia: Suele caracterizarse por la aparición repentina de síntomas de ansiedad, miedo o temor intenso, acompañados de una sensación de muerte inminente. Estos ataques también provocan síntomas como dificultad para respirar, palpitaciones, opresión en el pecho, sensación de ahogo y sensación de ahogo, y riesgo de pérdida de control o locura. (44)
- Agorafobia: Caracterizada por la aparición de miedo o comportamiento evasivo en lugares o situaciones donde es difícil o embarazoso escapar, o donde no es posible buscar ayuda en caso de un ataque de pánico o síntomas relacionados. (44)
- Trastorno de pánico sin agorafobia: Caracterizado por ataques de pánico repetidos e inesperados que provocan una ansiedad persistente en el paciente. (44)
- Trastorno de pánico con agorafobia: Caracterizado por ataques de pánico recurrentes e inesperados y agorafobia. (44)
- Agorafobia sin historia de trastorno de pánico: Caracterizado por la presencia de agorafobia y síntomas relacionados en personas sin antecedentes de ataques de pánico inesperados. (44)

- Fobia específica: Caracterizada por la presencia de un miedo clínicamente significativo en respuesta a situaciones temidas o a la exposición a objetos, o que suele provocar una conducta evasiva. (44)
- Fobia social: Caracterizada por la presencia de un miedo clínicamente significativo en función de la situación social o del aspecto personal, que suele conducir a una conducta de evitación. (44)
- Trastorno obsesivo–compulsivo: Aparición frecuente de trastorno obsesivo–compulsivo (pensamientos recurrentes, persistentes, absurdos y generalmente desagradables) que provocan ansiedad y malestar y/o pensamientos obsesivo–compulsivos (comportamiento repetitivo y estereotipado). Realizado en una serie de rituales. Su propósito es neutralizar la ansiedad. (44)
- Trastorno por estrés postraumático: caracterizado por la recuperación, activación o aumento del estado de alerta de eventos traumáticos y comportamiento de evitación de estímulos asociados con condiciones traumáticas. (44)
- Trastorno por estrés agudo: La aparición de síntomas como el trastorno de estrés postraumático se caracteriza por la aparición inmediatamente después de un evento muy traumático. (44)
- Trastorno por ansiedad generalizada: Caracterizado por una ansiedad excesiva y persistente y la presencia de preocupaciones durante al menos 6 meses. (44)
- Trastorno de ansiedad debido a enfermedad médica: caracterizados por síntomas de ansiedad que se cree que son secundarios a los efectos fisiológicos directos de la condición médica subyacente. (44)

- Trastorno de ansiedad inducido por sustancias: Caracterizado por síntomas de ansiedad que resultan de los efectos fisiológicos directos de una droga, fármaco o toxina. (44)
- Trastorno de ansiedad no especificado: Incluye los trastornos caracterizados por la evitación de la ansiedad o la fobia que no cumplen los criterios diagnósticos de ninguna de las categorías de la sección anterior. (44)

Los límites de estos trastornos no siempre son claros, a veces se superponen y muestran una alta comorbilidad, alcanzando el 68% según un estudio de seguimiento en Munich (Wittchen, 1987), y 2 de cada 3 pacientes también presentan trastornos de ansiedad. cuadro clínico diferente. (47)

Ansiedad en madres

La ansiedad puede ocurrir no solo durante el embarazo, sino también en varias etapas de la vida, y después del embarazo la madre necesita desarrollar un proceso de adaptación. Este cambio en el rol de la mujer crea ansiedad cuando se experimentan cosas nuevas durante el embarazo. Encontrar herramientas internas y externas para enfrentar este proceso puede ser ansiosa porque se trata de una mujer, pero en algunas situaciones se siente inútil en su pensamiento y acciones, en la vida cotidiana, en el embarazo, e inmanejable, lo que puede interferir seriamente en su cuidado, pudiendo afectarla. sus bebés, así como su salud física y mental. (49)

La ansiedad prenatal ha recibido menos atención que la depresión. La prevalencia es de alrededor del 5%. Las mujeres que se sienten ansiosas o insatisfechas con su embarazo tienen un mayor nivel de ansiedad por su condición durante el embarazo. El estrés, la baja autoestima y el bajo apoyo social también son determinantes de la ansiedad nacional. (50)

Las mujeres con altos niveles de ansiedad prenatal tienen un mayor riesgo de sufrir cambios en el eje hipotálamo–pituitario–suprarrenal y en la función placentaria, lo que puede hacer que el niño sea más vulnerable a la angustia mental. (51)

Especialmente en la muestra asiática, hubo una asociación entre la ansiedad prenatal de las madres gestantes y tardías y las características temperamentales de los niños negativos. Sin embargo, otros estudios han demostrado que es el estrés emocional posnatal de la madre el que tiene un impacto significativo en el desarrollo del temperamento del bebé, y que el estrés prenatal afecta su cognición. Sin embargo, al igual que la depresión durante el embarazo, la ansiedad no solo causa problemas a la madre, sino que también resulta en el nacimiento de un niño. (52)

Dimensiones

Ansiedad de Rasgo

La ansiedad rasgo se refiere a la diferencia en la ansiedad de un individuo relativamente estable, que es una tendencia, tendencia o característica. (53)

Debe inferirse de la frecuencia con la que un individuo se vuelve ansioso, en lugar de aparecer directamente en el comportamiento. En este sentido, es más probable que las personas con un alto nivel de ansiedad rasgo perciban una gama más amplia de situaciones como una amenaza y experimenten ansiedad condicional con mayor frecuencia o con mayor severidad. (53)

Del mismo modo, y en general, los individuos con una puntuación alta de ansiedad rasgo perciben su situación y estado de evaluación como más amenazantes que los individuos con un nivel bajo de ansiedad rasgo. (53)

Ansiedad de Estado

La ansiedad estado, es un estado emocional inmediato que cambia con el tiempo, caracterizado por una combinación única de tensión, ansiedad y tensión, pensamientos y preocupaciones molestos y cambios fisiológicos. (45)

Los altos niveles de ansiedad–estado se perciben como muy molestos. Por tanto, cuando uno no puede evitar el estrés que le está provocando, activa las habilidades de afrontamiento necesarias para afrontar una situación amenazante. Cuando una persona se siente abrumada por la ansiedad de la condición, puede iniciar un proceso defensivo para reducir la condición emocional frustrante. Los mecanismos de defensa afectan los procesos psicofisiológicos de tal manera que la percepción o valoración de una situación se modifica o distorsiona. De esta forma, y en la medida en que el mecanismo de defensa tenga éxito, la situación se percibe menos amenazante y se reduce el nivel de ansiedad. (53)

Las interacciones entre ambos tipos de ansiedad son entre individuos (las características de la ansiedad pueden diferir en una misma situación) e individuos (la misma persona experimenta ansiedad en una situación, pero no en otra) Explique por qué la ansiedad cambia en ambos. En el caso del rasgo de ansiedad, casi no hay diferencia individual, y debido al efecto, la diferencia en el estado de ansiedad entre los individuos se considera casi estable (relativamente consistente). Finalmente, si la ansiedad a los rasgos es alta, se supone que la ansiedad estado aumenta más rápido. (54)

2.3. Definición de términos conceptuales

Salud Mental

La salud mental contiene un bienestar emocional, bienestar psicológico y bienestar social de una persona. También determina cómo una persona enfrenta el estrés, interactúa con los demás y toma decisiones. (34)

Ansiedad

La ansiedad es un sentimiento de temor, miedo e inquietud. Puede causar sudoración, inquietud, tensión y palpitaciones. Una reacción normal puede ser al estrés. (10)

Agorafobia

Temor y evitación marcada a estar solo o en lugares públicos de los que sería difícil escapar o en los que no se podría recibir ayuda en caso de incapacidad repentina, como en el transporte público (bus, Transmilenio, otro), espacios abiertos (mercados, puentes), sitios cerrados (teatros, cines, tiendas), o al hacer cola, estar en una multitud o estar fuera de casa solo.

Ansiedad social

Hace referencia a la presencia de miedo o ansiedad ante situaciones sociales. Las personas con este diagnóstico temen sentirse avergonzados en situaciones donde deben hablar en público o conocer personas nuevas.

Depresión

Síndrome que se caracteriza por un estado de ánimo deprimido la mayor parte del día, disminución importante de interés o placer por actividades, pérdida importante de peso (sin dieta), alteración en patrones de sueño, agitación o retraso psicomotor, fatiga o perdida de energía, sentimientos de inutilidad o culpa, alteración en la capacidad para concentrarse y pensamientos de muerte recurrentes.

Manía

Estado de ánimo anormalmente eufórico y exaltado, con aumento anormal y persistente de la actividad o la energía. Este diagnóstico se caracteriza por sentimientos de grandeza, diminución importante de la necesidad de dormir, lenguaje acelerado y persistente, aumento de la actividad dirigida a un objeto o participación excesiva de actividades que pueden tener consecuencias negativas.

Salud mental

Es un estado completo de bienestar en las diferentes áreas del ser humano, no solo se refiere a la ausencia de enfermedad, sino al estado de calidad de vida de la sociedad, comunidades y personas.

Pánico

Estado de miedo intenso y desproporcional que dura máximo unos minutos. Se caracteriza por tener pensamientos o sensaciones corporales intensas asociadas con una percepción de amenaza inminente.

Trastorno estrés postraumático

Trastorno mental caracterizado por la presencia de un trauma en la vida de la persona que ha causado secuelas importantes conllevando a que dicha experiencia negativa, impacte en el comportamiento, emoción, sensaciones y pensamientos de la persona más allá de que el evento ya no se esté presentando.

Autoagresividad

Conducta en la que una persona se causa daño intencionalmente; existen diferentes tipos de autoagresividad, las más graves son las que pueden terminar con el suicidio.

Enfermedad mental

Alteración en la forma en la que se experimentan y/o expresan las emociones, en la forma en la que se entiende o se piensa sobre sí mismo, el mundo o los otros, o sobre la forma en la que se interactúa con otros; la cual produce un sufrimiento o efecto negativo sobre la vida de la persona.

Miedo

Es una emoción básica, con una alta carga biológica. El miedo permite dar respuestas de protección–principalmente de evitación y escape– ante una situación de peligro real o percibido.

Trastornos psicóticos

Enfermedad que se caracteriza por que la persona percibe o interpreta el mundo de forma irreal usualmente sintiéndose perseguido o atacado; también puede tener alteraciones sensoperceptivas como alucinaciones.

Trastorno ansiedad generalizada (TAG):

Trastorno mental de tipo ansioso en el cual la persona presenta estados de ansiedad excesivos en relación con múltiples actividades del diario vivir. Las preocupaciones de la persona pueden variar con frecuencia, pero la percepción de amenaza suele ser alta. La persona tiende a encontrarse en estados frecuentes de tensión por la dificultad o limitación de tener mecanismos de relajación, dificultando algunas o varias áreas de su vida.

2.4. Enfoque filosófico – epistémico

El presente estudio se sustenta en un enfoque filosófico–epistémico de corte empirista–realista, que concibe la realidad como un conjunto de fenómenos observables, medibles y susceptibles de ser explicados mediante el análisis sistemático de datos. Desde esta perspectiva, la salud mental y los niveles de ansiedad en madres

primíparas son considerados variables reales que pueden ser identificadas, evaluadas y comprendidas a través de instrumentos válidos y confiables.

En el contexto filosófica, la investigación se enmarca en el realismo crítico, el cual reconoce que los fenómenos psicológicos existen independientemente del observador, pero su comprensión requiere de métodos científicos rigurosos que permitan aproximarse a su naturaleza. Así, la experiencia emocional de la ansiedad posparto no es un hecho subjetivo aislado, sino una manifestación concreta influenciada por factores biológicos, sociales y contextuales presentes en madres primíparas del Hospital Regional Daniel Alcides Carrión.

Desde el enfoque epistémico, el estudio asume una postura positivista, al buscar generar conocimiento a partir de la medición objetiva de la ansiedad y del estado de salud mental mediante escalas estandarizadas. El positivismo sostiene que el conocimiento válido proviene de la observación empírica y del uso de procedimientos sistemáticos para comprobar relaciones entre variables. En consecuencia, esta tesis se orienta a identificar el nivel de ansiedad presente en la población estudiada y analizar cómo dicho fenómeno se relaciona con la salud mental global de las madres primerizas.

Asimismo, esta perspectiva epistémica implica que los resultados obtenidos pueden ser verificados, replicados y contrastados, puesto que se basan en datos cuantificables y en la aplicación de instrumentos científicamente validados. Esto permite fortalecer la confiabilidad del conocimiento generado y aporta evidencia útil para la toma de decisiones clínicas y de salud pública.

En este apartado sobre el enfoque filosófico–epistémico que sustenta esta investigación combina el realismo crítico y el positivismo científico, brindando un marco conceptual adecuado para estudiar de manera objetiva salud mental y ansiedad

en madres primíparas, y favoreciendo la producción de conocimiento preciso y aplicable en el contexto hospitalario.

CAPÍTULO III

METODOLOGÍA Y TÉCNICAS DE INVESTIGACIÓN

3.1. Tipo de investigación

El presente proyecto de investigación es de tipo básica, pura y fundamental. Como refiere Hernández et al. “se dice que es básica porque sirve de cimiento a la investigación aplicada y tecnológica; y fundamental porque es esencial para el desarrollo de la ciencia” (p. 103). También es pura por que busca descubrir conocimientos nuevos. (55)

3.2. Nivel de investigación

El estudio correspondió al nivel relacional, debido a que tuvo como propósito determinar la relación existente entre salud mental y ansiedad en las madres primíparas atendidas en el Hospital Regional Daniel Alcides Carrión – Pasco, durante el año 2025. Este nivel permitió analizar el grado de asociación entre ambas variables, describiendo

cómo la alteración en la salud mental se vinculó con los niveles de ansiedad observados en la población estudiada (55).

El estudio se desarrolló en el nivel relacional, por cuanto se orientó a analizar la relación existente entre salud mental y ansiedad en las madres primíparas atendidas en el Hospital Regional Daniel Alcides Carrión – Pasco, durante el año 2025. El nivel fue el más adecuado porque permitió ir más allá de la simple descripción de las variables, posibilitando establecer el grado de asociación entre ellas sin llegar a la causalidad.

3.3. Característica de la Investigación

La investigación se caracterizó por ser de enfoque cuantitativo, dado que empleó la recolección y el análisis de datos numéricos con el propósito de determinar la relación existente entre salud mental y ansiedad en madres primíparas. Este enfoque permitió medir las variables mediante instrumentos estandarizados y realizar un tratamiento estadístico que sustentó los resultados obtenidos.

El estudio fue de tipo básico, porque buscó generar conocimiento teórico sobre el comportamiento psicológico de las madres primíparas sin intervenir directamente en su realidad. No se aplicaron programas o tratamientos, sino que se procuró comprender los vínculos entre las variables dentro de su contexto natural. Asimismo, correspondió a un nivel relacional, ya que se orientó a establecer la relación entre salud mental y ansiedad, sin pretender establecer causalidad entre ambas.

El diseño de investigación fue no experimental, transversal y correlacional, puesto que las variables se observaron tal como se presentaron en el entorno, sin manipulación. De igual manera, el estudio tuvo un alcance explicativo limitado, en tanto permitió identificar asociaciones significativas entre las variables, aportando evidencias

que contribuyeron a la comprensión de los factores psicológicos que afectan a las madres primíparas en el proceso de adaptación a la maternidad.

3.4. Método de investigación

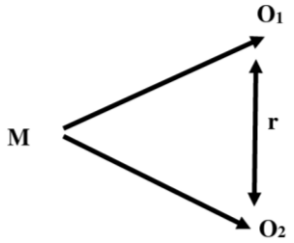
El método que se aplicará en la presente investigación es el método científico, debido a que su ejecución se realizará, siguiendo una serie de pasos estructurados que nos guiaran a obtener nuevos conocimientos teóricos o científicos considerando la validez y la confiabilidad por medio de los instrumentos que están debidamente validados (56).

Métodos específicos, en el caso nuestro se empleará el método sintético: que nos dice que es un proceso mediante el cual se relacionan hechos aparentemente aislados y se formula una teoría que unifica los diversos elementos. Consiste en la reunión racional de varios elementos dispersos en una nueva totalidad, este se presenta más en el planteamiento de la hipótesis. El investigador sintetiza las superaciones en la imaginación para establecer una explicación tentativa que someterá a prueba.

3.5. Diseño de investigación

El estudio perteneció al nivel descriptivo correlacional, dado que se orientó a analizar la relación existente entre salud mental y ansiedad en madres primíparas atendidas en el Hospital Regional Daniel Alcides Carrión – Pasco, durante el año 2025. Este nivel permitió describir las características y manifestaciones de ambas variables en la población de estudio, así como establecer el grado de asociación entre ellas. La investigación no buscó manipular las variables, sino observarlas tal como se presentaron en su contexto natural, con el propósito de comprender cómo la salud mental de las madres primíparas se relacionó con sus niveles de ansiedad durante el proceso de adaptación a la maternidad (55).

Esquema de diseño



Donde:

M: Muestra de estudio

O_1: Observación de la variable 1 – Salud mental
O_2: Observación de la variable 2 – La ansiedad
r: relación entre variables

3.6. Procedimiento del muestreo

Población

Una población es el "conjunto de todos los casos que concuerdan con una serie de especificaciones" (55).

La población para nuestro caso serán las madres primíparas en el Hospital Regional Daniel Alcides Carrión – Pasco, 2025.

Muestra

Una muestra "es un subgrupo de la población de interés sobre el cual se recolectarán datos, y que tiene que definirse o delimitarse de antemano con precisión, esto deberá ser representativo de dicha población" (55)

Tomando como muestra finita en promedio de los años anterior hemos de aplicar la siguiente formula finita para hallar la muestra significativa.

Cuadro distribución de población según año

Año	Total de partos (aprox.)	% estimado primíparas	N° estimado de primíparas
2015	1 200	40 %	480
2016	1 150	40 %	460
2017	1 180	40 %	472
2018	1 230	40 %	492
2019	1 250	40 %	500
2020	1 000	38 %	380
2021	1 050	38 %	399
2022	1 100	39 %	429
2023	1 150	40 %	460
2024	1 200	40 %	480
Total	—	—	**4 552**

$$n = \frac{Z^2 . p . q . N}{NE^2 + Z^2 . p . q .}$$

Z=Nivel de confianza
N=Población-Censo
p= Probabilidad a favor
q= Probabilidad en contra
e= error de estimación
n= Tamaño de la muestra

Reemplazando la formula tenemos un total de la muestra de:

n = 355

Criterios de inclusión

- Consideraremos a las madres primíparas
- Quienes firman el asentimiento informado

Criterios de exclusión

- Insistentes al Hospital por diversos motivos (salidas, permisos y otros)
- Quienes no firmen el asentimiento informado

3.7. Técnicas e Instrumentos de Recolección de Datos

Técnica

Para la recolección de datos de las variables de estudio se utilizó la encuesta. De acuerdo con García (2023), una encuesta es una investigación realizada sobre una

muestra de sujetos representativa de un colectivo más amplio, que se lleva a cabo en el contexto de la vida cotidiana, utilizando procedimientos estandarizados de interrogación, con el fin de obtener mediciones cuantitativas de una gran variedad de características objetivas y subjetivas de la población.

Instrumento

Va a ser el cuestionario que estará constituida por ítems que a su vez será en una escala psicométrica de Likert. Es un medio útil y eficaz para recoger información en un tiempo relativamente breve" (56).

3.8. Técnicas de Procedimiento y Análisis de Datos

Para procesar los datos de esta investigación se utilizará la estadística inferencial de nivel de correlación entre salud mental y ansiedad en el Hospital Regional Daniel Alcides Carrión – Pasco, 2025.

En el proceso de análisis hemos de emplear el procesamiento estadístico con el Ms Excel para la organización y representación de los datos y el SPSS v28 para las pruebas de hipótesis y estimación de medidas.

Así mismo consideraremos los siguientes criterios en la presentación de los datos.

- Tablas de frecuencia
- Gráficos de barras
- Prueba de normalidad para determinar r de Pearson o rho de Spearman
- Nivel de correlación
- Aplicación de la t de student en el contraste de hipótesis

3.9. Orientación ética

La presente investigación se llevó a cabo cumpliendo con los lineamientos éticos, el código de ética para la investigación tiene por objeto proporcionar lineamientos para establecer el marco de conducta de los investigadores en la Universidad Nacional Daniel Alcides Carrión en su escuela de Post Grado, incentivando el empleo de buenas prácticas en el proceso de la producción del conocimiento y asegurando que las investigaciones se lleven a cabo en las máximas exigencias de rigor, honestidad y responsabilidad por parte del investigador y de los involucrados en el estudio.

La ciencia es un esfuerzo colectivo y la interacción de la comunidad es un aspecto fundamental de su ejercicio, por ello se mantendrá un compromiso de transparencia y veracidad al dar a conocer los resultados del estudio.

CAPÍTULO IV

PRESENTACIÓN DE RESULTADOS

Descripción de trabajo de campo

El trabajo de campo se realizó en el Hospital Regional Daniel Alcides Carrión de Pasco durante el año 2025, con la finalidad de recopilar información sobre la salud mental y los niveles de ansiedad en madres primíparas atendidas en dicho establecimiento de salud. Para el desarrollo de esta etapa, se gestionó previamente la autorización correspondiente ante las autoridades del hospital, explicando los objetivos y la importancia de la investigación. Posteriormente, se coordinó con el personal de los servicios de Ginecología, Obstetricia y Consultorio Externo para identificar a las madres primíparas que cumplían con los criterios de inclusión establecidos en el estudio.

Una vez seleccionadas las participantes, se les brindó información detallada acerca de la investigación, garantizando la confidencialidad de los datos y solicitando su consentimiento informado para participar de manera voluntaria. Luego, se procedió a la aplicación de los instrumentos de recolección de datos, consistentes en un cuestionario sociodemográfico y una escala de evaluación de ansiedad validada para la población de estudio.

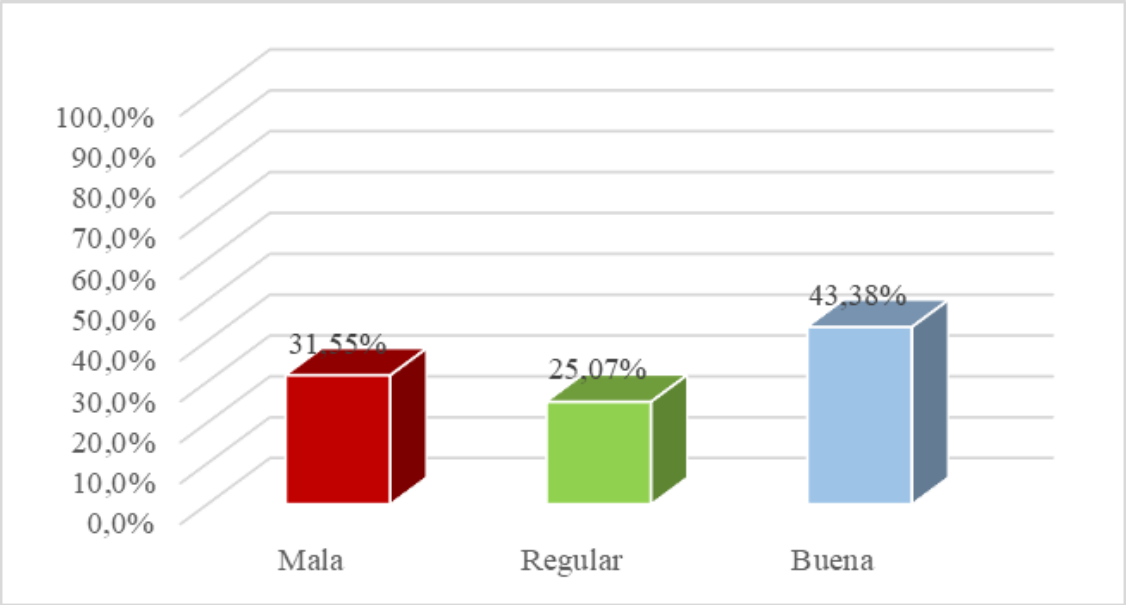
La aplicación de los instrumentos se realizó de forma individual en ambientes adecuados del hospital, procurando brindar privacidad y comodidad a las participantes.

4.1. Presentación, análisis e interpretación de resultados.

Tabla 1. *La salud mental en madres primíparas atendidas en el Hospital Regional Daniel Alcides Carrión – Pasco, 2025*

V1	f	%
Mala	112	31,55%
Regular	89	25,07%
Buena	154	43,38%
TOTAL	**355**	**100%**

Figura 6. *La salud mental en madres primíparas atendidas en el Hospital Regional Daniel Alcides Carrión – Pasco, 2025*



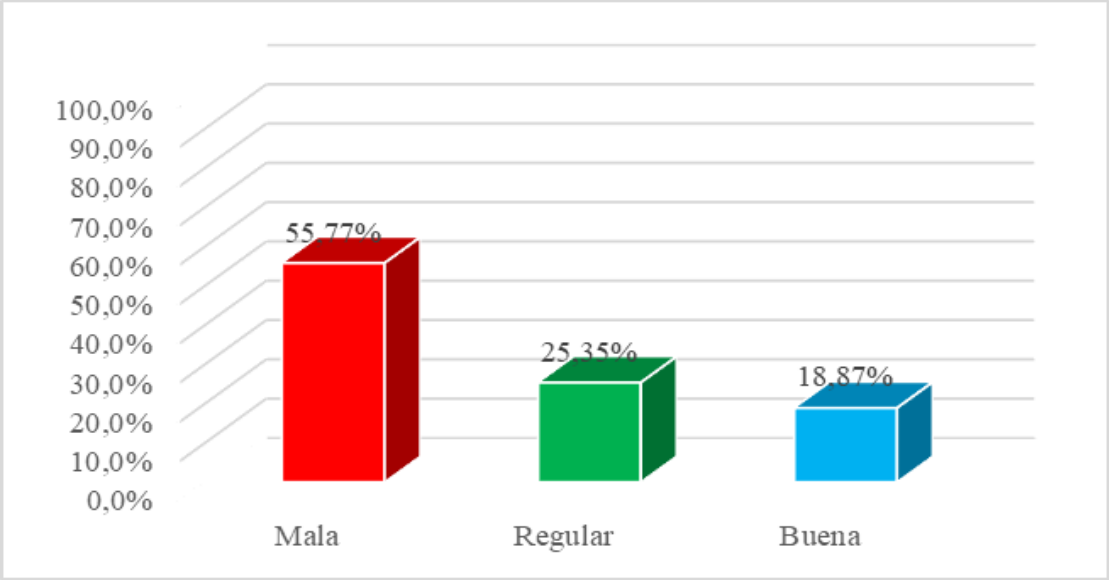
La distribución de la salud mental en madres primíparas atendidas en el Hospital Regional Daniel Alcides Carrión de Pasco durante el 2025 revela que el 43,38% (n=154) presenta una buena salud mental, constituyendo la categoría predominante de la muestra; mientras que el 31,55% (n=112) experimenta una mala salud mental, representando un segmento considerable que requiere atención prioritaria; asimismo, el 25,07% (n=89) se encuentra en un nivel regular, evidenciando una situación intermedia

de vulnerabilidad. Del total de 355 madres primíparas evaluadas, se observa que más de la mitad de la población (56,62%) presenta algún grado de compromiso en su salud mental (categorías mala y regular), lo cual configura un escenario preocupante que demanda la implementación de estrategias de intervención psicológica y acompañamiento especializado en el periodo perinatal, considerando que la primiparidad constituye un factor de riesgo significativo para el desarrollo de alteraciones en la salud mental materna.

Tabla 2. *La salud mental en su dimensión auto aceptación y la ansiedad en madres primíparas atendidas en el Hospital Regional Daniel Alcides Carrión – Pasco, 2025*

V1D1	f	%
Mala	198	55,77%
Regular	90	25,35%
Buena	67	18,87%
TOTAL	**355**	**100%**

Figura 7. *La salud mental en su dimensión auto aceptación y la ansiedad en madres primíparas atendidas en el Hospital Regional Daniel Alcides Carrión – Pasco, 2025*



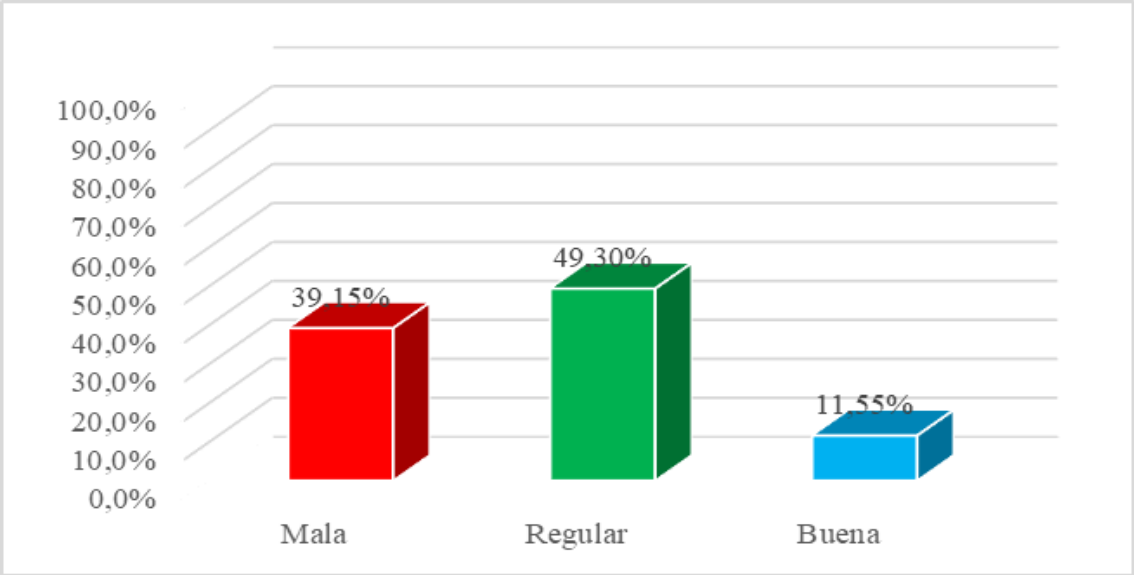
La dimensión de auto aceptación en relación con la ansiedad en madres primíparas atendidas en el Hospital Regional Daniel Alcides Carrión de Pasco durante

el 2025 evidencia una situación crítica, donde el 55,77% (n=198) presenta una mala auto aceptación, constituyendo más de la mitad de la muestra evaluada y reflejando dificultades significativas en la valoración personal y adaptación emocional durante el periodo de maternidad temprana; el 25,35% (n=90) se ubica en un nivel regular, manifestando una auto aceptación moderada con presencia de inseguridades y conflictos internos; mientras que únicamente el 18,87% (n=67) logra una buena auto aceptación, representando la proporción más reducida del total de 355 madres evaluadas. Los hallazgos revelan que el 81,12% de las madres primíparas experimenta algún grado de deterioro en su auto aceptación (categorías mala y regular), situación alarmante que sugiere una alta prevalencia de ansiedad y baja autoestima en esta población vulnerable, evidenciando la necesidad urgente de implementar programas de intervención psicológica centrados en el fortalecimiento de la identidad materna, la gestión emocional y el desarrollo de habilidades de afrontamiento ante los desafíos inherentes a la primiparidad.

Tabla 3. *La salud mental en su dimensión relaciones positivas en madres primíparas atendidas en el Hospital Regional Daniel Alcides Carrión – Pasco, 2025*

V1D2	f	%
Mala	139	39,15%
Regular	175	49,30%
Buena	41	11,55%
TOTAL	**355**	**100%**

Figura 8. *La salud mental en su dimensión relaciones positivas en madres primíparas atendidas en el Hospital Regional Daniel Alcides Carrión – Pasco, 2025*



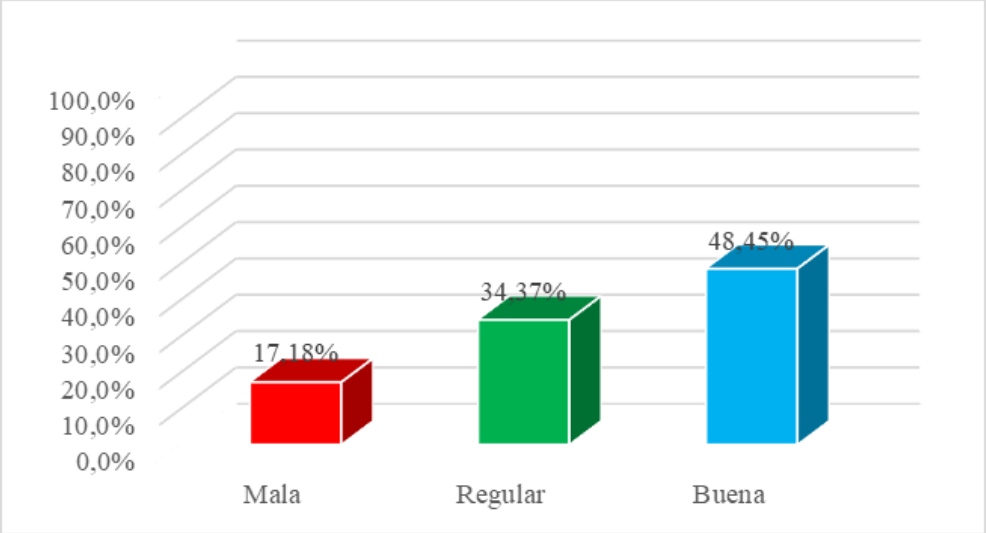
La dimensión de relaciones positivas en la salud mental de madres primíparas atendidas en el Hospital Regional Daniel Alcides Carrión de Pasco durante el 2025 muestra una distribución preocupante, donde el 49,30% (n=175) se ubica en un nivel regular, constituyendo la categoría mayoritaria y reflejando dificultades moderadas en el establecimiento y mantenimiento de vínculos interpersonales satisfactorios durante la transición a la maternidad; el 39,15% (n=139) presenta malas relaciones positivas, evidenciando problemas significativos de apoyo social, comunicación y conexión emocional con su entorno cercano; mientras que solamente el 11,55% (n=41) logra establecer buenas relaciones positivas, representando la proporción más baja del total de 355 madres evaluadas. Los resultados indican que el 88,45% de las madres primíparas experimenta algún grado de déficit en sus relaciones interpersonales (categorías mala y regular), configurando un panorama crítico que señala el aislamiento social, la falta de redes de apoyo efectivas y las limitaciones en las habilidades relacionales como factores determinantes en el deterioro de la salud mental materna, lo cual demanda la implementación urgente de intervenciones orientadas al

fortalecimiento del soporte social, la integración familiar y comunitaria, así como el desarrollo de competencias comunicacionales y vinculares en esta población vulnerable.ReintentarClaude puede cometer errores. Verifique las respuestas. Sonnet 4.5

Tabla 4. *La salud mental en su dimensión dominio de entorno en madres primíparas atendidas en el Hospital Regional Daniel Alcides Carrión – Pasco, 2025*

V1D3	f	%
Mala	61	17,18%
Regular	122	34,37%
Buena	172	48,45%
TOTAL	**355**	**100%**

Figura 9. *La salud mental en su dimensión dominio de entorno en madres primíparas atendidas en el Hospital Regional Daniel Alcides Carrión – Pasco, 2025*



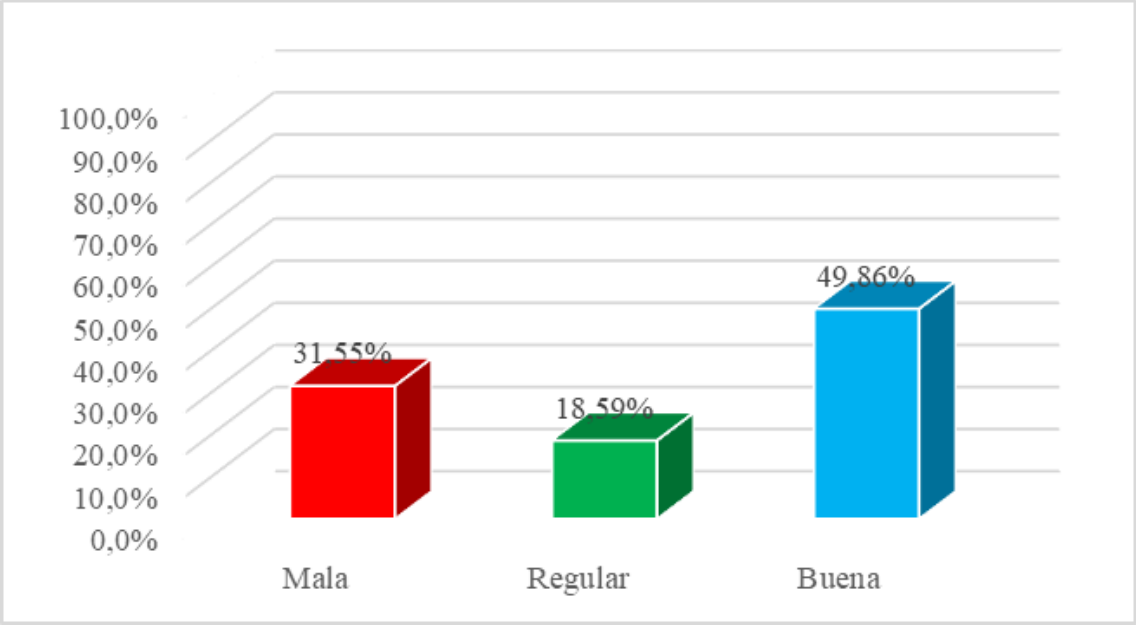
La dimensión de dominio del entorno en la salud mental de madres primíparas atendidas en el Hospital Regional Daniel Alcides Carrión de Pasco durante el 2025 presenta una distribución relativamente favorable, donde el 48,45% (n=172) evidencia un buen dominio del entorno, constituyendo la categoría predominante y reflejando capacidades adecuadas para gestionar las demandas cotidianas, organizar el ambiente y

ejercer control sobre las circunstancias que rodean su experiencia materna; el 34,37% (n=122) se encuentra en un nivel regular, manifestando competencias moderadas en el manejo de situaciones y recursos disponibles, con ciertas limitaciones en la eficacia percibida para modificar o adaptarse a su contexto; mientras que el 17,18% (n=61) presenta un mal dominio del entorno, experimentando dificultades significativas en el control de factores externos y en la capacidad de respuesta ante las exigencias del cuidado neonatal y la reorganización vital que implica la primiparidad. Del total de 355 madres evaluadas, se observa que el 51,55% presenta algún grado de limitación en su dominio del entorno (categorías mala y regular), lo cual sugiere que aproximadamente la mitad de la población enfrenta desafíos en la gestión ambiental y el sentido de autoeficacia, requiriendo intervenciones orientadas al empoderamiento, el desarrollo de habilidades de organización, la optimización de recursos y el fortalecimiento de la percepción de control personal frente a las responsabilidades maternas.

Tabla 5. *La salud mental en su dimensión propósito de vida en madres primíparas atendidas en el Hospital Regional Daniel Alcides Carrión – Pasco, 2025*

V1D4	f	%
Mala	112	31,55%
Regular	66	18,59%
Buena	177	49,86%
TOTAL	**355**	**100%**

Figura 10. *La salud mental en su dimensión propósito de vida en madres primíparas atendidas en el Hospital Regional Daniel Alcides Carrión – Pasco, 2025*



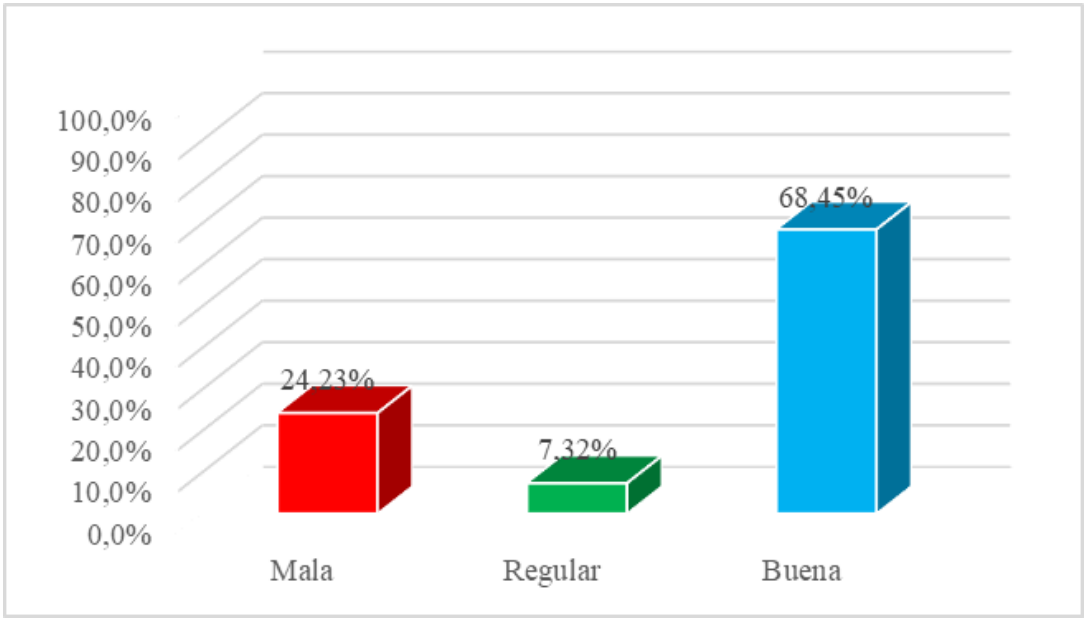
La dimensión de propósito de vida en la salud mental de madres primíparas atendidas en el Hospital Regional Daniel Alcides Carrión de Pasco durante el 2025 revela una distribución relativamente favorable, donde el 49,86% (n=177) evidencia un buen propósito de vida, constituyendo la categoría mayoritaria y reflejando claridad en sus metas existenciales, sentido de dirección y significado profundo en su rol materno que les permite integrar la maternidad como parte coherente de su proyecto vital; el 31,55% (n=112) presenta un mal propósito de vida, manifestando confusión, pérdida de sentido, vacío existencial y dificultades para encontrar significado en su experiencia materna, lo cual representa un segmento considerable que enfrenta crisis de identidad y cuestionamientos sobre su realización personal; mientras que el 18,59% (n=66) se ubica en un nivel regular, evidenciando cierta orientación vital pero con ambivalencias, incertidumbres y conflictos respecto a la integración de sus aspiraciones personales con las demandas de la maternidad. Del total de 355 madres evaluadas, se identifica que el 50,14% experimenta algún grado de deterioro en su propósito de vida (categorías mala y regular), situación que indica que la mitad de la población enfrenta dificultades para

resignificar su existencia, construir metas coherentes con su nueva realidad materna o mantener un sentido de trascendencia que dé significado a su experiencia, demandando intervenciones psicológicas centradas en la reconstrucción del proyecto de vida, el fortalecimiento de la identidad materna integrada, la exploración de valores personales y el desarrollo de una narrativa vital que permita a las madres primíparas experimentar la maternidad como una etapa significativa y enriquecedora dentro de su trayectoria existencial.

Tabla 6. *La salud mental en su dimensión autonomía en madres primíparas atendidas en el Hospital Regional Daniel Alcides Carrión – Pasco, 2025*

V1D5	f	%
Mala	86	24,23%
Regular	26	7,32%
Buena	243	68,45%
TOTAL	**355**	**100%**

Figura 11. *La salud mental en su dimensión autonomía en madres primíparas atendidas en el Hospital Regional Daniel Alcides Carrión – Pasco, 2025*

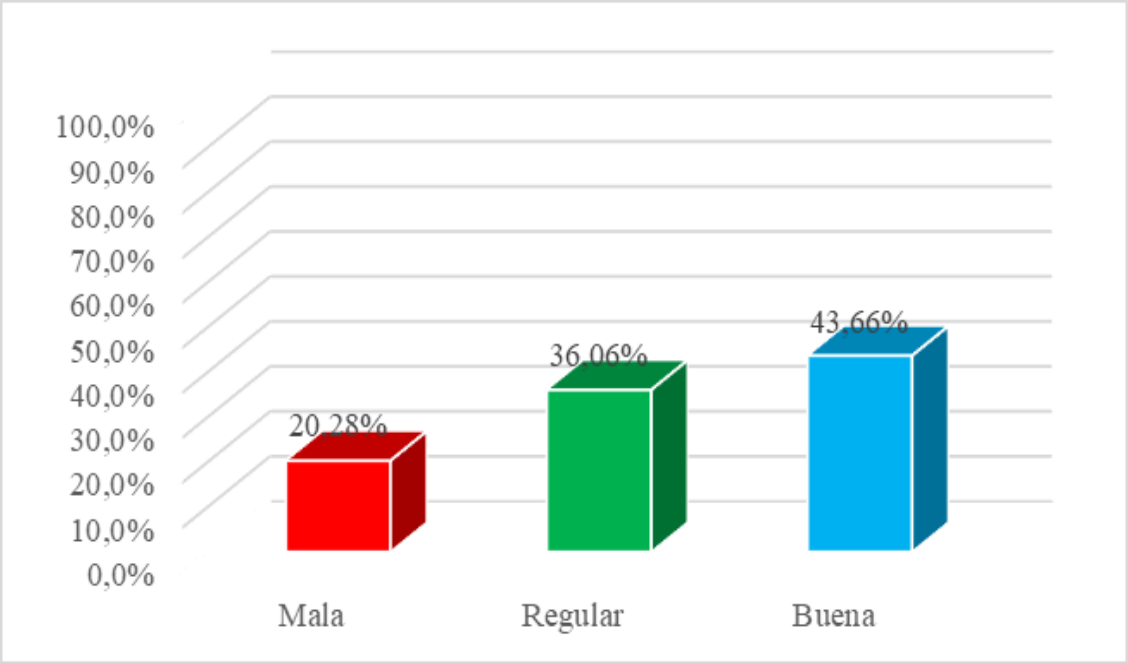


La dimensión de autonomía en la salud mental de madres primíparas atendidas en el Hospital Regional Daniel Alcides Carrión de Pasco durante el 2025 muestra una distribución marcadamente favorable, donde el 68,45% (n=243) evidencia buena autonomía, constituyendo la categoría predominante de manera amplia y reflejando capacidad significativa para tomar decisiones independientes, autodeterminación en el cuidado del recién nacido, confianza en sus propios criterios maternos y resistencia efectiva a presiones sociales o familiares que interfieran con su ejercicio maternal autónomo; el 24,23% (n=86) presenta mala autonomía, manifestando dependencia considerable de opiniones externas, inseguridad en sus decisiones, dificultades para establecer límites y escasa confianza en su juicio como madres primerizas; mientras que solo el 7,32% (n=26) se encuentra en un nivel regular, representando la proporción más reducida y evidenciando autonomía parcial con necesidades ocasionales de validación externa. Del total de 355 madres evaluadas, se observa que únicamente el 31,55% experimenta algún grado de limitación en su autonomía (categorías mala y regular), lo cual indica que aproximadamente un tercio de la población presenta vulnerabilidad en la independencia funcional y psicológica, siendo esta la dimensión con mejor desempeño dentro de la salud mental de las madres primíparas, sugiriendo que la mayoría ha logrado desarrollar autoconfianza y empoderamiento en su rol materno, aunque persiste la necesidad de intervenciones específicas para el segmento que aún requiere fortalecimiento en la autoeficacia, la toma de decisiones autónomas y el establecimiento de una maternidad independiente y segura.

Tabla 7. *La salud mental en su dimensión crecimiento personal en madres primíparas atendidas en el Hospital Regional Daniel Alcides Carrión – Pasco, 2025*

V1D6	f	%
Mala	72	20,28%
Regular	128	36,06%
Buena	155	43,66%
TOTAL	**355**	**100%**

Figura 12. *La salud mental en su dimensión crecimiento personal en madres primíparas atendidas en el Hospital Regional Daniel Alcides Carrión – Pasco, 2025*



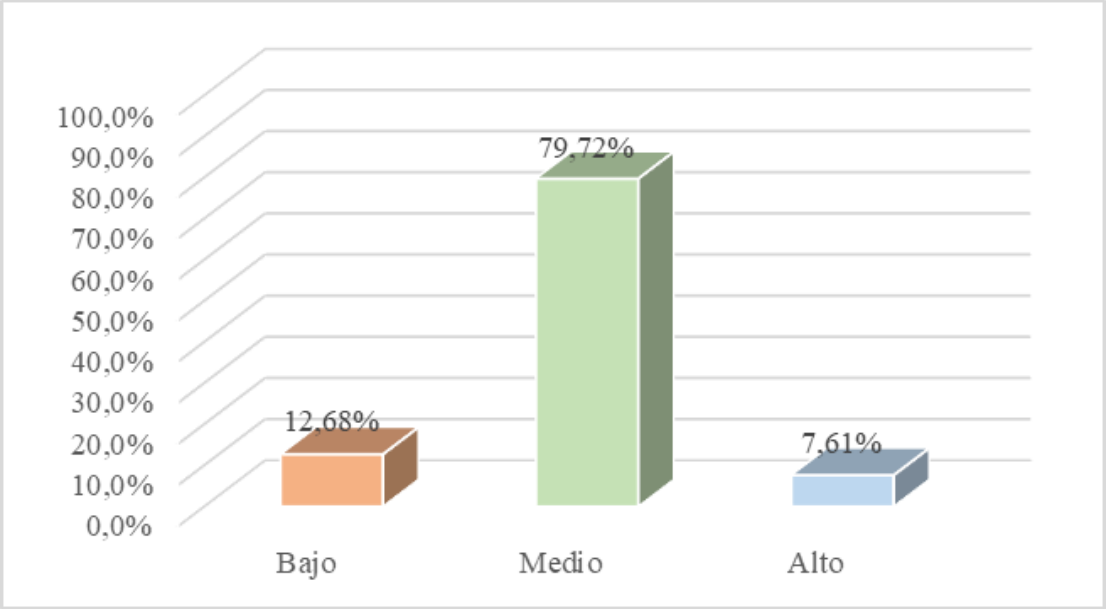
Crecimiento N de crecimiento personal en la salud mental de madres primíparas atendidas en el Hospital Regional Daniel Alcides Carrión de Pasco durante el 2025 evidencia que el 43,66% (n=155) alcanza un buen crecimiento personal, constituyendo la categoría mayoritaria y reflejando apertura al aprendizaje, percepción de desarrollo continuo, capacidad para integrar la maternidad como una experiencia transformadora y enriquecedora que potencia su evolución personal; el 36,06% (n=128) se ubica en un nivel regular, manifestando una experiencia ambivalente donde coexisten percepciones

de desarrollo con sentimientos de estancamiento, evidenciando cierta capacidad de crecimiento pero con limitaciones en la plena actualización de su potencial y conflictos respecto a la conciliación entre maternidad y realización personal; mientras que el 20,28% (n=72) presenta un mal crecimiento personal, experimentando estancamiento significativo, sensación de pérdida de identidad previa, frustración respecto a sus aspiraciones y dificultades para percibir la maternidad como una oportunidad de evolución. Del total de 355 madres evaluadas, se identifica que el 56,34% experimenta algún grado de compromiso en su crecimiento personal (categorías mala y regular), situación que revela que más de la mitad de la población enfrenta dificultades para integrar constructivamente la experiencia de la primiparidad en su desarrollo evolutivo, percibiendo posibles restricciones en sus oportunidades de superación, aprendizaje y actualización personal, lo cual demanda la implementación de intervenciones psicoeducativas centradas en la resignificación de la maternidad como etapa de crecimiento, el fortalecimiento de la autoestima, la identificación de nuevas competencias adquiridas, el establecimiento de metas personales compatibles con la maternidad y la promoción de una perspectiva de desarrollo continuo que integre armoniosamente la identidad materna con el proyecto de realización y trascendencia personal.

Tabla 8. *Ansiedad en madres primíparas atendidas en el Hospital Regional Daniel Alcides Carrión – Pasco, 2025*

V2	f	%
Bajo	45	12,68%
Medio	283	79,72%
Alto	27	7,61%
TOTAL	**355**	**100%**

Figura 13. *Ansiedad en madres primíparas atendidas en el Hospital Regional Daniel Alcides Carrión – Pasco, 2025*



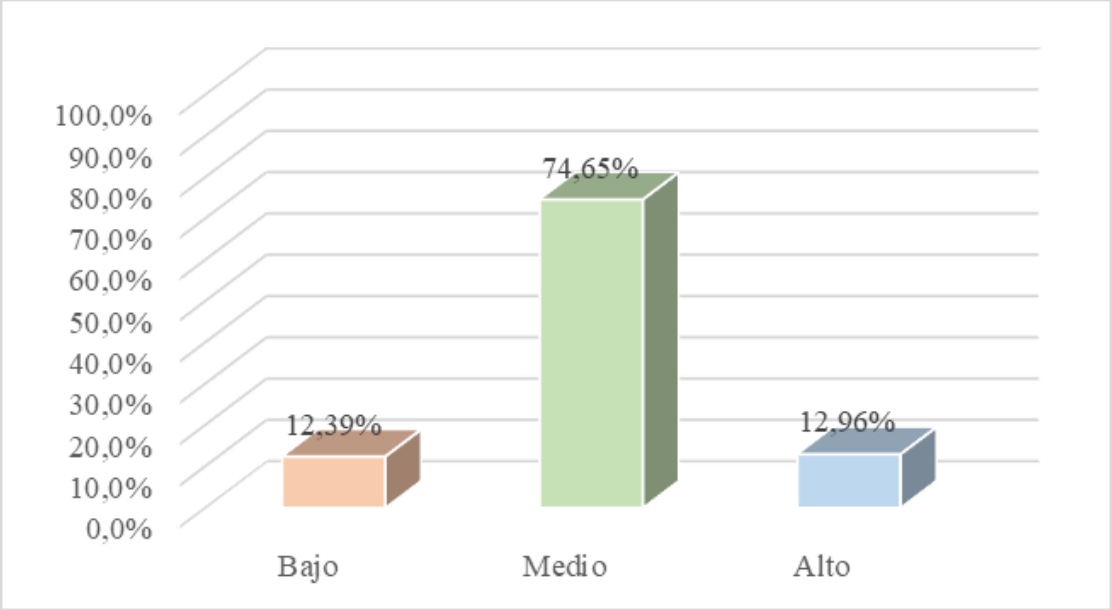
La ansiedad en madres primíparas atendidas en el Hospital Regional Daniel Alcides Carrión de Pasco durante el 2025 presenta una distribución donde el 79,72% (n=283) evidencia niveles medios de ansiedad, constituyendo la categoría predominante de manera amplia y reflejando la presencia de sintomatología ansiosa moderada caracterizada por preocupaciones, tensión e inquietud relacionadas con la adaptación al rol materno, las demandas del cuidado neonatal y los cambios biopsicosociales inherentes a la primiparidad; el 12,68% (n=45) manifiesta niveles bajos de ansiedad, experimentando estabilidad emocional, recursos adaptativos adecuados y capacidades de afrontamiento efectivas que les permiten manejar el estrés materno sin manifestaciones clínicas significativas; mientras que el 7,61% (n=27) presenta niveles altos de ansiedad, evidenciando síntomas severos de preocupación excesiva, hipervigilancia, manifestaciones somáticas intensas y deterioro funcional que interfiere significativamente con su desempeño materno y calidad de vida. Del total de 355 madres evaluadas, se observa que el 87,33% presenta algún grado de sintomatología ansiosa clínicamente relevante (categorías medio y alto), lo cual configura un panorama

preocupante que indica que la gran mayoría de las madres primíparas experimenta manifestaciones de ansiedad relacionadas con la incertidumbre sobre el cuidado infantil, las preocupaciones sobre la salud y desarrollo del bebé, los cambios en la dinámica familiar, las demandas de lactancia y crianza, y la presión social sobre el desempeño materno, requiriendo atención prioritaria mediante intervenciones especializadas en salud mental perinatal que incluyan psicoterapia cognitivo–conductual, técnicas de manejo de ansiedad, mindfulness, psicoeducación sobre la normalidad de ciertos niveles de preocupación materna y, en casos de ansiedad alta, valoración para tratamiento farmacológico complementario.

Tabla 9. *Ansiedad de Rango en madres primíparas atendidas en el Hospital Regional Daniel Alcides Carrión – Pasco, 2025*

V2D1	f	%
Bajo	44	12,39%
Medio	265	74,65%
Alto	46	12,96%
TOTAL	**355**	**100%**

Figura 14. *Ansiedad de Rango en madres primíparas atendidas en el Hospital Regional Daniel Alcides Carrión – Pasco, 2025*

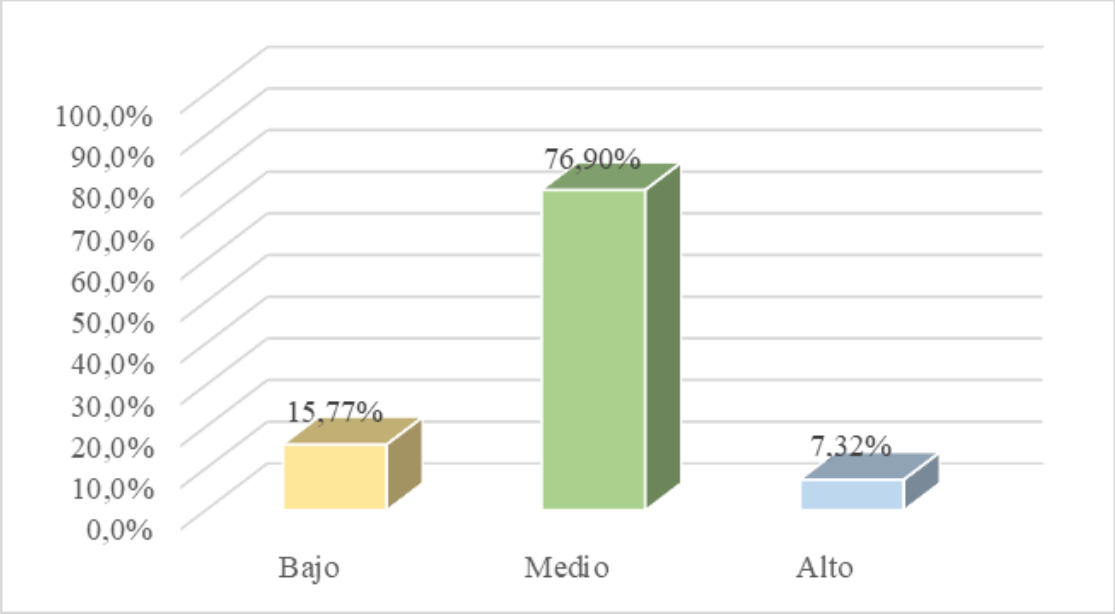


La ansiedad de rango en madres primíparas atendidas en el Hospital Regional Daniel Alcides Carrión de Pasco durante el 2025 revela una distribución donde el 74,65% (n=265) evidencia niveles medios, constituyendo la categoría predominante de manera amplia y reflejando la presencia de manifestaciones ansiosas moderadas relacionadas con la amplitud y variedad de preocupaciones maternas que abarcan múltiples aspectos del cuidado infantil, la salud del bebé, las responsabilidades parentales y la adaptación a la nueva realidad familiar; el 12,96% (n=46) presenta niveles altos de ansiedad de rango, manifestando preocupaciones excesivas y generalizadas que se extienden a múltiples áreas de su vida, caracterizadas por hipervigilancia constante, anticipación catastrófica de problemas potenciales y una extensión desproporcionada de sus inquietudes maternas que interfiere significativamente con su funcionamiento cotidiano; mientras que el 12,39% (n=44) muestra niveles bajos, evidenciando preocupaciones focalizadas, circunscritas y manejables que no se generalizan a otras áreas de su experiencia materna. Del total de 355 madres evaluadas, se observa que el 87,61% experimenta algún grado de ansiedad de rango clínicamente relevante (categorías medio y alto), situación que indica que la gran mayoría de las madres primíparas presenta un patrón de preocupaciones múltiples y diversificadas que abarca distintos dominios de la maternidad, reflejando la complejidad de las demandas del periodo perinatal y la tendencia a la generalización de las inquietudes.

Tabla 10. *Ansiedad de Estado en madres primíparas atendidas en el Hospital Regional Daniel Alcides Carrión – Pasco, 2025*

V1D2	f	%
Bajo	56	15,77%
Medio	273	76,90%
Alto	26	7,32%
TOTAL	**355**	**100%**

Figura 15. *Ansiedad de Estado en madres primíparas atendidas en el Hospital Regional Daniel Alcides Carrión – Pasco, 2025*



La ansiedad de estado en madres primíparas atendidas en el Hospital Regional Daniel Alcides Carrión de Pasco durante el 2025 presenta una distribución donde el 76,90% (n=273) evidencia niveles medios, constituyendo la categoría predominante de manera amplia y reflejando la presencia de manifestaciones ansiosas situacionales y transitorias caracterizadas por tensión, aprensión, nerviosismo y activación del sistema nervioso autónomo en respuesta a las circunstancias inmediatas del cuidado neonatal y las demandas del momento presente de la maternidad; el 15,77% (n=56) presenta niveles bajos de ansiedad de estado, manifestando estabilidad emocional situacional,

calma y serenidad en las condiciones actuales de su experiencia materna, con mínimas respuestas de activación ansiosa ante los estresores cotidianos; mientras que el 7,32% (n=26) muestra niveles altos, evidenciando reacciones ansiosas intensas y desproporcionadas ante las situaciones presentes, con síntomas agudos de tensión, hiperactivación fisiológica, inquietud marcada y dificultades para regular sus respuestas emocionales ante los eventos inmediatos del cuidado infantil. Del total de 355 madres evaluadas, se observa que el 84,22% experimenta algún grado de ansiedad de estado clínicamente relevante (categorías medio y alto), situación que indica que la gran mayoría de las madres primíparas presenta respuestas ansiosas ante las circunstancias actuales de su maternidad, reflejando la alta demanda emocional del periodo perinatal inmediato, la sensibilidad aumentada ante los estresores cotidianos del cuidado neonatal y la vulnerabilidad situacional característica de la primiparidad.

ANÁLISIS DE LA PRUEBA DE NORMALIDAD:

Paso 1: Identificación de las pruebas aplicadas

Se aplicaron dos pruebas de normalidad a las variables bienestar psicológico (salud mental) y ansiedad en madres primíparas: la prueba de Kolmogorov–Smirnov con corrección de Lilliefors y la prueba de Shapiro–Wilk, ambas diseñadas para evaluar si los datos se distribuyen de manera normal en la población estudiada.

Paso 2: Análisis de los resultados para la variable salud mental

Tabla 11. *Prueba de normalidad de las variables*

	Kolmogorov–Smirnov[a]			Shapiro–Wilk		
	Estadístico	gl	Sig.	Estadístico	gl	Sig.
Bienestar psicológico (salud mental) (V1)	,218	355	,000	,786	355	,000
Ansiedad (V2)	,083	355	,000	,944	355	,000

a. Corrección de significación de Lilliefors

La variable bienestar psicológico presenta un estadístico de Kolmogorov–Smirnov de 0,218 con significancia de 0,000 y un estadístico de Shapiro–Wilk de 0,786 con significancia de 0,000, ambos valores p inferiores a 0,05, lo que indica que la distribución de la salud mental en las 355 madres primíparas se desvía significativamente de la normalidad.

Paso 3: Análisis de los resultados para la variable ansiedad

La variable ansiedad obtiene un estadístico de Kolmogorov–Smirnov de 0,083 con significancia de 0,000 y un estadístico de Shapiro–Wilk de 0,944 con significancia de 0,000, ambos valores p inferiores a 0,05, confirmando que la distribución de la ansiedad también se desvía significativamente de la normalidad en la muestra estudiada.

Paso 4: Interpretación de la no normalidad

El rechazo de la hipótesis de normalidad en ambas variables indica que los datos de salud mental y ansiedad en madres primíparas no siguen un patrón de distribución gaussiana, presentando asimetrías o irregularidades en su distribución que pueden deberse a la heterogeneidad de las respuestas psicológicas ante la primiparidad y la concentración de casos en determinadas categorías de severidad.

Paso 5: Determinación de la prueba estadística apropiada

Dado que ambas variables no cumplen con el supuesto de normalidad, para analizar la relación entre salud mental y ansiedad en madres primíparas se debe aplicar la prueba de correlación de Rho de Spearman, una prueba no paramétrica que no requiere el supuesto de normalidad y que permite evaluar la intensidad y dirección de la asociación entre estas dos variables ordinales, siendo la alternativa robusta y apropiada a la correlación de Pearson cuando los datos violan el supuesto de distribución normal.

CONTRASTE DE LAS HIPÓTESIS DE ESTUDIO

Hipótesis general:

Existe relación significativa entre salud mental y ansiedad en madres primíparas atendidas en el Hospital Regional Daniel Alcides Carrión – Pasco, 2025.

1. **Formulación de hipótesis**

   - **(H_0):** No existe relación significativa entre salud mental y ansiedad en madres primíparas atendidas en el Hospital Regional Daniel Alcides Carrión – Pasco, 2025.
   - **(H_1):** Existe relación significativa entre salud mental y ansiedad en madres primíparas atendidas en el Hospital Regional Daniel Alcides Carrión – Pasco, 2025.

2. **Prueba estadística utilizada**

   Se aplicó la **prueba de correlación de Rho de Spearman (ρ)** para determinar la relación entre las variables.

3. Nivel de significancia

Se consideró un nivel de significancia de **α = 0,05** (5%) y un nivel de confianza del **95%**.

4. Resultados del análisis

Tabla 12. *Nivel de correlación entre salud mental y ansiedad en madres primíparas atendidas en el Hospital Regional Daniel Alcides Carrión – Pasco, 2025*

Variables	Coeficiente de correlación (ρ)	Sig. (bilateral)	N
Bienestar psicológico (salud mental) – Ansiedad	–0,543**	0,000	355

Nota: La correlación es significativa al nivel 0,01 (bilateral).

5. Interpretación

El coeficiente de correlación de Rho de Spearman = –0,543 indica una correlación negativa moderada y significativa entre salud mental y ansiedad. Esto significa que, a mayor nivel de ansiedad, menor nivel de bienestar psicológico en las madres primíparas, y viceversa. El valor de significancia p = 0,000 < 0,05 permite rechazar la (H_0) y aceptar la (H_1).

6. Conclusión del contraste

Se concluye que existe una relación inversa y significativa entre salud mental y ansiedad en las madres primíparas atendidas en el Hospital Regional Daniel Alcides Carrión – Pasco, 2025. En otras palabras, el incremento de los niveles de ansiedad repercute negativamente en el bienestar psicológico de las madres, afectando su salud mental durante el proceso de adaptación a la maternidad.

Contraste de la hipótesis específica 1

Existe una relación significativa entre la salud mental en su dimensión autoaceptación y la ansiedad en madres primíparas atendidas en el Hospital Regional Daniel Alcides Carrión – Pasco, 2025.

1. **Formulación de hipótesis**

   - **(H_0):** No existe relación significativa entre la autoaceptación y la ansiedad en madres primíparas atendidas en el Hospital Regional Daniel Alcides Carrión – Pasco, 2025.
   - **(H_1):** Existe relación significativa entre la autoaceptación y la ansiedad en madres primíparas atendidas en el Hospital Regional Daniel Alcides Carrión – Pasco, 2025.

2. **Prueba estadística utilizada**

Debido a que las variables no presentan distribución normal y se miden mediante escalas ordinales, se aplicó la correlación de Rho de Spearman (ρ), que permite determinar la dirección y fuerza de la relación entre ambas variables.

3. **Nivel de significancia**

Se trabajó con un nivel de significancia α = 0,05 (5%) y un nivel de confianza del 95%.

4. **Resultados del análisis**

Tabla 13. *Nivel de correlación entre autoaceptación y ansiedad en madres primíparas atendidas en el Hospital Regional Daniel Alcides Carrión – Pasco, 2025*

Variables	Coeficiente de correlación (ρ)	Sig. (bilateral)	N
Autoaceptación – Ansiedad	–0,443**	0,000	355

Nota: La correlación es significativa al nivel 0,01 (bilateral).

5. Interpretación

El valor del coeficiente de correlación ρ = –0,443 indica una correlación negativa moderada entre la autoaceptación y la ansiedad. Esto implica que, a mayor nivel de ansiedad, menor nivel de autoaceptación en las madres primíparas, y viceversa. Dado que la significancia p = 0,000 < 0,05, se rechaza la (H_0) y se acepta la (H_1).

6. Conclusión del contraste

Se concluye que existe una relación negativa y significativa entre la autoaceptación y la ansiedad en las madres primíparas atendidas en el Hospital Regional Daniel Alcides Carrión – Pasco, 2025. Esto evidencia que las madres con menor nivel de autoaceptación tienden a presentar mayores niveles de ansiedad, lo cual afecta su salud mental durante el proceso de adaptación a la maternidad.

Contraste de la hipótesis específica 2

Existe una relación significativa entre la salud mental en su dimensión **relaciones positivas** y la **ansiedad** en madres primíparas atendidas en el Hospital Regional Daniel Alcides Carrión – Pasco, 2025.

1. Formulación de hipótesis

- **(H_0):** No existe relación significativa entre las relaciones positivas y la ansiedad en madres primíparas atendidas en el Hospital Regional Daniel Alcides Carrión – Pasco, 2025.
- **(H_1):** Existe relación significativa entre las relaciones positivas y la ansiedad en madres primíparas atendidas en el Hospital Regional Daniel Alcides Carrión – Pasco, 2025.

2. Prueba estadística utilizada

Dado que las variables no siguen una distribución normal y son de naturaleza ordinal (obtenidas mediante escalas tipo Likert), se empleó la prueba de correlación Rho de Spearman (ρ), adecuada para determinar la relación entre dos variables ordinales.

3. Nivel de significancia

Se estableció un nivel de significancia α = 0,05 (5%) y un nivel de confianza del 95%.

4. Resultados del análisis

Tabla 14. *Nivel de correlación entre relaciones positivas y ansiedad en madres primíparas atendidas en el Hospital Regional Daniel Alcides Carrión – Pasco, 2025*

Variables	Coeficiente de correlación (ρ)	Sig. (bilateral)	N
Relaciones positivas – Ansiedad	–0,463**	0,000	355

Nota: La correlación es significativa al nivel 0,01 (bilateral).

5. Interpretación

El coeficiente de correlación ρ = –0,463 indica una correlación negativa moderada y significativa entre las relaciones positivas y la ansiedad. Esto significa que a medida que aumentan los niveles de ansiedad, disminuye la calidad de las relaciones positivas de las madres primíparas, y viceversa. El valor de significancia p = 0,000 < 0,05 permite rechazar la (H_0) y aceptar la (H_1).

6. Conclusión del contraste

Se concluye que existe una relación negativa y significativa entre las relaciones positivas y la ansiedad en las madres primíparas atendidas en el Hospital Regional Daniel Alcides Carrión – Pasco, 2025. Este resultado sobre las

madres que mantienen vínculos afectivos y relaciones interpersonales satisfactorias presentan menores niveles de ansiedad, mientras que la falta de apoyo emocional o social.

Contraste de la hipótesis específica 3

Existe una relación significativa entre la salud mental en su dimensión dominio del entorno y la ansiedad en madres primíparas atendidas en el Hospital Regional Daniel Alcides Carrión – Pasco, 2025.

1. **Formulación de hipótesis**

- **(H_0):** No existe relación significativa entre el dominio del entorno y la ansiedad en madres primíparas atendidas en el Hospital Regional Daniel Alcides Carrión – Pasco, 2025.
- **(H_1):** Existe relación significativa entre el dominio del entorno y la ansiedad en madres primíparas atendidas en el Hospital Regional Daniel Alcides Carrión – Pasco, 2025.

2. **Prueba estadística utilizada**

Dado que las variables no presentan una distribución normal y se miden a través de escalas ordinales, se aplicó la prueba de correlación Rho de Spearman (ρ), la cual permite determinar la fuerza y dirección de la relación entre dos variables ordinales.

3. **Nivel de significancia**

Se consideró un nivel de significancia $\alpha = 0,05$ (5%) y un nivel de confianza del 95%.

4. Resultados del análisis

Tabla 15. *Nivel de correlación entre dominio del entorno y ansiedad en madres primíparas atendidas en el Hospital Regional Daniel Alcides Carrión – Pasco, 2025*

Variables	Coeficiente de correlación (ρ)	Sig. (bilateral)	N
Dominio del entorno – Ansiedad	–0,516**	0,000	355

Nota: La correlación es significativa al nivel 0,01 (bilateral).

5. Interpretación

El coeficiente de correlación ρ = –0,516 indica una correlación negativa moderada entre el dominio del entorno y la ansiedad. Esto significa que, a mayor nivel de ansiedad, menor capacidad percibida de control y manejo del entorno por parte de las madres primíparas, y viceversa. El valor de significancia p = 0,000 < 0,05 permite rechazar la (H_0) y aceptar la (H_1).

6. Conclusión del contraste

Se concluye que existe una relación negativa y significativa entre el dominio del entorno y la ansiedad en las madres primíparas atendidas en el Hospital Regional Daniel Alcides Carrión – Pasco, 2025. Este hallazgo indica que las madres con mayor percepción de control sobre su entorno, organización y capacidad para enfrentar las demandas del contexto presentan niveles más bajos de ansiedad, mientras que aquellas con menor dominio tienden a experimentar mayor tensión emocional y preocupación.

Contraste de la hipótesis específica 4

Existe una relación significativa entre la salud mental en su dimensión propósito de vida y la ansiedad en madres primíparas atendidas en el Hospital Regional Daniel Alcides Carrión – Pasco, 2025.

1. **Formulación de hipótesis**

   - **(H_0):** No existe relación significativa entre el propósito de vida y la ansiedad en madres primíparas atendidas en el Hospital Regional Daniel Alcides Carrión – Pasco, 2025.
   - **(H_1):** Existe relación significativa entre el propósito de vida y la ansiedad en madres primíparas atendidas en el Hospital Regional Daniel Alcides Carrión – Pasco, 2025.

2. **Prueba estadística utilizada**

   Dado que las variables analizadas no presentan distribución normal y se expresan en escalas ordinales, se aplicó la prueba de correlación Rho de Spearman (ρ), que permite determinar la fuerza y dirección de la relación entre ambas variables.

3. **Nivel de significancia**

   Se estableció un nivel de significancia α = 0,05 (5%) y un nivel de confianza del 95%.

4. **Resultados del análisis**

Tabla 16. Nivel de correlación entre propósito de vida y ansiedad en madres primíparas atendidas en el Hospital Regional Daniel Alcides Carrión – Pasco, 2025

Variables	Coeficiente de correlación (ρ)	Sig. (bilateral)	N
Propósito de vida – Ansiedad	–0,529**	0,000	355

Nota: La correlación es significativa al nivel 0,01 (bilateral).

5. **Interpretación**

   El coeficiente de correlación ρ = –0,529 indica una correlación negativa moderada y significativa entre el propósito de vida y la ansiedad. Esto significa que, a mayor nivel de ansiedad, menor sentido de propósito y dirección vital en

las madres primíparas, y viceversa. El valor de significancia p = 0,000 < 0,05 permite rechazar la (H_0) y aceptar la (H_1).

6. Conclusión del contraste

Se concluye que existe una relación negativa y significativa entre el propósito de vida y la ansiedad en las madres primíparas atendidas en el Hospital Regional Daniel Alcides Carrión – Pasco, 2025. Es decir, las madres que tienen un propósito de vida definido, metas claras y sentido de dirección personal presentan menores niveles de ansiedad, mientras que aquellas que carecen de claridad en sus objetivos vitales tienden a experimentar mayor preocupación, inseguridad y estrés emocional durante la etapa de maternidad inicial.

Contraste de la hipótesis específica 5

Existe una relación significativa entre la salud mental en su dimensión autonomía y la ansiedad en madres primíparas atendidas en el HRDAC – Pasco, 2025.

1. Formulación de hipótesis

- **(H_0):** No existe relación significativa entre la autonomía y la ansiedad en madres primíparas atendidas en el Hospital Regional Daniel Alcides Carrión – Pasco, 2025.
- **(H_1):** Existe relación significativa entre la autonomía y la ansiedad en madres primíparas atendidas en el Hospital Regional Daniel Alcides Carrión – Pasco, 2025.

2. Prueba estadística utilizada

Debido a que las variables no presentan una distribución normal y se miden mediante escalas ordinales, se aplicó la prueba de correlación Rho de

Spearman (ρ), adecuada para determinar la fuerza y dirección de la relación entre variables ordinales.

3. Nivel de significancia

Se consideró un nivel de significancia α = 0,05 (5%) y un nivel de confianza del 95%.

4. Resultados del análisis

Tabla 17. *nivel de correlación entre autonomía y ansiedad en madres primíparas atendidas en el Hospital Regional Daniel Alcides Carrión – Pasco, 2025*

Variables	Coeficiente de correlación (ρ)	Sig. (bilateral)	N
Autonomía – Ansiedad	–0,458**	0,000	355

Nota: La correlación es significativa al nivel 0,01 (bilateral).

5. Interpretación

El coeficiente de correlación ρ = –0,458 indica una correlación negativa moderada y significativa entre la autonomía y la ansiedad. Esto significa que, a mayor nivel de ansiedad, menor autonomía percibida en las madres primíparas, y viceversa. El valor de significancia p = 0,000 < 0,05 permite rechazar la (H_0) y aceptar la (H_1).

6. Conclusión del contraste

Se concluye que existe una relación negativa y significativa entre la autonomía y la ansiedad en las madres primíparas atendidas en el HRDAC – Pasco, 2025. Esto nos indica que las madres que muestran mayor independencia personal, capacidad de decisión y confianza en sus propios criterios presentan menores niveles de ansiedad, mientras que la falta de autonomía o la dependencia emocional se asocia con una mayor vulnerabilidad a experimentar síntomas ansiosos.

Contraste de la hipótesis específica 6

Existe una relación significativa entre la salud mental en su dimensión crecimiento personal y la ansiedad en madres primíparas atendidas en el HRDAC – Pasco, 2025.

1. Formulación de hipótesis

- **(H_0):** No existe relación significativa entre el crecimiento personal y la ansiedad en madres primíparas atendidas en el HRDAC – Pasco, 2025.
- **(H_1):** Existe relación significativa entre el crecimiento personal y la ansiedad en madres primíparas atendidas en el HRDAC – Pasco, 2025.

2. Prueba estadística utilizada

Dado que las variables no presentan distribución normal y se expresan en escalas ordinales, se utilizó la prueba de correlación Rho de Spearman (ρ), adecuada para determinar la dirección y fuerza de la relación entre ambas variables.

3. Nivel de significancia

Se empleó un nivel de significancia α = 0,05 (5%) y un nivel de confianza del 95%.

4. Resultados del análisis

Tabla 18. *Nivel de correlación entre crecimiento personal y ansiedad en madres primíparas atendidas en el Hospital Regional Daniel Alcides Carrión – Pasco, 2025*

Variables	Coeficiente de correlación (ρ)	Sig. (bilateral)	N
Crecimiento personal – Ansiedad	–0,444**	0,000	355

Nota: La correlación es significativa al nivel 0,01 (bilateral).

5. Interpretación

El valor del coeficiente de correlación $\rho = –0,444$ indica una correlación negativa moderada y significativa entre el crecimiento personal y la ansiedad. Esto significa que a medida que aumentan los niveles de ansiedad, disminuye el crecimiento personal percibido en las madres primíparas, y viceversa. El valor de significancia $p = 0,000 < 0,05$ permite rechazar la (H_0) y aceptar la (H_1).

6. Conclusión del contraste

Se concluye que existe una relación negativa y significativa entre el crecimiento personal y la ansiedad en las madres primíparas atendidas en el Hospital Regional Daniel Alcides Carrión – Pasco, 2025. Este hallazgo manifiesta que las madres que se perciben en constante desarrollo, con apertura a nuevas experiencias y superación personal, presentan menores niveles de ansiedad, mientras que aquellas con un bajo sentido de crecimiento personal tienden a experimentar mayor tensión, inseguridad y preocupación durante la etapa de maternidad inicial.

4.2. Discusión de resultados

El presente estudio tuvo como objetivo general determinar la relación entre salud mental y ansiedad en madres primíparas atendidas en el Hospital Regional Daniel Alcides Carrión – Pasco, 2025. Los resultados evidenciaron una correlación negativa moderada y significativa ($\rho = –0,543$; $p = 0,000$) entre ambas variables, lo cual indica que a mayor nivel de ansiedad, menor bienestar psicológico o salud mental en las madres evaluadas. Este hallazgo respalda la hipótesis general y concuerda con la literatura científica que destaca el estrecho vínculo entre los estados emocionales negativos y el deterioro del bienestar mental en el periodo posparto.

Estos resultados son coherentes con lo expuesto por Andrade Rebolledo en su tesis doctoral “Factores psicosociales asociados al estado completo de salud mental de la mujer durante el puerperio”, quien señala que las madres en esta etapa presentan vulnerabilidad psicológica derivada de los cambios biológicos, sociales y afectivos, los cuales pueden alterar su equilibrio emocional y predisponer a síntomas ansiosos y depresivos. De manera similar, Sáenz Rabanal (2021) encontró una correlación inversa entre el bienestar psicológico y la ansiedad en gestantes, confirmando que, a mayor bienestar mental, menor ansiedad percibida, lo que refuerza el patrón observado en el presente estudio.

Desde la perspectiva teórica, Muñoz, Restrepo y Cardona conceptualizan la salud mental positiva como un estado de equilibrio emocional, autoconocimiento y capacidad de afrontamiento. Dicho equilibrio puede verse afectado cuando las demandas del entorno, en este caso, las nuevas responsabilidades maternales, superan los recursos personales de la madre, generando síntomas de ansiedad que comprometen su bienestar psicológico. Díaz, Blanco, Horcajo y Valle sostienen que el modelo del “estado completo de salud” integra tanto la ausencia de malestar como la presencia de bienestar, reforzando la importancia de considerar la salud mental más allá de la mera ausencia de patología.

Asimismo, O’Fahey y Shenassa plantean que la salud mental materna en el posparto depende en gran medida del soporte emocional y social, así como del grado de satisfacción de las necesidades de la madre, coincidiendo con los hallazgos del presente estudio, donde las madres con mejores recursos psicológicos y relacionales presentan menores niveles de ansiedad.

La relación entre la salud mental en su dimensión de autoaceptación y la ansiedad en madres primíparas. Los resultados mostraron una correlación negativa moderada y significativa entre la autoaceptación y la ansiedad ($\rho = –0,443$; $p = 0,000$), lo que indica que las madres con menor aceptación de sí mismas experimentan mayores niveles de ansiedad durante el puerperio. Este hallazgo demuestra que la percepción de valía personal y la capacidad para reconocer tanto las fortalezas como las limitaciones propias constituyen factores protectores del equilibrio emocional.

De acuerdo con Jourard y Landsman, la autoaceptación es un rasgo esencial de la personalidad saludable, y su ausencia suele generar inseguridad, sentimientos de culpa o frustración, que predisponen a trastornos ansiosos. Sobre la maternidad, las mujeres que no se aceptan plenamente pueden experimentar una autoexigencia excesiva respecto al desempeño del rol materno, lo que se traduce en tensión, irritabilidad y ansiedad.

Estos resultados coinciden con Lascano Paredes, quien encontró que las madres con dificultades para asumir su nuevo rol presentan mayor presencia de síntomas ansioso–depresivos. Asimismo, Andrade Rebolledo afirma que la autoaceptación favorece la regulación emocional y la adaptación al puerperio, pues permite aceptar los cambios físicos, emocionales y sociales de esta etapa.

Desde el modelo de Muñoz, Restrepo y Cardona, la salud mental positiva implica reconocer la propia valía y mantener un autoconcepto estable. En este sentido, la baja autoaceptación genera vulnerabilidad psicológica, reforzando el vínculo entre autoestima y ansiedad. Por tanto, fortalecer la autoaceptación desde la preparación prenatal podría contribuir a disminuir la ansiedad posparto y favorecer una maternidad más equilibrada emocionalmente.

En cuanto a la relación entre la salud mental en su dimensión de relaciones positivas y la ansiedad en madres primíparas. El estudio evidenció una correlación negativa significativa entre las relaciones positivas y la ansiedad ($\rho = –0,463$; $p = 0,000$), lo que sugiere que las madres que mantienen vínculos interpersonales saludables presentan menores niveles de ansiedad. La existencia de apoyo emocional y social durante el puerperio resulta esencial para el afrontamiento de las nuevas demandas maternas.

Arnal Remón, en su tesis sobre bienestar psicológico en la transición a la maternidad, sostiene que las relaciones afectivas de calidad con la pareja, familiares y entorno social disminuyen las alteraciones emocionales y fortalecen el bienestar psicológico. En la misma línea, Andreu Pegó, en el Proyecto Mamáfeliz, observó que las madres con redes de apoyo consolidadas presentan menos síntomas ansiosos, pues el soporte social proporciona contención emocional y validación de la experiencia materna.

Desde la teoría de la salud mental positiva propuesta por Muñoz, Restrepo y Cardona, las relaciones interpersonales estables son un componente indispensable del bienestar, ya que promueven sentido de pertenencia y apoyo emocional. O'Fahey y Shenassa refuerzan esta idea al afirmar que la atención a las necesidades emocionales posparto requiere un entorno empático, que reduzca la sensación de aislamiento o incapacidad que muchas madres primíparas experimentan.

Por tanto, la ansiedad materna puede mitigarse cuando las madres se sienten comprendidas, acompañadas y apoyadas. Este resultado coincide también con lo reportado por Sáenz Rabanal, quien halló que las gestantes con altos niveles de bienestar psicológico mantenían mejores relaciones interpersonales y menores

indicadores de ansiedad. Con lo hallado, la evidencia confirma que la interacción social y el soporte emocional actúan como factores protectores frente al malestar psicológico en el periodo posparto.

En cuanto a la relación entre la salud mental en su dimensión de dominio del entorno y la ansiedad en madres primíparas. Los resultados revelaron una correlación negativa moderada y significativa entre el dominio del entorno y la ansiedad ($\rho = -0{,}516$; $p = 0{,}000$). Este hallazgo indica que las madres que perciben escasa capacidad para manejar su entorno, tomar decisiones o adaptarse a los cambios que implica la maternidad presentan mayores niveles de ansiedad.

Diener, al abordar el bienestar subjetivo, sostiene que el sentido de control personal y la eficacia percibida son determinantes del bienestar psicológico. Cuando la persona siente que no tiene control sobre las circunstancias o sobre su entorno inmediato, experimenta tensión emocional y aumento de la ansiedad. En el contexto materno, esto se traduce en la percepción de no poder satisfacer adecuadamente las demandas del recién nacido o mantener el equilibrio en las tareas cotidianas.

Serrano Mata coincide con este resultado al señalar que las madres con rutinas alteradas por los despertares nocturnos del lactante, o con poca capacidad de organización y descanso, muestran mayor ansiedad. A su vez, Andrade Rebolledo sostiene que la falta de dominio ambiental y de recursos personales para responder a las exigencias del puerperio compromete la salud mental de las madres.

Desde el enfoque humanista, Jourard y Landsman explican que una personalidad saludable es aquella que se adapta creativamente al entorno y responde con autonomía, lo cual disminuye el impacto de las tensiones externas. Por ello, es

fundamental desarrollar estrategias de afrontamiento y habilidades de manejo del entorno para reducir la ansiedad y favorecer la adaptación a la maternidad.

En cuanto a la relación entre la salud mental en su dimensión de propósito de vida y la ansiedad en madres primíparas. Se encontró una correlación negativa significativa entre el propósito de vida y la ansiedad ($\rho = –0,529$; $p = 0,000$). Las madres que presentaron menor claridad sobre sus metas personales y sentido de dirección mostraron niveles más elevados de ansiedad. Este hallazgo sugiere que la maternidad puede generar una crisis existencial cuando no se integra adecuadamente al proyecto vital de la mujer.

Diener y otros autores del enfoque del bienestar subjetivo señalan que el sentido de propósito es un componente esencial del bienestar psicológico, ya que otorga coherencia a las experiencias vitales. Con estas percepciones, el puerperio puede representar un periodo de redefinición de metas y prioridades. Cuando la mujer no logra conciliar su identidad personal con la nueva identidad materna, pueden surgir sentimientos de pérdida, desorientación y ansiedad.

Andrade Rebolledo reportó que las madres con bajo propósito vital experimentan mayor inestabilidad emocional, al no encontrar sentido en las nuevas responsabilidades. Asimismo, Villanueva Cucho encontró que la ausencia de proyección vital en gestantes estaba asociada con mayor ansiedad por el embarazo.

Desde el enfoque de la psicología humanista, el propósito vital se asocia con la autorrealización, descrita por Maslow como la cúspide del desarrollo humano. Por tanto, fortalecer el sentido de propósito en la maternidad puede considerarse una estrategia fundamental para reducir la ansiedad y promover el bienestar integral de la madre.

En cuanto a la relación entre la salud mental en su dimensión de autonomía y la ansiedad en madres primíparas

La investigación evidenció una correlación negativa moderada y significativa entre la autonomía y la ansiedad ($\rho = –0,458$; $p = 0,000$), lo que revela que las madres con menor independencia emocional o dificultad para tomar decisiones por sí mismas experimentan mayores niveles de ansiedad. Este resultado indica que la dependencia excesiva de la aprobación externa y la falta de confianza en el propio criterio contribuyen a la vulnerabilidad emocional.

Ardiles Guevara, en su tesis sobre estilos de afrontamiento y ansiedad, demostró que las mujeres con estilos evitativos o dependientes presentan mayor sintomatología ansiosa, en comparación con aquellas que exhiben afrontamiento activo. Esto respalda la relación inversa entre autonomía y ansiedad.

Del mismo modo, Muñoz, Restrepo y Cardona consideran la autonomía como un componente de la salud mental positiva, pues permite ejercer control sobre las decisiones y acciones, promoviendo bienestar psicológico.

Jourard y Landsman argumentan que la autonomía refleja la madurez emocional y la capacidad de actuar coherentemente con los propios valores. En el contexto posparto, esta independencia facilita la adaptación al nuevo rol y reduce el impacto de las críticas o presiones externas.

Por tanto, fomentar la autonomía materna (por ejemplo, mediante programas de educación emocional o consejería psicológica), puede ser clave para disminuir los niveles de ansiedad y fortalecer el bienestar psicosocial.

En cuanto a la relación entre la salud mental en su dimensión de crecimiento personal y la ansiedad en madres primíparas. Los resultados mostraron una correlación

negativa significativa entre el crecimiento personal y la ansiedad ($\rho = –0,444$; $p = 0,000$), lo que indica que las madres que perciben menor desarrollo personal o pocas oportunidades de superación presentan mayores niveles de ansiedad.

El puerperio representa una etapa de transformación vital, y su afrontamiento puede verse afectado si la madre percibe estancamiento o pérdida de autonomía en su desarrollo.

Muñoz, Restrepo y Cardona destacan que el crecimiento personal es una manifestación del bienestar psicológico, que refleja la capacidad del individuo para evolucionar y aprender de las experiencias. Cuando la madre siente que la maternidad limita su crecimiento, puede experimentar frustración, estrés y ansiedad.

Este resultado coincide con Lipa Tudela (2016), quien reportó que las madres con menor desarrollo personal mostraron más síntomas de depresión y ansiedad posparto.

Asimismo, Villanueva Cucho (2020) observó que las gestantes con baja percepción de autoeficacia y poco desarrollo emocional presentaban niveles más altos de ansiedad. Desde la psicología humanista, Jourard y Landsman sostienen que el crecimiento personal implica el despliegue del potencial humano; por tanto, cuando la madre se percibe en crecimiento y aprendizaje constante, experimenta menor ansiedad y mayor satisfacción vital.

CONCLUSIONES

Los resultados del modo general han permitido concluir que existe una relación negativa y significativa entre salud mental y ansiedad en madres primíparas atendidas en el Hospital Regional Daniel Alcides Carrión – Pasco, 2025 ($\rho = –0,543$; $p = 0,000$). Esto significa que, a medida que disminuye el nivel de salud mental, entendida como bienestar psicológico, autopercepción positiva, capacidad de afrontamiento y estabilidad emocional, los niveles de ansiedad aumentan.

En relación entre la salud mental en su dimensión autoaceptación y la ansiedad, se determinó una correlación negativa moderada y significativa entre la autoaceptación y la ansiedad ($\rho = –0,443$; $p = 0,000$), lo que demuestra que las madres con mayor aceptación de sí mismas presentan menores niveles de ansiedad. Esto evidencia que la autoaceptación constituye un componente esencial de la estabilidad emocional, ya que promueve la autoconfianza, reduce la autocrítica y facilita la adaptación al rol materno.

En relación entre la salud mental en su dimensión relaciones positivas y la ansiedad, se evidenció una correlación negativa significativa entre las relaciones positivas y la ansiedad ($\rho = –0,463$; $p = 0,000$). Las madres que mantienen vínculos afectivos sólidos y redes de apoyo emocional presentan menores niveles de ansiedad, lo que confirma que las relaciones interpersonales saludables funcionan como un factor de contención emocional.

En relación entre la salud mental en su dimensión dominio del entorno y la ansiedad, los resultados muestran una correlación negativa significativa entre el dominio del entorno y la ansiedad ($\rho = –0,516$; $p = 0,000$), indicando que las madres que perciben escasa capacidad para manejar su entorno presentan mayores niveles de ansiedad. Esto revela que el sentido de control personal y la percepción de eficacia son determinantes en la regulación emocional durante el puerperio.

En relación entre la salud mental en su dimensión propósito de vida y la ansiedad, se encontró una correlación negativa significativa entre el propósito de vida y la ansiedad ($\rho = -0,529$; $p = 0,000$), demostrando que las madres con menor claridad de metas personales y sentido vital experimentan mayores niveles de ansiedad. Esto indica que el propósito vital actúa como un factor de equilibrio psicológico, al otorgar dirección, motivación y significado a la experiencia materna.

En relación entre la salud mental en su dimensión autonomía y la ansiedad, se determinó una correlación negativa moderada y significativa entre la autonomía y la ansiedad ($\rho = -0,458$; $p = 0,000$). Las madres con menor independencia emocional y dificultad para tomar decisiones de manera autónoma tienden a presentar mayores niveles de ansiedad.

En relación entre la salud mental en su dimensión crecimiento personal y la ansiedad, se observó una correlación negativa significativa entre el crecimiento personal y la ansiedad ($\rho = -0,444$; $p = 0,000$). Las madres que perciben un menor desarrollo personal o pocas oportunidades de superación experimentan mayores niveles de ansiedad, mientras que aquellas que sienten que la maternidad contribuye a su crecimiento emocional y personal muestran mayor bienestar psicológico.

RECOMENDACIONES

A nivel institucional, se recomienda que el Hospital Regional Daniel Alcides Carrión implemente programas permanentes de promoción de la salud mental materna, orientados a fortalecer el bienestar psicológico de las madres primíparas. Estos programas deberían incluir talleres psicoeducativos sobre manejo de la ansiedad, autoestima y adaptación al rol materno, así como espacios de consejería psicológica individual y grupal que brinden acompañamiento emocional durante el puerperio. Del mismo modo, es importante que la institución incorpore la evaluación sistemática de la salud mental dentro de los controles prenatales y posparto, permitiendo la detección temprana de síntomas ansiosos y el fortalecimiento de redes de apoyo familiar y social, las cuales constituyen un factor protector clave frente a la ansiedad.

En el ámbito profesional, se sugiere capacitar al personal de salud, obstetras, enfermeras, médicos y psicólogos, en el reconocimiento oportuno de alteraciones emocionales y síntomas de ansiedad, promoviendo una atención integral y humanizada. Asimismo, se propone aplicar estrategias de intervención psicológica breve basadas en el modelo de salud mental positiva y la psicología humanista, las cuales permitan reforzar la autoaceptación, la autonomía y el propósito vital en las madres. De igual forma, se recomienda fomentar la educación emocional y el empoderamiento personal, brindando herramientas para fortalecer el dominio del entorno y la autoconfianza en la crianza, reduciendo la sobrecarga emocional y los sentimientos de inseguridad que incrementan la ansiedad posparto.

Finalmente, en el campo científico y académico, se recomienda impulsar nuevas investigaciones que amplíen el conocimiento sobre la relación entre salud mental y ansiedad en diferentes etapas de la maternidad, incorporando variables como resiliencia, apoyo social y estrategias de afrontamiento. Sería pertinente realizar estudios comparativos entre madres primíparas y multíparas, así como investigaciones longitudinales que evalúen la evolución emocional desde el embarazo hasta el posparto. Del mismo modo, se sugiere difundir los

resultados obtenidos en espacios académicos y publicaciones científicas, con el fin de sensibilizar a los profesionales y gestores de salud acerca de la importancia de abordar la salud mental materna como un componente esencial del bienestar familiar y comunitario.

REFERENCIAS BILBIOGRÁFICAS

1. Andrade Rebolledo D. Factores psicosociales asociados al estado completo de salud mental de la mujer durante el puerperio. Tesis Doctoral. Concepción – Chile: Universidad de Concepción, Dirección de Postgrado; 2021.
2. Serrano Mata LL. Ansiedad, calidad de sueño, ingesta alimentaria de madres primigestas y despertares nocturnos de sus hijos lactantes. Tesis doctoral. Xalapa – Veracruz: Universidad Veracruzana – Instituto De Investigaciones Psicológicas, Departemento de Psicología; 2019.
3. Lascano Paredes D. La adaptabilidad al rol materno y su influencia en los síntomas ansiosos depresivos en mujeres en la etapa postneonatal. caso: Centro de Salud Ingahurco Ambato Área 1. Tesis licenciatura. Ambato: Pontificia Universidad Católica del Ecuador, Departamento de psicología; 2018.
4. Andreu Pejó L. Proyecto mamáfeliz: Estudio sobre la salud mental prenatal a través de internet. Tesis Doctoral. Castellón: Universitat Jaume I, Departamento de Psicología Básica, Clínica Y Psicobiología; 2017.
5. Arnal Remón BC. Estudio de las alteraciones emocionales y del bienestar psicológico de la pareja en diferentes etapas de la transición a la maternidad y la paternidad. Tesis Doctoral. Madrid: Universidad Nacional de Educación a Distancia, Departamento de Psicología de la Personalidad, Evaluación y Tratamiento Psicológicos; 2017.
6. Izquierdo Larico GG. Depresión postparto en puérperas primíparas y multíparas atendidas en un establecimiento de salud de Lima Metropolitana, 2024. Maestría en Salud pública. Moquegua: Universidad José Carlos Mariátegui, Vicerrectorado de investigación; 2025.

7. Sáenz Rabanal LS. Bienestar psicológico y ansiedad en gestantes de la red de salud II Cajamarca, 2021. Tesis licenciatura. Cajamarca: Universidad Privada Antonio Guillermo Urrelo, Departamento de Psicología; 2021.
8. Nuñez Coronel LDLM. Impacto del COVID–19 en la salud mental de las gestantes en el Hospital Almanzor Aguinaga Asenjo de Chiclayo. Tesis Maestria. Chiclayo: Universidad César Vallejo, Escuela De Posgrado; 2021.
9. Villanueva Cucho RL. Ansiedad por el embarazo de las gestantes atendidas en el puesto de salud Huacuas Tarma 2020. Titulo de especialidad. Huancavelica: Universidad Nacional De Huancavelica, Departamento de ciencias de la Salud; 2020.
10. Ardiles Guevara DE. Estilos de afrontamiento y niveles de ansiedad en mujeres embarazadas de un centro de salud de Lima Metropolitana. Tesis Maestria. Lima: Universidad Nacional Mayor de San Marcos, Dirección General de Estudios de Posgrado; 2020.
11. Lipa Tudela F. Características bio psico sociales asociadas a depresión postparto en puérperas atendidas en el establecimiento de salud I–4 José Antonio Encinas, Puno – 2016. Tesis Maestria. Puno: Universidad Nacional Del Altiplano, Maestría En Salud Pública; 2017.
12. Silva García L, Montero Montero E, Caballero Oliver A, Fernandéz de la Fuente N, Pérez Santana J, Herrera Moreno N, et al. Auxiliares de enfermería del servicio vasco de salud – Osakidetza. 1st ed. MAD–Eduform , editor. Sevilla: Editorial MAD S.L.; 2006.
13. Miralles L, Carrera R. Orientación Psicológica. [Online].; 2019 [cited 2022 Marzo 24. Available from: https://orientacionpsicologica.es/que–teorias–explican–la–ansiedad/.
14. Organización Mundial de la Salud. Invertir en Salud Mental. [Online].; 2004 [cited 2022 Marzo 19. Available from:

https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/42897/9243562576.pdf?sequence=1&isAllowed=y.

15. Muñoz C, Restrepo D, Cardona D. Construcción del concepto de salud mental positiva: revisión sistemática. Revista Panamericana de Salud Pública. 2016 Marzo; 39(3).

16. Lluch Canut M. Construccion de una escala para evaluar la salud mental positiva. Tesis Doctoral. Barcelona: Universidad de Barcelona , Departamento de Metodología de las Ciencias del Comportamiento; 1999.

17. Jourard S, Landsman T. La Personalidad Saludable: El Punto de Vista de la Psicologia Humanistica. 4th ed. Macmillan , editor. México: Trillas; 1987.

18. Jensen JP, Bergin AE. Valores de salud mental de los terapeutas profesionales: una encuesta nacional interdisciplinaria. Profesional Y Psicología: Investigación Y Práctica. 1988 Octubre; 19(3).

19. Jahoda M. Current concepts of positive mental health. 2nd ed. Morata J, editor. New York: Arno Press; 1980.

20. Shelley E. T, Brown JD. Positive Illusions and Well–Being Revisited Separating Fact From Fiction. Psychological Bulletin. 1994 Agosto; 116(1).

21. Salgado de Snyder NV, Díaz Pérez MdJ. Los trastornos afectivos en la población rural. Salud Mental. 1999 Febrero; 22(2).

22. Mebarak M, Castro , Salamanca MdP, Quintero MF. Salud mental: un abordaje desde la perspectiva actual de la psicología de la salud. Revista del programa de psicologia Universidad del Norte. 2009 Enero – Julio; 18(23).

23. Foote N, Cottrell Jr. LS. Identidad y competencia interpersonal; una nueva dirección en la investigación familiar. American Psychological Association. 2016 Noviembre; 14(2).

24. Restrepo O. DA, Jaramillo E. JC. Concepciones de salud mental en el campo de la salud pública. Revista Facultad Nacional de Salud Pública. 2012 Mayo – Agosto; 30(2).

25. Sánchez Vidal A. Psicología Social Aplicada. 1st ed. Posadas JL, editor. Madrid: Pearson Educación S.A.; 2002.

26. Korman GP, Sarudiansky M, Rosales G, Simkin H, Schinelli F, Pinto CP, et al. Psicología, psiquiatría y religiosidad. Exploración en profesionales de la salud mental del área metropolitana de Buenos Aires, Argentina. Red de Revistas Científicas de América Latina, el Caribe, España y Portugal. 2011 Octubre; XII(23).

27. Diener E. Evaluación del bienestar subjetivo: avances y oportunidades. Investigación de Indicadores Sociales. 1994 Febrero; 31(4).

28. Zubieta E, Muratori M, Fernandez O. Bienestar subjetivo y psicosocial: explorando diferencias de género. Salud & Sociedad. 2012 Enero – Abril; 3(1).

29. Ryff C, Keyes CLM. The Structure of Psychological Well–Being Revisited. Journal of Personality and Social Psychology. 1995 Noviembre; 69(4).

30. Keyes CL, Shmotkin D. Optimización del bienestar: el encuentro empírico de dos tradiciones. Revista de Personalidad y Psicología Social. 2002 Julio; 82(6).

31. Keyes CL. ¿Enfermedad mental y/o salud mental? Investigando los axiomas del modelo estatal completo de salud. J. Consult Clin Psychol. 2005 Junio; 73(3).

32. Blanco A, Díaz D. El bienestar social: su concepto y medición. Psicothema. 2005 Febrero; 17(4).

33. Díaz , Blanco A, Horcajo J, Valle C. La aplicación del modelo del estado completo de salud al estudio de la depresión. Psicothema. 2007 Octubre; 19(2).

34. Vaillant G. Salud mental positiva: ¿existe una definición transcultural? Psiquiatría Mundial. 2012 Junio; 11(2).

35. O'Fahey , Shenassa E. Entendiendo y Satisfaciendo las Necesidades de las Mujeres en el Posparto: El Modelo de Promoción de la Salud Materna Perinatal. Revista de partería y salud de la mujer. 2013 Diciembre; 58(6).

36. Guía la autoaceptación UPC. La Autoaceptación. [Online].; 2015 [cited 2022 Marzo 20. Available from: https://www.upc.edu.pe/servicios/orientacion–psicopedagogica/documentos/guia–la–autoaceptacion.pdf.

37. González G. Relaciones positivas – Consejos para construir relaciones saludables. [Online].; 2019 [cited 2022 Marzo 20. Available from: https://www.menteasombrosa.com/relaciones–positivas–consejos–para–construir–relaciones–saludables/.

38. Muratori M, Zubieta E, Ubillos S, González JL, Bobowik M. Felicidad y Bienestar Psicológico: Estudio Comparativo Entre Argentina y España. Psykhe. 2015 Junio – Octubre; 24(2).

39. Lafarga Corona J. Desarrollo humano / El crecimiento personal. 2nd ed. Domingo P, editor. México: Editorial Trillas Sa De Cv; 2013.

40. Arias Montoya L, Portilla De Arias LM, Villa Montoya CL. El desarrollo personal en el proceso de crecimiento individual. Scientia Et Technica. 2008 Diciembre; XIV(40).

41. Sarudiansky M. Ansiedad, angustia y neurosis. Antecedentes conceptuales e históricos. Psicología Iberoamericana. 2013 Julio – Diciembre; 21(2).

42. Spielberger CD, Diaz Guerrero. IDARE Inventario de ansiedad: rasgo – estado. 3rd ed. Rojas E, editor. México: Manual Moderno; 1995.

43. Cameron N. Desarrollo y psicopatología de la personalidad: un enfoque dinamico. 2nd ed. Seligson I, editor. México: Trillas; 2001.

44 Miguel Tobal J, Cano Vindel A. Emoción y Clínica: Psicopatología de las emociones. . Psicología de la Motivación y la Emoción. 2002 Enero; 18(4).

45 Spielberger CD. Anxiety and Behavior. 2nd ed. Permission W, editor. New York: Academic . Press; 1966.

46 Endler NS. La ansiedad y el modelo de interacción persona por situación. 1st ed. . Universidad de York , editor. York – Reino Unido: Department of Psychology; 1980.

47 Miguel Tobal J, Cano Vinde A. Perfiles diferenciales de los trastornos de ansiedad. . Ansiedad y Estres. 1995 Enero; I(37).

48 Robins LN, Helzer JE, Weissman MM, Orvaschel H, Gruenberg E, Burke JD, et al. La . prevalencia de vida de los trastornos psiquiátricos específicos en tres sitios. Jama Network. 1984 Octubre; 41(10).

49 Jarne Esparcia A, Talarn Caparrós A. Manual de psicopatología clínica. 1st ed. Toribio . Barba J, editor. Barcelona: Herder; 2015.

50 Akiki S, Avison WR, Speechley KN, Campbell MK. Determinantes del estado de ansiedad . prenatal materna en la mitad del embarazo: papel de los sentimientos maternos sobre el embarazo. Revista de trastornos afectivos. 2016 Mayo; 196(15).

51 Seckl JR, Holmes MC. Mecanismos de la enfermedad: glucocorticoides, su metabolismo . placentario y 'programación' fetal de la fisiopatología del adulto. Naturaleza Práctica Clínica Endocrinología y Metabolismo. 2007 Junio; III(2).

52 Chong S, Brookman BF, Qiu A, Aris IM, Chan YH, Rifkin Graboi A, et al. Ansiedad y . depresión durante el embarazo y temperamento en la infancia temprana: hallazgos de un estudio de cohorte de nacimiento prospectivo, asiático y multiétnico: estado de ánimo materno y temperamento infantil en asiáticos. Diario de salud mental infantil. 2016 Agosto; 37(5).

53 Ries , Castañeda Vázquez C, Campos Mesa MdC, Del Castillo Andrés O. Relaciones entre
. ansiedad–rasgo y ansiedad–estado en competiciones deportivas. Cuadernos de Psicología del Deporte. 2012 Marzo; 12(2).

54 Hackfort D, Spielberger CD. Anxiety in Sports: An International Perspective. 2nd ed.
. Corporation HP, editor. New York: Taylor & Francis; 1990.

55 Hernández Sampieri R, Fernández Collado C, Baptista Lucio P. Metodología de la Investigación México D.F.: McGraw–Hill; 2014.

56 Carrasco DS. Metodología de la Investigación Cientifica. Primera Edición ed. Paredes
. GAJ, editor. Lima: San marcos; 2005.

ANEXOS

– **Instrumentos de Recolección de datos.**

INSTRUMENTO PARA SALUD MENTAL

(*Escala de Bienestar Psicológico* (SPWB))

Ficha de información básica

Edad: …….

Estado Civil: ……

Procedencia: …….

Con Quien Vive: ……

Lee cuidadosamente las siguientes oraciones y coloco un aspa (x) en el casillero cuyo significado refleje tu manera de ser más frecuente. Responde TODOS los ítems.

NOTA: No existen respuestas buenas o malas, los resultados obtenidos se utilizarán con fines netamente académicos.

SIEMPRE	CASI SIEMPRE	CASI NUNCA	NUNCA
4	3	2	1

Expreso mis ideas incluso cuando estas sean diferentes al de la mayoría.	4	3	2	1
Me resulta difícil organizar mi vida de un modo que me sienta satisfecho(a).	4	3	2	1
Me encanta hacer planes para mi futuro y me esfuerzo por cumplirlos.	4	3	2	1
Me siento seguro(a) con lo que soy.	4	3	2	1
Siento que las personas que aprecio me brindan cosas muy valiosas.	4	3	2	1
Las cosas que he hecho en mi pasado, hago en mi presente y haré en mi futuro le dan sentido a mi vida.	4	3	2	1
Me agrada mi forma de ser, en gran medida.	4	3	2	1
Siento que continuamente estoy desarrollando mis capacidades.	4	3	2	1
Confío en mis opiniones, incluso si son contrarias a los de la mayoría.	4	3	2	1
Los deberes que tengo en mi vida diaria me generan gran malestar.	4	3	2	1
Tengo claro cuál es mi objetivo y metas en la vida.	4	3	2	1
Cuento con personas que me brindan su confianza.	4	3	2	1
Me es difícil expresar mis opiniones con la gente que tienen un tema en discusión.	4	3	2	1
Soy bueno(a) manejando y aprovechando las oportunidades que me ofrece mi entorno.	4	3	2	1
Me siento orgulloso(a) de la vida que llevo.	4	3	2	1
Mis amigos(as) saben que pueden confiar en mí.	4	3	2	1
En los últimos años he rechazado o evitado asumir nuevas responsabilidades para mi vida.	4	3	2	1
A lo largo de mi vida he aprendido he cambiado y he desarrollado mis habilidades.	4	3	2	1

INSTRUMENTO PARA LA ANSIEDAD

Escala de Ansiedad Estado/Rasgo (STAI)

INSTRUCCIONES:

1. Algunas expresiones que las personas usan para describirse aparecen abajo. Lea cada frase y encierre en un círculo el número que indique cómo se siente ahora mismo, o sea, en estos momentos.
2. No hay contestaciones buenas o malas. No emplee mucho tiempo en cada frase, pero trate de dar la respuesta que mejor describa sus sentimientos ahora.

1. Me siento calmada	0	1	2	3
2. Me siento segura	0	1	2	3
3. Estoy tensa	0	1	2	3
4. Estoy contrariada	0	1	2	3
5. Me siento cómodo (estoy a gusto)	0	1	2	3
6. Me siento alterada	0	1	2	3
7. Estoy preocupada ahora por posibles desgracias futuras	0	1	2	3
8. Me siento descansada	0	1	2	3
9. Me siento angustiada	0	1	2	3
10. Me siento confortable	0	1	2	3
11. Tengo confianza en mí misma	0	1	2	3
12. Me siento nerviosa	0	1	2	3
13. Estoy desasosegado	0	1	2	3
14. Me siento muy atado (como oprimido)	0	1	2	3
15. Estoy relajada	0	1	2	3
16. Estoy satisfecha	0	1	2	3
17. Estoy preocupada	0	1	2	3
18. Me siento muy excitada y aturdida	0	1	2	3
19. Me siento alegre	0	1	2	3
20. En este momento me siento bien	0	1	2	3
21. Me siento bien	0	1	2	3
22. Me canso rápidamente	0	1	2	3
23. Siento ganas de llorar	0	1	2	3
24. Me gustaría ser tan feliz como otros	0	1	2	3
25. Pierdo oportunidades por no decidirme pronto	0	1	2	3
26. Me siento descansada	0	1	2	3
27. Soy una persona tranquila serena y sosegada	0	1	2	3
28. Veo que las dificultades se amontonan y no puedo con ellas	0	1	2	3
29. Me preocupo demasiado por las cosas sin importancia	0	1	2	3
30. Soy Feliz	0	1	2	3
31. Suelo tomar las cosas demasiado seriamente	0	1	2	3
32. Me falta confianza en mí misma	0	1	2	3
33. Me siento segura	0	1	2	3
34. No suelo afrontar las crisis o dificultades	0	1	2	3
35. Me siento triste (melancólica)	0	1	2	3
36. Estoy satisfecha	0	1	2	3
37. Me rondan y molestan pensamientos sin importancia	0	1	2	3
38. Me afectan tanto los desengaños que no puedo olvidarlos	0	1	2	3
39. Soy una persona estable	0	1	2	3
40. Cuando pienso sobre asuntos y preocupaciones actuales me pongo tenso y agitado	0	1	2	3

– Procedimiento de validez y confiabilidad (Posgrado)

FICHA DE VALIDEZ DE EXPERTOS

INFORME DE OPINIÓN DE EXPERTOS DE INSTRUMENTO DE INVESTIGACIÓN

I. DATOS GENERALES:

1.1 Apellidos y Nombres del Informante:

ALDANA CONTRERAS Carlos Alberto

1.2 Cargo e Institución donde labora:

Enfermero epidemiólogo

1.3 Nombre del Instrumento motivo de evaluación:

ESCALA DE BIENESTAR PSICOLÓGICO (SPWB) (Salud Mental)

1.4 Título de la Investigación:

"Salud mental y ansiedad en madres primíparas atendidas en el Hospital Regional Daniel Alcides Carrión – Pasco, 2025"

1.5 Autores del Instrumento:

Adaptada por Katherine Vanessa Briones Herrera (2019) de Carol Ryff (1995)

II. ASPECTOS DE VALIDACIÓN:

INDICADORES	CRITERIOS	Deficiente 00–20%	Regular 21–40%	Buena 41–60%	Muy Buena 61–80%	Excelente 81–100%
1. CLARIDAD	Está formulado con lenguaje apropiado.					x
2. OBJETIVIDAD	Está expresado en conductas observables.					x
3.ACTUAUDAD	Adecuado al avance de la ciencia y la tecnología.					x
4.ORGANIZACION	Existe una organización lógica.					x
5.SUFICIENCIA	Comprende los aspectos en cantidad y calidad				x	
6.INTENCIONALIDAD	Adecuado para valorar aspectos de la investigación.					x
7.CONSISTENCIA	Basado en aspectos teórico–científicos.					x
8. COHERENCIA	Entre las dimensiones, indicadores e índices.				x	
9.METODOLOGIA	La estrategia responde al propósito de la investigación.					x
10. OPORTUNIDAD	El instrumento será aplicado en el momento oportuno o más adecuado según sus procedimientos.					x
PROMEDIO DE VALIDACIÓN						90%

Adaptado de: Ramos Vilca, Jony Noe (2025).

III. PROMEDIO DE VALORACIÓN:

IV. OPINIÓN DE APLICABILIDAD:

(.x.) El instrumento puede ser aplicado, tal como está elaborado.
(…) El instrumento debe ser mejorado antes de ser aplicado.

Lugar y fecha: …Huancayo 31 de agosto 2025……

Firma del Profesional Experto



Mg. ALDANA CONTRERAS Carlos Alberto

INFORME DE OPINIÓN DE EXPERTOS DE INSTRUMENTO DE INVESTIGACIÓN

I. DATOS GENERALES:

1.1 Apellidos y Nombres del Informante:

ALDANA CONTRERAS Carlos Alberto

1.2 Cargo e Institución donde labora:

Enfermero
Epodemiólogo

1.3 Nombre del Instrumento motivo de evaluación:

ESCALA DE ANSIEDAD ESTADO/RASGO (STAI)

1.4 Título de la Investigación:

"Salud mental y ansiedad en madres primíparas atendidas en el Hospital Regional Daniel Alcides Carrión – Pasco, 2025"

1.5 Autores del Instrumento:

Charles D. Spielberger, quien lo desarrolló junto con Richard L. Gorsuch y Robert E. Lushene (1964)

II. ASPECTOS DE VALIDACIÓN:

INDICADORES	CRITERIOS	Deficiente 00–20%	Regular 21–40%	Buena 41–60%	Muy Buena 61–80%	Excelente 81–100%
1. CLARIDAD	Está formulado con lenguaje apropiado.					x
2. OBJETIVIDAD	Está expresado en conductas observables.					x
3.ACTUAUDAD	Adecuado al avance de la ciencia y la tecnología.					x
4.ORGANIZACION	Existe una organización lógica.					x
5.SUFICIENCIA	Comprende los aspectos en cantidad y calidad					x
6.INTENCIONALIDAD	Adecuado para valorar aspectos de la investigación.					x
7.CONSISTENCIA	Basado en aspectos teórico–científicos.				x	
8. COHERENCIA	Entre las dimensiones, indicadores e índices.					x
9.METODOLOGIA	La estrategia responde al propósito de la investigación.					
10. OPORTUNIDAD	El instrumento será aplicado en el momento oportuno o más adecuado según sus procedimientos.				x	x
PROMEDIO DE VALIDACIÓN						90

Adaptado de: Ramos Vilca, Jony Noe (2025).

III. PROMEDIO DE VALORACIÓN:

IV. OPINIÓN DE APLICABILIDAD:

(.x) El instrumento puede ser aplicado, tal como está elaborado.
(…) El instrumento debe ser mejorado antes de ser aplicado.

Lugar y fecha: . Huancayo 31 de agosto 2025.

Firma del Profesional Experto.



Mg. ALDANA CONTRERAS Carlos Alberto

INFORME DE OPINIÓN DE EXPERTOS DE INSTRUMENTO DE INVESTIGACIÓN

I. DATOS GENERALES:

1.1 Apellidos y Nombres del Informante:

Espinoza Valiz de Cortez Karina Liliana

1.2 Cargo e Institución donde labora:

Docente - Universidad Nacional Daniel Alcides Carrión

1.3 Nombre del Instrumento motivo de evaluación:

ESCALA DE BIENESTAR PSICOLÓGICO (SPWB) (Salud Mental)

1.4 Título de la Investigación:

"Salud mental y ansiedad en madres primíparas atendidas en el Hospital Regional Daniel Alcides Carrión – Pasco, 2025"

1.5 Autores del Instrumento:

Adaptada por Katherine Vanessa Briones Herrera (2019) de Carol Ryff (1995)

II. ASPECTOS DE VALIDACIÓN:

INDICADORES	CRITERIOS	Deficiente 00–20%	Regular 21–40%	Buena 41–60%	Muy Buena 61–80%	Excelente 81–100%
1. CLARIDAD	Está formulado con lenguaje apropiado.				✓	
2. OBJETIVIDAD	Está expresado en conductas observables.			✓		
3.ACTUAUDAD	Adecuado al avance de la ciencia y la tecnología.				✓	
4.ORGANIZACION	Existe una organización lógica.					✓
5.SUFICIENCIA	Comprende los aspectos en cantidad y calidad				✓	
6.INTENCIONALIDAD	Adecuado para valorar aspectos de la investigación.				✓	
7.CONSISTENCIA	Basado en aspectos teórico–científicos.			✓		
8. COHERENCIA	Entre las dimensiones, indicadores e índices.				✓	
9.METODOLOGIA	La estrategia responde al propósito de la investigación.				✓	
10. OPORTUNIDAD	El instrumento será aplicado en el momento oportuno o más adecuado según sus procedimientos.					✓
PROMEDIO DE VALIDACIÓN						85%

Adaptado de: Ramos Vilca, Jony Noe (2025).

III. PROMEDIO DE VALORACIÓN:

IV. OPINIÓN DE APLICABILIDAD:

(X) El instrumento puede ser aplicado, tal como está elaborado.
(...) El instrumento debe ser mejorado antes de ser aplicado.

Lugar y fecha: Tarma 30 de agosto 2025

Firma del Profesional Experto.

Mg. Obst. Karina Espinoza Véliz
OBSTETRA

INFORME DE OPINIÓN DE EXPERTOS DE INSTRUMENTO DE INVESTIGACIÓN

I. DATOS GENERALES:

1.1 Apellidos y Nombres del Informante:

Espinoza Veliz de Castro Karina Liliana

1.2 Cargo e Institución donde labora:

Docente - Universidad Nacional Daniel Alcides Carrión

1.3 Nombre del Instrumento motivo de evaluación:

ESCALA DE ANSIEDAD ESTADO/RASGO (STAI)

1.4 Título de la Investigación:

"Salud mental y ansiedad en madres primíparas atendidas en el Hospital Regional Daniel Alcides Carrión – Pasco, 2025"

1.5 Autores del Instrumento:

Charles D. Spielberger, quien lo desarrolló junto con Richard L. Gorsuch y Robert E. Lushene (1964)

II. ASPECTOS DE VALIDACIÓN:

INDICADORES	CRITERIOS	Deficiente 00–20%	Regular 21–40%	Buena 41–60%	Muy Buena 61–80%	Excelente 81–100%
1. CLARIDAD	Está formulado con lenguaje apropiado.				✓	
2. OBJETIVIDAD	Está expresado en conductas observables			✓		
3.ACTUAUDAD	Adecuado al avance de la ciencia y la tecnología.				✓	
4.ORGANIZACION	Existe una organización lógica.					✓
5.SUFICIENCIA	Comprende los aspectos en cantidad y calidad				✓	
6.INTENCIONALIDAD	Adecuado para valorar aspectos de la investigación.				✓	
7.CONSISTENCIA	Basado en aspectos teórico–científicos.			✓		
8. COHERENCIA	Entre las dimensiones, indicadores e índices.				✓	
9.METODOLOGIA	La estrategia responde al propósito de la investigación.				✓	
10. OPORTUNIDAD	El instrumento será aplicado en el momento oportuno o más adecuado según sus procedimientos.					✓
PROMEDIO DE VALIDACIÓN						85 %

Adaptado de: Ramos Vilca, Jony Noe (2025).

III. PROMEDIO DE VALORACIÓN:

IV. OPINIÓN DE APLICABILIDAD:

(✓) El instrumento puede ser aplicado, tal como está elaborado.
(…) El instrumento debe ser mejorado antes de ser aplicado.

Lugar y fecha: Tarma 30 de agosto 2025

Firma del Profesional Experto.

Mg. Obst. Karina Espinoza Véliz
OBSTETRA

INFORME DE OPINIÓN DE EXPERTOS DE INSTRUMENTO DE INVESTIGACIÓN

I. DATOS GENERALES:

1.1 Apellidos y Nombres del Informante:

Rosell Garay Yessenia Karina

1.2 Cargo e Institución donde labora:

Docente

1.3 Nombre del Instrumento motivo de evaluación:

ESCALA DE ANSIEDAD ESTADO/RASGO (STAI)

1.4 Título de la Investigación:

"Salud mental y ansiedad en madres primíparas atendidas en el Hospital Regional Daniel Alcides Carrión – Pasco, 2025"

1.5 Autores del Instrumento:

Charles D. Spielberger, quien lo desarrolló junto con Richard L. Gorsuch y Robert E. Lushene (1964)

II. ASPECTOS DE VALIDACIÓN:

INDICADORES	CRITERIOS	Deficiente 00–20%	Regular 21–40%	Buena 41–60%	Muy Buena 61–80%	Excelente 81–100%
1. CLARIDAD	Está formulado con lenguaje apropiado.				✓	
2. OBJETIVIDAD	Está expresado en conductas observables.				✓	
3.ACTUAUDAD	Adecuado al avance de la ciencia y la tecnología.					✓
4.ORGANIZACION	Existe una organización lógica.				✓	
5.SUFICIENCIA	Comprende los aspectos en cantidad y calidad				✓	
6.INTENCIONALIDAD	Adecuado para valorar aspectos de la investigación.					✓
7.CONSISTENCIA	Basado en aspectos teórico–científicos.				✓	
8. COHERENCIA	Entre las dimensiones, indicadores e índices.				✓	
9.METODOLOGIA	La estrategia responde al propósito de la investigación.				✓	
10. OPORTUNIDAD	El instrumento será aplicado en el momento oportuno o más adecuado según sus procedimientos.				✓	
PROMEDIO DE VALIDACIÓN						84%

Adaptado de: Ramos Vilca, Jony Noe (2025).

III. PROMEDIO DE VALORACIÓN:

IV. OPINIÓN DE APLICABILIDAD:

(X) El instrumento puede ser aplicado, tal como está elaborado.
(…) El instrumento debe ser mejorado antes de ser aplicado.

Lugar y fecha: Tarma 31 de agosto 2025

Firma del Profesional Experto

UNIVERSIDAD NACIONAL DANIEL ALCIDES CARRIÓN
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD

Mg. Yessenia K. ROSELL GARAY
SUB DIRECCIÓN DE LA E.P.P. DE OBSTETRICIA
FILIAL TARMA

INFORME DE OPINIÓN DE EXPERTOS DE INSTRUMENTO DE INVESTIGACIÓN

I. DATOS GENERALES:

1.1 Apellidos y Nombres del Informante:

Rosell Garay Yessenia Karina

1.2 Cargo e Institución donde labora:

Docente

1.3 Nombre del Instrumento motivo de evaluación:

ESCALA DE BIENESTAR PSICOLÓGICO (SPWB) (Salud Mental)

1.4 Título de la Investigación:

"Salud mental y ansiedad en madres primíparas atendidas en el Hospital Regional Daniel Alcides Carrión – Pasco, 2025"

1.5 Autores del Instrumento:

Adaptada por Katherine Vanessa Briones Herrera (2019) de Carol Ryff (1995)

II. ASPECTOS DE VALIDACIÓN:

INDICADORES	CRITERIOS	Deficiente 00–20%	Regular 21–40%	Buena 41–60%	Muy Buena 61–80%	Excelente 81–100%
1. CLARIDAD	Está formulado con lenguaje apropiado.				✓	
2. OBJETIVIDAD	Está expresado en conductas observables.				✓	
3.ACTUAUDAD	Adecuado al avance de la ciencia y la tecnología.					✓
4.ORGANIZACION	Existe una organización lógica.				✓	
5.SUFICIENCIA	Comprende los aspectos en cantidad y calidad				✓	
6.INTENCIONALIDAD	Adecuado para valorar aspectos de la investigación.					✓
7.CONSISTENCIA	Basado en aspectos teórico–científicos.				✓	
8. COHERENCIA	Entre las dimensiones, indicadores e índices.				✓	
9.METODOLOGIA	La estrategia responde al propósito de la investigación.				✓	
10. OPORTUNIDAD	El instrumento será aplicado en el momento oportuno o más adecuado según sus procedimientos.				✓	
PROMEDIO DE VALIDACIÓN						84%

Adaptado de: Ramos Vilca, Jony Noe (2025).

III. PROMEDIO DE VALORACIÓN:

IV. OPINIÓN DE APLICABILIDAD:

(X) El instrumento puede ser aplicado, tal como está elaborado.
(…) El instrumento debe ser mejorado antes de ser aplicado.

Lugar y fecha: Tarma 31 de agosto 2025

Firma del Profesional Experto

UNIVERSIDAD NACIONAL DANIEL ALCIDES CARRIÓN
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD

Mg. Yessenia K. ROSELL GARAY
SUB DIRECCIÓN DE LA E.P. DE OBSTETRICIA
FILIAL TARMA

Variable 2: Ansiedad

Nro	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18
1	2	3	2	3	4	2	2	3	3	2	2	4	3	2	1	3	2	4
2	1	3	4	4	3	1	3	2	3	3	3	4	1	4	3	4	2	3
3	2	1	4	3	4	2	2	4	2	1	4	4	2	3	3	4	3	4
4	3	4	3	4	4	3	3	3	2	3	3	4	4	3	4	1	2	3
5	3	3	3	4	4	2	4	3	3	4	3	4	4	3	4	4	1	3
6	1	1	1	1	1	2	2	3	2	2	2	2	4	2	3	2	2	2
7	2	2	2	1	2	2	1	1	1	2	3	2	4	3	2	2	1	1
8	3	3	3	3	3	2	3	2	2	2	2	2	4	1	1	1	3	2
9	2	2	2	2	2	1	1	1	1	2	3	3	4	2	1	1	1	1
10	2	3	2	2	2	1	1	1	2	2	2	1	1	2	1	1	2	2
11	1	1	2	1	1	2	2	3	2	2	2	1	2	1	3	3	2	1
12	2	3	2	2	1	3	2	2	3	3	1	2	2	3	3	2	1	1
13	2	3	3	4	3	4	4	3	3	2	4	3	3	4	4	4	2	4
14	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	3	3	3	3	3	3
15	2	2	2	2	2	3	3	2	1	2	2	1	2	2	3	3	2	1
16	4	3	4	4	4	4	3	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	3
17	3	1	3	3	1	3	1	1	1	3	1	3	1	1	1	3	1	1
18	3	1	1	2	2	2	1	4	4	4	4	4	4	4	2	3	3	1
19	1	1	3	3	1	1	1	3	3	3	3	3	3	3	2	1	3	4
20	3	2	1	3	2	1	2	3	1	3	1	1	1	3	2	1	2	4
21	1	1	3	3	3	3	3	2	2	3	1	2	1	3	1	1	2	4
22	2	1	1	3	1	2	2	1	1	3	1	1	1	3	1	1	1	4
23	1	3	1	3	3	1	2	3	1	3	1	1	3	3	1	1	2	4
24	2	1	2	2	1	1	2	2	1	3	1	1	2	2	1	1	2	4
25	3	1	2	3	1	1	1	2	1	1	1	1	3	2	1	1	1	1
26	1	3	1	1	3	2	1	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
27	3	3	3	1	1	3	2	1	1	1	1	1	3	1	1	1	3	1
28	1	1	1	3	2	3	3	1	1	1	1	1	2	3	1	1	2	1
29	1	1	1	1	1	2	2	1	1	1	1	1	2	2	1	1	1	1
30	1	1	1	1	1	1	2	1	1	1	1	1	2	1	1	1	1	1
31	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	1	1	2	1
32	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	3	1
33	3	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	3	1
34	1	1	1	1	1	1	1	3	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
35	3	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	2	1	1	3	2
36	3	1	1	1	1	3	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
37	3	1	1	1	1	1	1	2	1	1	1	1	1	1	1	1	2	2
38	2	1	1	1	1	1	2	3	1	1	1	1	3	4	1	1	4	4
39	4	1	1	1	1	4	3	4	1	1	1	1	1	3	1	1	3	1
40	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
41	2	1	1	1	1	1	3	3	1	1	1	1	1	3	1	1	2	4
42	1	1	1	1	1	3	4	4	1	1	1	1	4	2	1	1	4	4

43	1	1	1	1	1	4	4	1	1	1	1	1	3	2	1	1	3	4
44	2	4	2	1	4	3	4	3	1	1	1	1	2	4	1	1	2	4
45	1	3	1	1	1	1	3	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	3
46	2	2	1	1	2	2	2	3	1	1	1	1	3	1	1	1	3	1
47	2	2	1	1	1	3	3	2	1	1	1	1	1	3	1	1	2	1
48	3	2	1	3	1	3	1	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
49	3	3	3	1	3	3	3	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
50	3	1	2	3	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	1
51	2	3	3	1	1	3	1	1	1	1	1	1	2	1	1	1	1	1
52	1	3	1	1	1	2	3	1	1	1	1	1	3	2	1	1	1	1
53	2	2	1	1	2	1	1	1	1	1	1	1	3	3	1	1	1	1
54	1	1	1	3	3	1	1	1	1	1	1	1	3	1	1	1	1	1
55	1	2	1	3	3	3	2	1	2	2	1	3	3	1	1	1	1	1
56	1	2	2	1	3	2	1	3	3	1	1	1	3	2	1	1	1	1
57	1	3	3	3	1	3	3	2	2	3	3	1	1	2	1	3	3	1
58	3	1	1	2	3	1	1	1	1	1	1	2	3	3	1	1	2	1
59	2	3	1	3	3	2	1	1	2	2	1	1	1	1	3	2	1	1
60	3	3	1	2	1	2	1	2	1	3	3	3	2	1	2	3	2	1
61	1	1	3	2	2	3	3	2	3	2	3	3	1	2	1	1	1	1
62	3	3	1	2	1	1	3	1	3	3	1	2	2	1	1	1	3	3
63	2	2	1	2	3	2	1	2	2	2	3	3	1	2	1	2	2	1
64	2	3	2	1	2	2	3	3	3	3	3	2	2	3	2	2	3	3
65	3	1	3	1	3	4	4	3	4	3	3	3	4	4	4	4	4	4
66	4	3	4	1	1	1	3	4	3	1	3	3	1	1	4	4	4	3
67	3	1	4	4	3	3	1	4	4	1	3	4	1	4	4	1	1	1
68	3	1	4	4	3	1	3	4	1	3	1	4	4	1	1	4	1	3
69	1	4	1	3	3	1	3	4	4	4	3	3	3	3	4	4	3	3
70	3	3	4	4	3	4	3	4	1	1	4	1	3	1	4	4	4	3
71	1	1	4	4	3	3	3	3	4	4	1	4	3	1	1	4	3	3
72	1	4	1	1	3	1	3	1	3	4	3	4	4	3	3	4	4	3
73	3	3	3	3	1	3	1	1	1	4	1	1	3	4	3	3	3	1
74	1	4	3	4	3	1	3	4	3	4	3	4	4	3	3	1	3	3
75	4	1	3	1	1	1	3	1	4	1	3	1	3	1	1	1	1	3
76	4	1	1	4	3	1	3	4	4	3	3	3	1	1	3	3	4	3
77	4	3	1	3	3	4	3	3	4	4	3	3	4	3	4	4	4	3
78	3	3	4	4	4	3	3	4	4	4	4	4	4	3	3	3	4	3
79	4	3	3	3	3	4	3	4	4	3	3	4	4	3	4	3	4	3
80	4	4	4	4	4	4	4	4	3	3	4	4	4	4	4	4	4	4
81	4	4	4	4	3	4	4	4	4	3	4	3	4	4	4	3	4	4
82	4	4	3	4	3	4	4	4	4	4	3	4	3	4	4	3	4	4
83	4	4	3	3	4	4	4	4	3	4	4	3	3	4	4	4	4	4
84	4	4	4	3	3	4	4	4	4	4	4	4	3	4	3	3	4	4
85	4	4	4	3	3	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4
86	3	4	4	3	4	4	4	4	3	3	4	4	4	4	4	3	3	4
87	3	4	3	4	3	3	4	3	4	4	3	3	4	4	4	3	4	4

88	4	4	4	3	3	3	4	4	4	3	4	4	4	4	3	4	3	4
89	4	3	4	3	4	4	3	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	3
90	3	4	4	3	3	4	3	3	3	4	4	4	4	3	4	3	4	3
91	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	3	3	4	3	4	3
92	3	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4
93	4	4	4	3	3	4	4	4	3	4	4	4	3	3	4	4	3	4
94	4	3	4	4	3	3	4	4	3	3	4	4	4	4	3	3	3	4
95	3	4	4	3	4	3	4	4	4	4	4	4	3	3	3	4	4	4
96	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	3	3	4	4	4	4	4	4
97	3	4	3	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4
98	3	4	3	4	3	3	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4
99	4	4	4	3	3	3	3	3	4	3	3	4	3	3	4	4	3	3
100	4	3	3	4	4	4	4	3	4	4	4	3	4	4	4	4	3	4
101	4	4	4	3	3	3	4	3	3	4	3	4	4	3	3	4	4	4
102	4	4	3	3	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	3	4
103	3	4	4	4	4	4	4	3	4	4	3	3	3	4	3	4	4	4
104	4	4	4	4	4	4	3	4	4	3	4	4	4	4	3	3	4	3
105	4	4	3	3	4	4	3	3	4	3	4	3	3	4	3	4	3	3
106	3	3	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	3	3	4	4	4	4
107	4	4	4	4	4	3	4	4	3	4	4	4	4	4	4	3	4	4
108	3	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	3
109	4	4	3	3	3	3	3	4	4	4	3	4	3	4	4	4	3	3
110	4	3	3	3	3	3	4	4	3	4	4	3	4	3	4	3	3	4
111	3	3	4	3	4	4	4	3	3	4	4	4	4	4	4	3	3	4
112	3	4	3	3	4	4	4	3	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4
113	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4
114	3	4	3	4	3	4	4	4	3	4	4	3	3	4	4	3	4	4
115	4	4	3	4	3	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3
116	4	4	3	3	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3
117	3	4	4	3	3	3	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4
118	3	4	4	3	4	4	4	4	3	4	4	4	3	3	3	4	4	4
119	4	3	3	3	4	3	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4
120	4	4	3	4	3	4	4	4	4	3	4	4	4	4	3	4	4	4
121	4	3	3	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4
122	4	4	4	4	3	3	4	3	4	3	4	4	3	3	4	3	3	4
123	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	3	4
124	4	4	4	4	4	3	4	3	4	4	4	3	3	4	3	3	3	4
125	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	3	4	4	4	4	4	4
126	3	4	4	4	4	4	3	4	3	4	4	3	3	3	3	4	3	3
127	4	3	4	4	3	4	4	4	4	3	4	3	4	4	3	4	4	4
128	4	4	4	4	3	3	3	4	4	3	4	4	3	3	4	4	4	3
129	4	2	2	4	4	2	2	2	3	4	2	2	2	3	4	2	4	2
130	2	2	4	3	2	2	2	2	2	3	2	3	4	2	3	4	4	2
131	2	3	4	3	3	4	3	4	3	4	4	2	3	4	2	4	2	3
132	2	2	3	3	3	2	4	4	4	4	3	3	2	3	4	3	2	4

133	2	2	4	3	2	2	2	2	4	4	2	4	4	4	3	3	4	2
134	3	2	4	3	3	4	4	3	2	3	2	4	2	2	2	3	2	4
135	2	4	2	3	3	4	2	3	4	4	4	2	2	3	3	2	3	2
136	4	4	3	4	3	2	2	4	4	2	4	3	4	2	4	3	4	2
137	4	2	2	2	2	4	2	3	3	2	4	3	2	4	4	4	2	2
138	4	3	4	4	2	4	2	2	2	4	4	3	2	4	4	3	2	2
139	4	2	2	3	2	2	3	4	2	4	2	4	2	4	4	2	2	3
140	3	4	4	3	3	3	4	4	4	2	3	2	4	2	2	2	4	4
141	4	4	4	4	4	3	4	2	4	3	3	4	3	2	3	3	4	4
142	4	4	3	2	2	4	3	3	3	2	3	4	3	4	3	3	3	3
143	4	3	2	3	3	4	3	3	3	4	2	4	3	2	4	4	3	3
144	2	2	3	4	3	4	2	2	3	4	3	2	3	4	2	4	3	2
145	2	2	2	4	2	3	3	4	4	2	3	3	3	4	3	2	2	3
146	4	4	4	3	2	3	3	4	3	3	4	2	2	4	3	4	3	3
147	2	2	3	3	4	4	4	3	2	3	2	2	2	2	4	2	4	4
148	2	2	2	4	4	4	3	2	4	4	4	2	4	4	4	2	2	3
149	3	4	3	3	4	4	2	4	3	3	2	2	2	3	3	2	3	2
150	2	4	4	4	2	4	4	4	3	3	2	2	2	2	4	4	3	4
151	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	3	4	3	4	4
152	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	3	3	4
153	3	4	4	4	4	3	3	3	3	4	4	4	4	4	3	4	3	3
154	4	4	4	3	4	4	3	4	4	4	4	4	4	3	3	4	4	3
155	3	4	3	4	4	4	3	4	4	3	3	4	4	4	4	4	4	3
156	3	3	3	3	3	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3
157	4	4	4	4	3	3	4	3	4	3	4	3	4	4	4	4	4	4
158	4	3	4	3	3	3	4	3	4	3	4	4	3	3	4	4	3	4
159	4	3	4	4	4	4	3	4	3	3	3	3	4	4	4	3	4	3
160	4	4	4	3	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4
161	4	3	3	4	3	4	4	4	4	3	4	3	4	3	4	4	4	4
162	4	3	3	4	3	4	3	4	3	4	3	3	4	4	3	4	4	3
163	4	3	4	4	3	4	3	4	4	4	3	3	3	4	3	4	3	3
164	3	3	3	3	3	4	4	4	4	4	4	3	4	3	4	4	3	4
165	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4
166	4	3	3	4	3	3	3	4	3	4	4	4	4	4	4	4	3	3
167	4	4	4	3	4	4	4	4	4	3	3	4	4	4	3	4	4	4
168	4	4	4	4	4	4	4	4	3	3	4	4	3	3	4	4	4	4
169	3	3	4	4	3	3	4	4	3	4	4	4	4	4	3	3	4	4
170	4	4	4	3	4	4	3	3	4	4	4	4	3	4	4	4	4	3
171	4	3	4	3	4	3	4	3	3	3	4	4	3	4	3	3	4	4
172	4	4	4	3	3	4	3	4	3	3	4	4	4	4	3	3	4	3
173	3	3	4	4	4	4	4	3	3	4	3	3	4	4	3	4	4	4
174	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	3	4	3	4	3	4
175	4	4	4	3	4	4	4	4	3	4	3	3	3	4	3	4	4	4
176	3	4	4	4	3	4	4	3	3	4	4	3	3	4	3	3	4	4
177	3	4	4	3	4	3	3	3	4	4	3	4	4	4	3	4	4	3

178	4	4	3	3	3	4	3	4	3	3	3	4	4	4	3	3	3	3
179	4	3	4	4	3	4	3	3	4	4	4	4	3	4	4	4	4	3
180	4	3	3	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4
181	4	4	3	4	4	3	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4
182	4	4	4	3	4	4	3	3	4	4	4	4	3	4	3	4	4	3
183	3	4	4	4	3	4	4	3	4	4	3	4	4	3	4	4	4	4
184	4	3	4	3	4	3	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	3	4
185	3	4	3	4	3	4	3	3	4	4	3	3	4	3	4	4	4	3
186	4	4	4	3	4	4	4	3	4	4	4	3	3	3	4	4	4	4
187	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	3	3	4	3	4	3	4	4
188	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	3	4	4
189	3	4	4	4	4	4	4	3	4	4	3	3	4	3	3	4	4	4
190	3	4	4	3	4	3	4	4	4	3	3	4	4	4	4	3	4	4
191	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	3	3	4	4	4	4	4	4
192	4	3	3	3	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	3	4
193	4	3	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4
194	4	4	3	4	4	4	3	3	4	4	3	4	3	3	3	4	3	3
195	3	4	3	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	3	3	4
196	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	3
197	4	3	4	4	4	4	4	3	3	4	4	3	4	3	3	4	4	4
198	3	4	3	3	4	4	4	3	3	4	4	4	4	3	3	4	4	4
199	3	3	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	3
200	4	3	3	3	4	3	4	4	4	4	4	4	4	3	4	3	4	4
201	3	3	3	3	3	3	4	4	3	3	4	3	3	4	4	4	4	4
202	4	3	4	3	3	3	4	4	4	4	3	4	4	3	3	4	3	4
203	4	4	3	3	3	4	3	4	3	4	4	4	3	4	4	4	4	3
204	4	4	3	4	3	4	3	4	4	4	3	4	4	4	4	3	4	3
205	4	4	3	4	3	4	3	4	4	4	4	3	3	3	3	4	4	3
206	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	3	4	4	4	4
207	4	4	3	4	3	4	4	4	4	4	4	4	3	4	3	4	4	4
208	4	4	4	3	3	3	4	4	4	3	3	3	3	4	4	4	4	4
209	3	4	4	4	4	4	4	3	4	3	4	4	4	3	4	3	4	4
210	4	4	4	4	3	4	3	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	3
211	4	3	3	3	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	3	4	4	4
212	3	4	4	4	4	4	4	3	4	4	3	4	4	3	4	4	4	4
213	3	4	3	3	4	4	3	3	4	4	4	4	3	4	4	4	4	3
214	3	3	4	4	4	4	4	4	3	4	3	4	3	4	4	4	3	4
215	3	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	3	4
216	4	3	4	4	4	3	3	3	4	4	4	3	4	4	3	3	3	3
217	4	3	4	4	4	3	3	4	4	3	4	3	3	4	4	4	3	3
218	3	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	3	4	4
219	4	3	3	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	3	4	4
220	3	4	4	4	3	3	3	3	3	4	3	3	3	4	4	4	3	3
221	4	3	3	3	4	3	3	3	4	4	3	4	3	3	4	3	3	3
222	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	3	4	3	4	4	4	3

223	4	2	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	3	3	4	3	3	4
224	2	3	4	3	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	2	3	3	4
225	2	4	3	2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4
226	4	2	2	3	4	4	4	4	3	4	4	4	3	3	4	2	2	4
227	4	3	4	3	3	4	3	4	4	3	4	3	3	4	2	3	2	3
228	3	3	3	4	3	4	4	4	4	4	4	3	3	3	2	2	3	4
229	4	3	2	4	2	2	3	3	2	4	2	4	3	2	2	3	2	3
230	4	2	2	4	4	2	4	4	2	2	4	2	3	3	4	4	3	4
231	3	3	3	3	3	3	4	3	2	2	4	2	4	2	4	2	3	4
232	4	3	4	4	2	3	2	2	3	2	4	3	3	3	3	2	2	2
233	2	3	3	4	3	3	4	4	4	2	2	3	3	2	2	4	2	4
234	2	4	3	2	4	2	3	3	2	4	3	2	3	4	2	2	3	3
235	2	3	4	2	3	3	2	3	4	2	3	4	3	4	2	4	2	2
236	2	2	3	4	2	3	3	2	4	3	4	4	2	3	3	3	3	3
237	4	2	2	3	3	2	4	4	4	4	4	2	2	2	3	3	2	4
238	3	3	3	4	3	3	4	4	4	2	2	4	2	3	3	3	4	4
239	2	2	2	4	3	2	2	3	4	2	4	2	2	4	3	4	4	2
240	3	4	2	3	4	3	3	3	3	3	3	2	4	4	2	4	2	3
241	4	4	4	3	4	2	2	4	4	2	3	2	2	4	2	4	4	2
242	3	3	4	3	3	4	4	4	2	4	3	4	4	2	4	2	4	4
243	3	2	3	4	2	4	4	3	3	3	4	3	2	3	2	2	3	4
244	4	3	2	2	2	2	2	2	2	3	3	2	3	3	4	3	2	2
245	3	3	3	4	3	4	3	3	3	3	3	3	4	4	3	3	3	3
246	3	4	3	3	3	4	3	3	3	4	3	4	4	3	3	4	3	3
247	3	4	3	4	3	4	4	3	3	3	3	3	3	4	3	3	4	4
248	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	4	3	4	4	4	4	4	3
249	3	3	3	3	4	3	4	4	3	4	3	3	4	4	3	3	3	4
250	4	3	4	3	3	4	3	4	4	3	4	3	3	3	3	4	3	3
251	3	3	4	3	4	3	4	3	3	3	3	4	3	3	4	3	3	4
252	4	4	3	3	4	3	3	4	3	3	3	3	4	3	4	3	4	3
253	3	3	3	3	3	3	4	3	3	4	4	4	4	3	4	3	4	4
254	3	3	4	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3
255	4	4	3	3	4	3	3	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3
256	3	3	4	3	3	4	4	4	3	4	4	3	3	3	3	3	3	4
257	3	3	3	4	4	4	4	3	3	3	4	3	3	4	3	4	3	4
258	3	4	4	4	3	3	4	4	3	3	4	3	3	4	3	3	3	4
259	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	4	3
260	3	3	3	3	3	3	3	3	4	4	3	3	4	4	4	3	3	3
261	3	3	3	3	3	4	4	4	4	4	3	4	3	3	3	3	4	4
262	4	3	4	4	4	3	3	3	4	4	3	3	3	3	3	4	4	3
263	3	3	3	3	3	4	4	3	3	4	3	3	3	3	4	3	3	4
264	3	3	4	3	3	3	4	4	4	4	4	4	3	4	3	4	3	4
265	3	4	3	3	3	3	4	3	4	3	4	3	4	3	3	3	3	4
266	4	3	3	4	3	3	4	4	3	4	4	4	3	3	4	4	3	4
267	3	4	3	3	3	3	3	4	4	4	4	3	3	3	3	3	3	3

268	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3
269	3	3	3	3	4	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4
270	3	4	4	3	3	3	4	3	3	3	4	3	4	3	3	3	3	4
271	4	3	4	4	3	3	3	3	3	4	3	3	4	3	3	3	3	3
272	4	4	3	3	4	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3
273	3	3	3	3	4	3	3	3	4	3	4	4	4	3	3	3	3	3
274	4	3	4	4	3	4	3	3	3	4	3	3	3	3	4	3	3	3
275	3	3	3	3	4	3	4	3	3	4	3	3	3	4	3	4	3	4
276	3	4	4	3	3	3	3	4	4	3	4	3	4	4	3	3	3	3
277	4	3	3	3	3	4	4	4	3	3	4	3	4	3	3	3	3	4
278	3	3	3	4	3	3	4	3	3	3	3	4	3	4	4	4	4	4
279	4	4	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	4	3	4	3	3	3
280	4	4	3	3	3	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4
281	3	4	3	3	3	3	3	3	3	4	3	4	3	3	4	3	3	3
282	2	2	3	4	2	4	4	4	4	4	4	4	3	3	4	4	3	4
283	4	4	4	4	3	2	4	4	3	4	4	4	4	4	4	2	2	4
284	4	4	4	4	4	4	3	4	3	4	4	3	4	4	4	3	4	3
285	3	4	4	4	3	4	4	4	4	4	3	4	3	4	3	4	2	4
286	4	4	3	4	4	3	3	4	3	3	4	3	4	3	4	3	2	3
287	4	4	4	3	4	4	3	4	4	4	3	4	3	3	3	3	2	3
288	3	3	3	4	4	4	4	4	4	3	4	3	4	4	4	2	2	4
289	3	4	4	4	4	4	3	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	3
290	4	4	4	3	4	4	4	3	3	4	3	4	4	4	4	4	4	4
291	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	3	4	4	2	4
292	4	4	4	4	3	3	4	4	4	4	4	3	3	3	4	4	4	4
293	4	3	4	4	3	4	3	4	4	4	4	4	4	3	3	2	4	3
294	3	3	4	4	3	4	4	4	3	4	3	4	4	3	4	4	3	4
295	4	4	4	3	3	3	4	4	4	4	3	3	4	3	3	3	2	4
296	4	4	3	4	4	4	4	4	3	3	4	4	4	4	4	2	4	4
297	3	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	2	4
298	4	4	4	3	4	3	4	4	3	4	4	4	4	4	4	3	2	4
299	4	3	3	3	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	3	4	3	3
300	4	4	4	3	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	3	2	4
301	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	2	3	4
302	3	3	3	3	4	4	3	3	4	4	4	3	4	4	4	2	3	3
303	4	4	3	4	3	4	4	3	4	3	4	4	3	3	3	2	2	4
304	3	4	4	4	3	4	3	4	3	3	4	3	3	4	3	4	3	3
305	4	4	4	4	4	3	3	4	4	4	3	3	4	4	4	4	3	3
306	4	4	3	4	3	3	4	3	3	4	4	3	4	3	3	2	2	4
307	3	3	4	4	3	4	3	4	4	4	4	3	4	3	3	2	4	3
308	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	3	4	4	3	4	2	3	4
309	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	3	2	4
310	4	4	4	3	3	4	4	3	4	4	4	4	4	3	4	2	3	4
311	3	4	3	4	4	4	4	3	3	3	4	3	4	4	4	3	4	4
312	3	4	4	4	4	3	4	4	3	3	4	4	4	4	4	2	3	4

313	4	4	4	4	4	4	3	3	4	4	3	4	4	4	3	4	3	3
314	3	4	3	4	4	4	4	4	4	4	3	4	3	3	4	4	3	4
315	4	4	4	4	4	4	4	3	3	3	4	4	4	4	4	3	3	4
316	4	4	3	4	4	4	4	4	3	3	4	4	4	4	4	2	4	4
317	4	4	4	4	3	3	3	4	4	4	4	3	4	4	4	2	3	3
318	3	3	3	3	3	4	4	4	4	4	3	3	4	4	4	3	3	4
319	4	3	3	3	4	3	4	4	4	4	4	3	3	3	3	4	3	4
320	3	4	4	3	4	4	4	4	4	3	4	3	3	4	3	2	3	4
321	4	4	3	4	4	3	3	3	4	4	4	4	3	4	3	2	3	3
322	4	3	3	4	4	4	4	3	4	4	3	4	4	3	3	3	4	4
323	4	4	4	3	4	4	4	3	4	4	4	3	4	4	3	4	4	4
324	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	3	3	3	2	4	4
325	4	4	4	4	3	3	4	3	4	4	3	4	4	3	3	3	2	4
326	4	3	3	3	4	4	3	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	3
327	4	4	3	4	4	4	4	3	4	4	3	4	4	4	4	2	3	4
328	4	4	3	4	3	4	4	3	4	4	4	3	4	4	3	2	3	4
329	3	4	3	4	3	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	3	2	4
330	3	4	3	4	4	4	3	4	4	4	3	3	4	3	4	2	4	3
331	3	3	4	4	4	3	4	3	3	4	4	3	3	4	4	2	3	4
332	3	4	4	4	4	4	4	3	4	3	4	4	4	3	4	3	2	4
333	4	4	4	3	3	4	4	4	3	3	3	3	3	4	4	4	2	4
334	3	4	3	3	4	3	3	4	4	3	4	4	4	4	3	2	4	3
335	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	3	3	4	4	2	2	4
336	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	3	2	4
337	4	4	4	4	4	4	3	3	3	4	4	4	4	4	3	2	3	3
338	3	4	4	4	3	3	4	4	4	3	4	3	4	4	4	4	3	4
339	4	4	3	4	3	4	3	3	4	3	4	4	4	4	4	3	2	3
340	4	3	4	3	4	4	4	4	3	4	3	3	3	4	3	3	2	4
341	4	3	4	3	4	4	4	4	4	3	4	3	4	4	4	4	4	4
342	3	4	4	4	3	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	2	2	4
343	3	4	3	4	3	3	4	3	4	4	3	4	4	3	3	2	4	4
344	4	4	4	3	4	4	4	3	4	3	4	4	2	3	2	3	4	4
345	3	3	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	3	4	4
346	4	4	4	4	3	4	3	3	4	3	4	4	4	3	3	3	4	3
347	3	4	4	4	3	4	3	4	4	4	4	3	4	4	3	4	4	3
348	2	4	2	2	2	3	3	2	3	3	4	3	4	4	3	3	4	3
349	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	3	3	4	4	3	4	3	2
350	4	2	2	3	4	2	2	4	4	2	3	3	4	3	3	4	4	2
351	3	2	4	3	2	2	3	3	4	2	4	4	4	4	4	4	4	3
352	2	2	4	4	2	4	4	4	2	3	3	4	4	3	4	3	4	4
353	3	4	2	3	2	3	4	2	3	2	4	4	4	3	3	4	4	4
354	4	3	4	3	2	3	2	3	4	3	4	3	4	4	3	4	4	2
355	2	2	2	3	2	3	3	2	2	3	3	4	4	3	3	3	4	3

– **Otros que considere necesario. (Opcional).**

Data según variables

Variable 1: Salud Mental

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34	35	36	37	38	39	40
1	0	0	1	1	2	2	1	2	2	1	1	2	2	1	1	1	2	2	1	0	1	3	2	2	2	0	0	2	1	2	3	2	2	0	2	2	3	2	1	0
2	0	1	3	2	2	1	1	2	2	1	1	2	2	2	0	0	1	2	1	1	2	3	2	2	2	0	1	2	2	2	2	2	2	1	1	2	0	1	2	1
3	1	0	3	0	3	0	0	2	2	0	1	1	1	0	1	0	0	3	0	1	2	3	3	3	1	1	1	2	0	3	0	3	3	0	1	1	1	2	2	1
4	1	0	3	2	2	2	2	3	2	1	0	3	2	1	0	0	1	2	1	0	2	3	3	2	2	0	1	2	1	3	1	2	2	2	3	2	3	3	0	0
5	0	0	3	0	1	1	2	1	1	0	1	2	2	3	0	1	2	1	1	0	1	1	2	1	2	0	1	1	2	3	2	1	2	3	2	1	2	1	3	0
6	0	1	3	2	2	1	3	1	2	1	0	1	1	3	1	0	1	2	0	1	1	2	2	2	1	1	0	2	3	3	3	2	1	2	1	3	2	2	3	1
7	0	1	3	1	1	1	2	2	2	0	1	1	2	3	0	0	2	3	1	0	1	2	2	1	1	0	0	2	2	1	1	1	2	2	1	2	3	2	3	0
8	1	0	2	2	1	1	2	2	2	0	0	1	2	3	1	0	1	1	0	1	2	1	1	1	2	1	0	2	1	3	3	2	2	1	1	2	2	2	3	1
9	0	1	1	1	2	2	1	2	1	1	0	2	2	1	1	1	1	1	1	0	2	2	2	3	1	1	1	2	1	1	2	2	2	2	1	1	2	2	1	0
10	0	1	2	2	2	2	1	1	3	0	1	1	2	2	1	1	1	1	1	1	2	2	1	3	3	1	1	1	2	1	0	2	2	3	3	3	2	1	2	1
11	1	1	1	3	3	2	2	2	1	0	0	3	3	3	0	0	1	0	1	1	2	2	3	3	3	0	0	2	3	1	2	2	2	2	3	3	3	3	0	1
12	1	0	3	2	1	1	2	2	1	1	0	1	1	1	0	0	1	1	1	0	3	2	1	3	1	1	1	1	1	3	2	0	3	1	1	3	2	1	3	0
13	0	1	3	2	2	2	2	2	2	0	0	2	2	2	1	1	2	2	0	1	2	3	2	2	1	1	0	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	1
14	1	1	3	2	2	2	3	2	2	0	1	3	2	1	0	1	2	2	0	1	1	0	3	2	1	0	0	1	1	1	2	2	1	1	2	1	2	2	1	1
15	1	1	3	3	2	1	1	2	0	1	1	1	2	3	0	1	2	3	0	0	3	3	2	2	3	1	1	2	2	1	2	1	2	3	1	2	2	2	1	0
16	1	1	3	1	1	3	3	2	0	0	1	0	3	2	1	0	1	0	1	0	1	1	1	0	2	0	0	2	1	3	1	0	2	1	3	0	3	0	0	0
17	1	1	3	0	2	2	2	3	1	1	0	1	2	1	0	0	2	0	0	1	3	0	2	2	2	0	0	3	1	2	1	2	3	3	2	1	0	1	0	1
18	1	1	3	2	1	2	2	2	3	1	1	3	2	2	0	0	3	2	0	1	2	2	0	3	0	0	0	1	0	2	2	3	1	0	2	2	1	3	2	1
19	0	1	3	1	3	3	0	2	0	1	1	0	0	3	1	1	2	0	1	0	2	1	3	1	0	0	0	1	1	2	0	0	3	3	2	2	2	0	2	0
20	1	1	3	2	2	3	3	2	0	1	0	1	2	3	0	1	3	2	0	1	0	0	2	1	2	1	0	1	1	0	2	0	1	0	0	1	1	2	2	1
21	0	0	3	2	2	0	2	3	2	0	0	3	3	1	1	0	3	0	0	1	1	1	1	1	3	0	1	2	3	3	3	3	2	3	2	0	2	1	3	1

22	1	1	3	1	1	3	2	3	3	0	1	3	0	3	1	0	3	0	0	1	1	1	2	3	1	1	1	2	2	1	3	1	3	0	3	0	2	0	3	1
23	0	0	3	1	3	3	0	1	3	1	1	3	0	3	1	0	0	1	0	0	0	3	1	1	1	1	0	2	2	0	1	2	1	1	0	1	1	2	3	0
24	0	1	3	2	3	0	0	1	0	1	0	2	2	3	1	0	0	0	0	0	3	2	3	1	3	1	1	0	2	3	0	0	1	2	1	1	1	1	3	0
25	0	0	3	3	0	1	3	1	0	0	0	3	1	1	1	0	2	2	1	1	2	0	2	2	1	0	0	1	1	0	0	0	0	0	0	0	0	2	0	1
26	0	1	3	1	0	1	3	0	3	0	0	3	3	0	0	1	1	0	0	0	1	0	2	0	0	1	0	0	1	0	2	0	0	1	1	2	2	0	2	0
27	0	1	3	2	2	1	0	3	3	0	0	2	1	0	1	0	2	0	1	0	1	0	0	2	2	1	1	1	0	0	2	1	2	1	1	0	0	1	2	0
28	1	0	3	3	2	3	3	3	2	1	1	2	2	3	0	0	3	3	0	0	0	1	0	0	0	0	1	0	1	1	0	0	1	0	0	1	1	0	0	0
29	0	1	3	3	2	3	3	2	3	0	0	3	3	3	1	0	2	3	1	0	1	0	0	3	0	0	0	3	3	1	1	1	1	3	0	3	0	0	3	0
30	0	1	3	2	0	3	3	0	2	1	1	3	3	3	1	0	3	3	1	1	0	0	1	3	1	1	1	3	3	0	1	0	0	3	0	3	0	1	3	1
31	1	1	3	3	0	2	3	0	3	0	0	3	3	2	1	0	3	3	0	0	0	0	0	3	1	0	1	3	3	0	0	0	0	3	0	3	1	0	3	0
32	0	0	3	3	0	3	3	0	3	0	0	3	3	3	1	0	2	2	1	0	1	1	0	3	1	0	0	3	3	0	1	0	0	3	1	3	1	0	3	0
33	0	0	3	3	0	3	3	0	3	1	0	2	2	3	1	1	2	3	1	1	1	0	0	3	0	0	0	3	3	0	0	0	1	3	0	3	0	1	3	1
34	1	1	2	3	0	3	3	0	3	1	0	3	3	2	0	1	3	3	1	1	0	1	1	3	1	0	0	3	3	0	0	0	0	3	0	3	1	0	3	1
35	1	0	3	3	0	2	3	0	2	0	0	2	3	3	1	1	3	3	1	0	1	1	0	3	0	0	1	3	3	0	0	1	1	3	1	3	1	1	3	0
36	1	0	3	3	0	3	3	0	3	0	1	3	3	3	0	0	3	3	1	0	0	1	0	3	1	0	1	3	3	1	1	1	1	3	1	3	1	1	3	0
37	0	0	2	2	0	3	2	0	3	0	0	3	3	3	1	0	3	3	0	1	0	1	0	3	1	0	0	3	3	1	0	1	0	3	1	3	1	0	3	1
38	1	1	2	3	0	3	2	0	2	1	1	3	3	2	1	1	2	3	1	1	1	0	0	3	1	0	0	3	3	1	0	0	0	3	1	3	0	1	3	1
39	1	1	3	2	0	3	2	0	3	1	0	3	3	2	0	1	3	3	1	1	0	1	1	3	0	1	1	3	3	0	0	0	0	3	1	3	0	0	3	1
40	0	0	3	3	0	3	3	0	2	1	1	3	2	2	1	1	3	3	0	0	1	0	1	3	0	0	0	3	3	0	1	0	1	3	1	3	0	0	3	0
41	0	1	3	3	0	3	3	0	3	0	0	3	2	3	0	0	2	2	0	0	1	1	1	3	1	1	1	3	3	1	0	1	1	3	0	3	1	0	3	0
42	0	1	3	3	0	3	2	0	3	1	0	3	2	2	0	0	3	3	1	1	1	0	0	3	1	1	1	3	3	0	0	0	0	3	0	3	0	0	3	1
43	1	1	3	3	0	2	3	0	3	1	1	3	3	2	0	1	3	3	1	0	1	1	1	3	1	0	0	3	3	0	1	1	0	3	1	3	0	0	3	0
44	0	1	3	3	0	3	3	0	3	1	0	3	3	2	1	0	3	3	1	0	0	1	0	3	1	0	1	3	3	0	0	1	1	3	1	3	1	0	3	0
45	1	1	3	3	0	3	3	0	3	1	0	3	3	3	1	0	3	3	1	0	0	0	0	3	1	0	1	3	3	0	1	0	0	3	0	3	1	1	3	0
46	1	1	3	2	0	2	2	0	3	0	1	3	3	3	1	0	3	3	1	1	1	0	0	3	0	1	1	3	3	0	0	1	0	3	1	3	0	1	3	1
47	0	1	3	2	0	2	3	0	3	0	0	3	3	2	0	1	3	3	0	1	1	0	1	3	0	1	1	3	3	1	0	1	0	3	0	3	0	1	3	1
48	0	0	3	3	0	3	3	0	2	1	0	3	2	3	1	0	3	3	0	1	0	1	1	3	1	1	0	3	3	0	1	0	0	3	0	3	0	0	3	1

49	1	0	3	3	3	2	3	3	3	0	0	3	3	3	1	0	3	3	0	1	1	1	0	3	0	0	1	3	3	1	3	1	0	3	1	3	0	3	3	1
50	1	1	3	3	3	3	3	3	2	0	1	3	3	3	1	0	3	3	1	0	0	2	1	3	2	1	0	3	3	2	3	3	0	3	0	3	1	3	3	0
51	1	0	3	3	3	3	2	3	3	1	0	2	2	3	1	0	3	3	0	0	2	3	3	3	2	0	1	3	3	0	0	0	3	3	3	3	3	0	3	0
52	1	1	3	2	3	3	2	2	2	0	0	2	2	3	1	1	2	3	0	1	3	1	2	3	0	1	0	1	1	3	0	3	1	3	2	3	0	2	3	1
53	0	1	1	1	2	3	3	1	3	0	1	3	3	2	0	0	0	3	0	0	2	1	3	3	1	0	0	3	1	2	1	2	1	3	0	3	3	1	3	0
54	1	1	0	2	0	1	0	3	2	0	1	2	0	2	1	1	0	1	0	0	1	3	1	3	0	1	0	2	3	2	0	2	2	3	0	3	0	2	3	0
55	0	0	0	2	3	2	0	1	2	0	0	1	3	3	0	0	3	2	0	1	2	1	0	3	3	1	1	2	1	0	0	0	3	0	2	3	1	1	3	1
56	1	1	2	0	1	2	0	0	2	0	1	2	0	1	0	0	0	1	1	0	0	3	3	3	0	0	1	1	3	2	0	1	1	3	1	3	2	0	0	0
57	0	0	2	0	1	1	0	1	1	0	1	1	2	1	0	1	1	0	1	1	2	0	3	3	0	1	0	1	2	3	1	3	3	3	2	3	2	2	3	1
58	0	0	1	0	3	1	3	2	3	0	0	3	0	3	0	1	0	3	0	0	2	0	1	3	2	1	1	0	0	2	1	1	1	3	3	3	0	2	1	0
59	0	0	1	3	2	3	2	1	2	0	0	3	2	0	1	0	1	0	1	1	2	1	1	3	0	1	0	1	0	0	0	0	2	2	0	0	0	0	0	1
60	0	1	3	0	1	3	3	1	2	0	0	1	1	3	0	1	3	3	0	1	1	3	3	3	2	0	0	1	1	2	1	1	0	0	2	2	0	2	1	1
61	1	1	1	2	1	1	0	1	1	1	0	1	2	1	1	0	0	1	0	0	2	1	2	1	1	1	1	2	2	1	2	2	2	1	1	0	2	1	2	0
62	0	0	1	1	1	0	1	2	1	1	1	1	1	2	0	1	1	1	0	0	1	0	0	1	1	0	1	0	1	1	1	2	2	1	1	0	1	1	0	0
63	0	0	0	1	1	2	2	1	1	0	1	1	1	0	0	1	2	1	0	1	2	0	1	1	1	1	0	1	2	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1
64	0	0	0	1	0	1	0	1	2	1	1	2	0	0	0	0	1	1	0	0	1	0	0	1	0	1	0	2	1	1	1	0	1	0	2	1	2	1	1	0
65	0	1	0	1	1	1	2	0	2	1	0	2	1	0	0	0	1	1	0	0	2	1	1	0	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	2	0	0
66	1	0	2	0	1	1	2	2	0	1	1	0	1	1	0	1	1	1	0	0	1	1	1	1	0	1	1	0	0	1	0	0	2	1	0	2	2	1	1	0
67	0	0	0	1	1	1	1	2	1	1	0	1	1	1	0	0	1	1	0	0	1	1	2	0	2	1	0	1	1	1	1	1	2	1	2	2	0	1	1	0
68	1	0	2	1	2	0	1	0	2	0	1	0	0	1	0	0	0	0	1	1	0	1	1	2	0	0	1	1	0	1	1	2	1	1	1	1	2	1	2	1
69	0	1	1	1	1	0	0	1	2	0	1	1	0	0	0	1	1	1	0	0	1	1	2	2	1	1	0	2	1	1	1	1	1	2	0	1	2	1	1	0
70	0	1	1	1	0	2	2	1	1	1	1	0	1	0	0	0	2	1	1	0	1	1	0	1	1	1	1	2	1	0	1	1	1	0	1	1	2	0	0	0
71	1	1	1	0	1	1	1	0	0	0	1	0	0	0	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	0	1	1	2	2	1	1	0	1	2	0	1	0	1	1
72	0	1	2	0	2	1	1	1	1	1	0	1	2	1	1	1	2	0	1	0	2	2	1	1	1	0	0	1	1	2	1	0	2	2	1	1	0	1	1	0
73	1	1	1	1	2	1	2	2	0	1	1	1	1	0	0	1	0	1	1	0	1	2	2	2	1	0	1	0	2	1	1	2	0	1	1	0	1	0	1	0
74	0	0	2	1	2	1	0	0	0	1	1	0	1	0	0	0	1	1	1	0	1	2	2	0	1	0	0	1	1	0	1	1	1	0	2	1	0	0	1	0
75	1	1	2	2	1	0	0	1	1	0	0	2	2	0	0	0	2	1	0	1	0	1	1	1	2	0	1	2	0	0	1	2	1	2	1	2	0	2	1	1

76	0	1	0	0	0	1	1	1	1	0	1	1	1	1	0	0	1	1	0	1	0	0	1	2	0	1	0	1	1	1	1	1	2	0	0	1	2	1	2	1
77	0	0	1	1	1	1	0	1	1	1	0	0	0	1	0	1	1	2	0	0	2	1	1	1	0	0	0	1	0	1	2	1	0	1	0	1	1	1	2	0
78	0	0	1	1	2	0	0	0	2	1	0	1	0	2	1	1	1	2	1	0	0	1	1	0	1	0	1	0	2	2	0	0	1	0	0	2	1	1	0	0
79	0	0	0	1	0	1	2	1	1	1	1	2	0	0	1	1	0	0	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	0	1	1	1	0	1	2	1	0	2	1
80	0	1	1	1	1	1	1	0	0	1	0	1	1	0	0	0	1	1	0	1	2	0	1	0	2	0	1	1	1	1	2	0	1	1	0	1	1	1	0	1
81	0	1	0	1	0	1	2	1	2	0	0	2	0	2	0	1	2	1	1	1	1	1	0	2	2	0	1	1	2	0	1	1	2	1	0	1	1	2	1	1
82	1	0	2	1	1	2	0	2	1	1	0	1	1	1	1	1	0	1	0	1	0	2	1	0	1	1	0	2	1	2	1	2	2	1	2	2	1	0	2	1
83	0	0	2	1	0	1	1	1	1	1	1	2	2	2	0	0	1	1	1	1	1	1	2	0	1	0	0	1	1	1	2	0	1	1	2	2	0	1	1	1
84	0	0	1	0	1	1	1	1	1	0	1	2	1	2	1	0	1	1	0	1	0	1	1	2	1	1	0	2	0	1	2	1	0	0	2	1	1	1	1	1
85	1	0	2	1	1	1	1	2	2	0	1	1	0	2	0	1	1	0	1	0	1	1	2	1	0	1	0	1	1	1	0	1	0	2	1	1	1	2	1	0
86	1	1	1	1	0	0	2	1	1	1	0	1	2	1	1	3	3	3	3	3	1	2	3	1	1	1	1	1	1	3	3	1	1	1	2	2	1	3	1	3
87	0	0	1	1	1	1	1	1	0	1	1	3	1	2	3	3	1	2	3	3	1	1	3	1	1	1	3	3	1	1	3	2	1	1	1	1	1	1	1	3
88	1	0	1	2	2	1	2	1	0	1	1	3	2	3	1	3	3	2	3	1	2	3	1	1	1	3	3	3	1	1	3	1	1	2	2	1	2	1	1	1
89	0	0	1	1	1	1	0	0	1	1	1	1	2	2	3	3	2	1	3	1	3	3	3	1	1	1	3	3	2	1	1	2	3	2	3	1	1	1	1	1
90	1	1	2	1	1	2	1	2	1	1	0	1	3	1	1	1	1	1	1	3	1	2	3	1	2	3	3	3	1	1	1	1	3	1	3	1	3	3	2	3
91	0	0	1	2	1	1	1	1	1	1	1	1	3	3	3	3	1	3	3	3	1	1	1	2	1	1	1	1	1	1	2	2	2	2	1	2	1	2	2	3
92	0	1	1	1	1	1	1	2	2	1	1	1	1	1	3	3	3	1	1	1	2	3	2	1	1	1	1	1	3	2	2	3	2	3	3	1	3	1	2	1
93	1	0	1	1	1	2	1	2	1	1	1	1	1	3	1	1	1	3	3	3	1	2	3	2	2	3	1	1	3	3	2	1	3	1	1	3	3	3	1	3
94	0	0	2	1	1	1	1	1	1	1	0	1	3	2	1	3	1	1	3	3	1	2	1	3	3	3	3	2	1	1	1	1	2	1	2	1	1	3	1	3
95	0	0	0	1	1	1	1	0	2	0	1	2	3	1	3	1	3	1	1	3	3	3	1	3	3	3	1	2	2	2	1	1	2	2	1	1	1	1	1	3
96	0	0	1	1	2	0	1	2	2	1	0	1	3	1	3	3	3	2	3	3	1	2	3	2	1	3	1	1	3	1	2	1	1	1	2	2	1	3	3	3
97	1	1	0	2	1	0	1	2	1	0	1	1	2	2	1	1	1	1	1	1	2	2	3	3	2	1	1	1	1	3	1	3	1	1	3	3	1	1	1	1
98	1	1	2	0	0	0	0	1	2	1	1	3	2	3	1	1	1	1	1	1	1	1	2	1	1	1	3	1	1	1	1	1	3	2	3	3	1	1	1	1
99	0	1	0	2	1	0	2	0	0	0	1	2	3	2	1	1	2	1	1	3	1	3	1	2	1	1	1	3	1	1	1	1	1	1	2	2	1	1	1	3
100	0	1	1	2	2	1	1	1	0	1	1	1	1	3	1	1	3	1	3	1	2	2	3	3	1	1	3	1	1	1	1	3	1	1	1	3	2	3	3	1
101	0	1	0	1	1	0	0	1	1	1	0	1	2	1	3	3	2	3	3	3	2	2	1	1	2	3	3	1	1	1	3	3	1	3	1	2	1	1	1	3
102	1	1	1	1	2	1	1	0	0	0	0	2	3	1	3	3	1	2	3	1	3	1	3	1	3	1	1	3	1	1	2	1	2	2	2	1	2	2	3	1

103	1	1	1	1	2	1	0	1	1	1	1	3	3	2	1	3	1	2	3	1	1	3	1	2	1	3	1	1	2	1	3	2	2	2	3	1	1	3	1	1
104	1	1	0	2	1	1	0	1	1	1	0	1	3	3	1	3	1	1	3	3	1	3	2	2	1	3	1	1	3	2	2	3	2	1	1	1	3	3	2	3
105	1	0	1	2	1	1	0	1	2	1	1	3	2	1	3	3	1	1	1	3	1	2	2	2	2	3	1	3	3	2	1	2	1	3	2	3	1	1	2	3
106	0	1	1	1	1	0	1	2	0	0	0	2	2	1	3	1	1	1	3	1	1	1	3	1	3	1	1	3	1	2	3	1	1	1	1	2	2	3	2	1
107	0	1	1	1	0	1	0	0	2	1	1	1	1	3	1	1	1	2	3	3	1	1	2	2	2	1	1	1	3	1	2	2	1	2	1	2	3	3	3	3
108	0	1	0	2	1	1	0	1	0	1	0	1	1	1	3	1	1	1	3	1	1	1	2	1	2	3	3	3	3	1	2	1	2	2	1	1	1	2	1	1
109	1	1	1	0	2	1	1	0	2	1	0	1	3	2	3	3	1	1	3	1	3	1	2	3	1	3	3	1	1	3	1	1	1	1	1	2	3	1	2	1
110	0	0	2	2	1	1	1	1	1	0	0	3	3	1	1	3	2	2	3	3	1	1	1	2	3	1	1	3	3	3	1	1	1	2	2	1	1	2	3	3
111	0	0	1	0	0	1	2	1	1	1	0	1	1	3	1	1	2	1	1	1	1	1	3	1	2	3	1	1	2	1	3	3	3	1	3	1	1	1	3	1
112	1	0	1	2	1	0	0	1	1	1	1	2	2	1	1	3	1	3	3	1	1	2	2	3	2	3	3	3	1	1	1	3	1	1	1	3	3	1	2	1
113	0	1	2	2	1	1	1	0	2	0	0	3	1	1	1	1	1	2	3	3	3	3	2	3	1	1	3	3	1	1	1	3	1	3	1	2	1	1	2	3
114	1	0	1	0	1	1	1	0	2	1	0	1	1	1	3	3	1	2	3	1	3	2	3	1	1	1	3	3	3	3	1	1	1	1	1	1	1	2	2	1
115	1	1	0	0	1	2	2	1	0	0	0	1	3	2	1	3	1	2	1	1	2	1	1	1	2	1	1	1	3	3	2	3	1	3	1	3	3	1	1	1
116	0	0	1	0	0	2	1	1	0	0	0	2	1	1	1	3	1	3	1	1	1	1	3	2	1	1	3	1	2	3	1	1	1	1	1	3	3	3	1	1
117	0	1	0	2	2	0	1	1	0	1	1	2	3	1	3	1	2	3	3	3	1	3	1	1	1	1	1	1	3	3	1	1	3	1	1	1	1	1	2	3
118	1	1	1	1	1	2	1	0	2	0	0	1	1	1	1	3	1	3	3	3	1	3	2	1	1	3	1	3	2	1	1	2	3	1	1	1	3	3	2	3
119	1	1	1	2	1	1	1	1	1	1	1	3	1	1	3	1	1	1	1	1	2	2	2	2	1	3	3	1	2	1	3	1	2	1	2	2	1	2	3	1
120	0	1	2	0	2	2	0	1	1	0	1	1	1	2	1	1	1	1	3	3	2	1	1	1	3	1	3	3	3	3	1	1	3	3	1	2	1	1	1	3
121	0	1	2	0	1	2	0	1	1	0	1	1	3	2	1	3	1	1	1	1	1	1	2	1	2	1	3	1	1	3	1	1	2	1	1	3	3	3	3	1
122	1	0	1	1	1	0	2	0	1	1	1	1	3	3	1	3	1	1	3	1	1	1	1	1	3	1	3	2	1	1	1	1	1	1	1	1	3	2	1	1
123	1	1	1	1	2	1	1	1	1	0	0	1	3	1	1	1	1	2	1	1	1	1	2	2	3	1	3	1	1	3	3	1	1	1	3	3	3	1	1	1
124	0	1	1	1	1	1	0	2	2	0	0	2	1	1	3	3	1	3	1	1	2	2	1	1	1	1	1	1	1	3	1	3	1	1	2	2	1	1	1	1
125	1	0	1	0	1	0	1	0	1	1	0	2	2	3	1	3	2	2	1	1	1	1	1	3	1	1	1	3	1	3	1	2	3	1	2	1	1	3	3	1
126	1	1	2	1	1	1	2	2	1	1	1	3	2	2	3	1	3	1	3	1	1	3	1	2	1	1	3	1	3	3	2	3	1	1	1	2	1	1	3	1
127	0	0	1	2	1	1	1	0	0	1	1	2	2	3	3	1	1	1	1	1	3	1	1	1	2	3	3	1	1	2	3	2	3	2	2	1	3	1	1	2	3
128	0	0	2	0	1	1	1	2	1	0	0	1	3	3	1	3	3	2	3	1	3	3	2	2	1	1	3	2	2	1	1	1	3	2	2	1	3	1	2	1
129	1	0	2	1	1	1	0	0	1	1	0	3	1	1	1	1	1	1	3	3	3	1	1	3	3	1	1	2	1	1	2	1	1	1	1	1	1	1	2	3

130	1	0	1	2	1	2	1	1	1	1	1	1	1	2	3	1	1	1	3	3	1	2	1	2	1	1	3	1	1	3	1	1	1	1	1	3	1	1	1	3
131	1	1	0	2	1	1	0	1	1	0	0	2	1	1	3	1	1	1	3	3	3	1	3	3	2	1	1	3	3	1	1	1	3	3	2	1	1	2	3	3
132	0	0	1	2	2	1	1	0	0	0	1	1	2	3	3	3	3	3	1	3	3	3	1	1	3	1	3	1	1	2	1	3	3	2	1	3	1	1	1	3
133	0	1	2	1	1	2	2	0	2	1	0	1	3	1	1	3	1	3	1	1	2	1	1	1	1	3	1	2	1	1	1	1	1	1	1	3	2	2	1	1
134	0	1	0	0	1	1	0	2	0	0	0	1	1	1	3	3	2	2	1	3	3	3	2	1	2	1	3	1	1	2	2	3	3	1	1	3	1	1	2	3
135	1	0	2	1	1	0	2	1	2	0	0	2	1	3	1	3	1	1	1	1	3	2	1	1	3	1	3	1	2	3	1	1	1	1	1	2	1	1	1	1
136	0	1	2	2	2	0	2	1	0	0	0	1	1	2	1	1	1	1	3	3	1	3	1	2	3	1	3	1	1	1	1	3	2	2	1	1	2	2	3	3
137	0	0	1	2	0	1	2	2	2	0	1	3	3	1	3	1	1	1	1	1	3	2	3	2	2	1	3	3	3	1	1	1	1	2	1	1	1	2	1	1
138	1	0	1	2	0	0	2	0	2	0	1	1	0	0	0	1	2	2	1	1	0	0	2	1	2	0	1	1	0	1	1	1	2	2	2	0	0	2	1	1
139	0	0	2	1	2	1	2	1	1	1	0	1	0	1	0	1	1	1	1	1	2	1	1	1	1	1	0	1	0	1	1	1	1	2	2	0	2	0	1	1
140	1	1	0	2	2	1	2	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	2	0	1	0	0	1	2	0	0	1	2	1	2	0	0	2	0	2	1	0	1	1	1
141	0	0	1	1	2	2	2	1	2	1	0	1	2	2	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	0	1	0	0	0	1	1	1	1	0	1	1	0	1	1
142	0	0	0	2	1	0	1	2	0	1	0	1	1	1	1	0	1	1	0	1	1	1	1	1	0	1	1	2	1	1	2	1	2	2	0	2	2	1	1	1
143	1	0	0	0	2	2	1	1	1	0	0	2	2	0	1	1	1	2	1	1	1	2	0	1	0	1	1	1	0	1	1	1	1	0	1	1	1	1	0	1
144	0	0	1	1	1	0	0	1	1	0	1	0	1	2	1	0	2	1	1	0	0	1	0	1	2	0	1	0	1	2	1	2	1	1	2	1	2	1	0	0
145	0	0	1	1	2	0	0	1	1	1	0	2	1	0	1	1	2	0	1	1	2	1	2	2	1	0	1	0	1	1	1	1	2	0	1	2	1	0	1	1
146	0	0	1	0	0	2	1	1	0	0	1	1	1	2	0	1	1	1	1	0	1	2	1	2	2	0	1	1	2	1	1	2	1	0	0	2	1	1	2	0
147	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	0	2	0	0	1	0	2	2	1	0	1	1	0	0	1	1	0	1	1	2	1	1	1	2	2	1	1	2	1	0
148	0	0	0	3	0	3	2	1	3	0	0	2	2	2	0	0	3	0	0	1	3	1	0	1	1	1	0	2	3	2	1	1	2	1	2	1	3	0	2	1
149	1	1	3	3	2	2	3	1	3	1	0	0	1	2	0	1	1	0	1	1	2	2	3	1	2	0	0	2	2	1	1	1	2	1	3	1	1	2	2	1
150	1	1	3	0	0	0	0	0	3	1	1	0	1	0	0	1	0	2	0	0	3	1	0	1	2	1	0	0	0	1	1	2	3	3	2	2	2	0	2	0
151	1	1	0	0	2	2	3	1	0	0	1	0	2	2	1	0	1	0	1	1	2	1	3	1	3	0	0	2	0	2	1	0	2	0	1	3	3	0	2	1
152	1	1	3	1	3	1	3	0	1	1	0	2	2	2	1	0	2	2	0	0	0	1	3	0	2	0	0	2	3	3	1	3	0	0	3	0	2	3	0	0
153	1	0	0	3	2	0	1	3	2	1	1	0	3	1	0	0	2	2	0	0	1	3	0	1	2	0	1	1	2	2	0	1	3	1	1	0	2	0	3	0
154	0	1	2	0	3	2	1	2	2	1	1	2	2	2	1	0	0	1	1	0	0	0	1	1	2	1	1	1	0	1	0	1	2	3	2	3	1	3	1	0
155	1	1	0	1	2	2	1	0	0	0	0	2	1	2	1	0	0	2	0	0	0	2	1	0	0	1	0	2	2	1	0	0	0	0	1	0	1	0	1	0
156	1	0	2	2	2	2	2	0	0	1	0	2	2	1	0	0	2	2	0	1	2	2	2	0	2	0	0	2	1	2	1	2	0	3	0	3	2	1	2	1

157	1	1	3	1	1	2	0	0	2	1	1	2	2	2	0	0	1	0	1	0	2	2	0	0	2	1	0	0	0	2	2	2	3	1	3	2	0	3	3	0
158	0	1	0	0	0	2	1	2	1	0	1	0	2	2	0	0	0	2	0	0	2	0	2	0	0	1	1	1	0	1	2	1	2	0	0	1	1	0	3	0
159	1	0	3	1	2	1	2	2	2	1	1	2	0	0	0	0	2	0	1	0	2	1	2	0	1	0	0	1	2	0	2	1	3	0	0	0	3	2	2	0
160	1	0	3	0	2	2	0	2	0	1	0	1	2	0	0	1	2	1	0	1	1	2	0	0	2	0	1	2	1	2	2	0	3	2	0	1	3	3	2	1
161	1	0	1	0	1	0	0	2	2	1	1	2	0	0	0	1	2	2	1	0	1	0	1	0	1	1	0	2	1	0	2	1	1	2	2	2	1	2	1	0
162	0	1	2	2	1	0	0	2	2	1	1	0	1	2	0	0	1	2	1	1	2	0	2	2	2	1	1	1	2	2	2	2	1	2	0	1	0	0	1	1
163	0	0	0	1	3	2	2	0	2	1	0	1	0	2	0	0	2	0	0	0	2	2	1	1	2	0	1	1	2	2	1	0	3	2	0	3	2	1	3	0
164	1	0	0	1	2	2	2	0	1	1	1	0	2	2	0	0	2	2	0	1	2	1	2	0	2	0	0	2	1	0	2	1	1	0	0	1	2	0	2	1
165	1	1	0	2	0	1	2	2	2	0	1	1	2	1	1	0	1	2	0	1	2	0	2	2	1	1	0	2	2	2	2	2	2	1	0	2	3	1	2	1
166	0	1	1	2	1	2	1	1	2	1	0	2	0	2	1	1	0	2	1	0	0	2	0	2	2	0	0	2	0	0	2	1	3	2	2	0	1	1	1	0
167	1	1	2	0	2	2	2	1	1	1	0	0	2	2	1	1	2	0	1	1	1	2	0	2	2	0	0	0	2	2	0	2	3	1	0	1	3	0	3	1
168	0	1	0	1	2	2	2	2	1	1	0	0	2	2	0	0	2	2	1	1	1	2	2	0	1	1	1	0	2	2	1	1	3	0	1	2	0	1	3	1
169	0	0	3	2	2	2	0	2	1	1	2	3	1	2	2	3	2	1	2	2	3	2	3	2	2	2	3	1	1	3	3	3	3	3	2	2	2	3	0	0
170	1	1	2	2	1	2	2	2	1	1	2	3	1	2	2	3	2	1	2	2	3	2	3	2	2	2	3	1	1	3	3	3	3	3	1	3	2	1	3	0
171	0	0	2	2	2	2	2	2	1	2	3	3	2	2	3	2	2	3	3	2	2	1	2	2	2	3	1	2	3	1	2	1	2	2	3	2	1	2	1	1
172	0	0	2	3	1	2	2	2	3	3	3	3	3	1	1	2	3	2	1	2	2	2	3	1	2	3	1	2	1	2	1	1	2	3	2	1	3	3	2	1
173	1	1	2	3	1	2	2	2	2	2	2	2	1	3	3	1	3	3	3	2	3	1	2	3	2	3	2	2	1	2	2	1	1	2	2	2	3	3	2	0
174	0	1	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	1	2	3	2	2	3	2	2	3	2	2	2	2	3	2	1	2	3	3	3	2	2	1	0
175	0	1	3	3	2	1	2	2	2	1	2	2	3	1	1	2	2	1	3	2	3	3	1	2	1	1	1	2	1	2	2	3	1	2	1	1	1	2	1	0
176	0	0	2	2	2	2	2	1	1	2	1	2	3	2	3	2	2	2	2	3	1	2	2	1	2	3	3	3	1	2	2	3	2	3	2	1	2	1	3	0
177	1	0	2	1	3	2	2	2	2	1	2	2	1	3	3	3	2	2	1	2	3	2	2	1	1	1	2	3	3	3	3	3	3	1	3	2	2	1	3	0
178	1	0	1	2	2	1	2	2	1	3	1	1	2	3	2	2	3	3	3	2	3	2	2	2	2	3	2	2	3	2	2	3	3	1	2	2	2	3	2	0
179	0	0	3	3	2	1	2	2	2	1	2	2	3	1	3	3	1	2	1	2	2	2	2	3	2	2	1	3	3	2	1	3	3	1	3	1	3	1	1	0
180	1	1	3	1	2	2	1	2	2	3	1	2	3	2	1	2	3	2	2	2	2	3	2	1	2	1	2	1	3	2	3	1	1	3	1	2	2	3	2	1
181	0	0	2	1	2	1	2	1	3	2	3	1	1	3	1	1	2	1	2	1	2	3	2	2	1	3	2	3	2	2	3	2	3	1	3	2	3	2	2	0
182	0	1	3	2	2	2	1	1	1	1	2	2	2	2	2	1	2	3	2	3	1	3	2	2	2	3	3	2	2	2	1	3	1	3	2	1	2	1	2	1
183	0	1	3	3	2	1	1	2	3	2	2	2	2	1	2	3	2	2	2	3	2	2	2	3	2	3	1	2	3	1	3	3	1	3	1	3	2	1	2	1

184	0	0	1	2	1	2	2	2	2	3	3	3	3	1	1	3	1	3	3	3	2	3	2	2	3	1	2	3	1	2	2	3	1	2	1	3	3	3	2	0
185	1	0	2	2	2	2	2	2	3	1	2	1	2	1	1	1	1	1	3	1	2	3	2	3	2	3	2	1	1	3	3	3	1	1	1	1	3	2	3	0
186	0	0	1	2	1	2	2	2	3	3	1	3	1	3	1	2	1	3	1	1	1	2	1	3	3	3	3	3	3	1	2	3	1	3	2	3	1	2	2	1
187	1	1	0	2	3	2	2	1	3	2	1	1	1	3	1	2	2	2	1	3	3	3	1	3	2	2	3	3	3	1	3	3	1	3	3	0	2	3	1	0
188	1	0	3	2	1	2	2	2	1	2	3	2	1	1	3	2	1	3	1	2	1	3	3	1	1	1	1	3	3	3	2	2	1	1	3	0	1	0	2	1
189	0	1	1	3	1	2	2	2	3	1	2	3	3	3	1	2	2	2	3	3	1	2	1	3	1	2	2	2	1	1	2	1	3	3	1	1	3	2	2	0
190	1	0	2	0	2	2	2	2	1	3	2	1	1	2	3	2	2	1	2	3	3	2	3	2	2	2	3	1	3	1	1	3	3	3	3	1	3	0	1	0
191	0	1	2	2	0	2	1	0	2	2	1	2	3	3	1	2	3	1	1	1	2	2	2	2	3	2	1	1	3	1	1	1	3	1	1	1	1	3	3	1
192	1	1	1	1	3	2	1	2	2	2	1	2	2	2	1	3	1	3	3	2	3	3	3	2	3	2	2	2	1	3	1	3	1	1	3	3	0	1	3	0
193	0	0	2	2	1	1	0	1	1	3	1	3	3	2	2	1	1	2	3	1	1	1	1	1	1	2	2	1	1	3	3	3	1	1	3	3	0	2	3	1
194	1	1	3	2	2	2	2	0	2	2	2	3	1	2	1	3	1	2	3	2	1	2	3	1	3	3	1	1	2	1	1	3	1	2	2	3	3	0	2	0
195	1	1	1	1	2	1	2	2	1	1	1	2	1	3	3	3	3	3	1	2	1	3	3	3	3	2	1	3	1	1	3	2	3	3	2	1	2	3	3	1
196	1	1	1	1	2	1	2	2	1	2	1	3	3	2	1	1	2	2	1	3	1	1	2	3	1	2	1	3	1	1	2	1	3	3	2	2	2	0	1	0
197	0	1	1	2	2	1	2	2	2	3	1	3	2	1	2	2	3	2	3	3	1	1	3	1	1	3	2	2	2	2	3	2	2	1	2	3	3	1	2	1
198	0	1	3	1	3	2	2	1	2	1	3	1	3	3	2	1	2	3	1	1	1	1	2	3	2	3	1	1	1	3	2	2	1	2	2	1	2	2	2	1
199	1	0	2	3	2	1	1	2	2	2	1	3	2	3	2	2	2	2	3	3	3	3	2	3	1	3	2	3	1	2	2	3	2	3	1	1	2	1	1	1
200	2	1	2	3	3	2	1	0	2	3	2	2	1	2	2	2	3	1	2	1	1	3	3	3	3	2	1	3	3	3	1	3	2	2	1	3	2	3	3	0
201	2	3	1	0	0	2	1	2	1	2	3	2	2	3	2	2	2	2	3	1	2	3	2	2	1	2	2	1	2	3	1	2	2	3	3	0	3	1	1	2
202	1	3	3	0	2	2	1	0	2	3	1	2	2	3	2	2	3	1	3	3	1	3	3	1	1	3	3	2	3	2	1	2	3	2	3	0	1	3	3	1
203	3	1	3	0	0	2	2	2	1	3	2	2	3	3	2	3	1	3	3	1	1	1	2	3	2	3	1	1	3	1	1	3	1	3	1	2	1	1	1	0
204	3	2	3	3	1	0	1	1	1	1	1	2	3	1	1	1	2	1	3	3	3	1	2	1	3	1	2	2	2	2	3	1	3	3	2	0	3	0	0	3
205	2	2	3	0	3	0	2	2	2	3	3	2	1	1	1	1	1	2	1	3	1	3	2	1	3	1	2	2	1	2	3	1	2	1	0	0	1	3	2	2
206	1	2	2	0	3	2	2	2	3	1	2	3	2	3	2	3	2	3	1	2	1	1	2	2	2	2	3	1	3	2	3	2	2	2	2	1	1	2	1	3
207	3	0	1	1	3	1	2	0	2	3	1	1	2	3	3	1	1	1	3	2	1	3	2	2	3	2	2	1	2	3	1	3	1	2	0	1	2	2	3	3
208	0	2	2	3	0	2	0	2	1	2	3	2	2	1	1	1	1	3	1	2	2	2	1	1	1	2	2	2	1	1	3	1	2	2	2	3	0	3	0	0
209	1	0	0	2	0	1	2	1	2	1	3	3	1	1	1	1	3	1	1	2	1	2	2	3	1	1	2	2	3	1	1	1	1	2	0	2	3	3	1	1
210	3	1	1	2	3	2	2	1	2	1	1	1	3	1	1	2	2	1	2	3	3	2	1	1	1	2	2	3	2	1	2	3	2	2	0	2	0	1	1	0

211	0	3	1	3	0	1	2	0	3	2	2	3	1	1	1	2	3	3	1	1	3	1	2	1	2	1	2	3	2	2	1	2	1	2	2	0	0	3	1	0
212	2	0	3	2	2	0	2	0	2	1	3	1	1	3	1	3	3	2	1	3	3	3	3	1	1	2	1	1	1	3	3	2	3	2	3	1	2	1	0	1
213	2	1	3	1	3	2	2	2	2	3	1	1	1	1	3	2	1	2	3	3	1	3	2	3	2	3	2	2	1	3	1	1	1	3	2	1	3	3	0	1
214	0	3	1	1	0	1	2	0	3	1	3	1	1	3	2	3	3	2	1	2	3	2	3	3	3	2	1	1	1	1	2	1	2	2	1	2	0	3	0	0
215	3	3	0	3	1	2	1	2	3	1	2	3	1	3	3	1	3	3	2	2	3	2	2	3	1	2	2	3	1	2	1	2	1	1	3	3	0	2	1	3
216	0	0	3	0	1	0	1	2	1	2	2	1	1	3	1	3	3	2	2	2	1	1	3	1	1	3	2	1	3	2	1	1	1	1	3	3	0	2	3	2
217	0	2	3	2	0	1	1	1	1	3	2	2	2	2	1	2	1	3	2	1	3	2	2	3	3	2	2	1	3	2	2	2	2	1	0	2	0	3	0	1
218	3	2	1	2	2	2	2	0	2	3	1	3	3	3	2	1	3	1	3	1	3	1	2	1	1	2	3	3	3	3	2	3	1	2	3	2	0	0	2	3
219	2	1	1	1	3	0	1	2	2	3	3	2	2	2	2	2	2	3	3	3	1	3	1	1	2	1	3	1	3	1	2	1	3	1	3	2	2	2	1	1
220	0	1	1	2	2	2	2	2	1	3	2	2	2	3	2	1	2	1	2	1	2	3	3	3	1	3	1	1	1	1	2	1	1	3	2	0	0	3	1	3
221	3	1	1	1	2	2	1	2	3	2	2	1	1	3	2	1	2	2	2	1	2	1	3	1	2	3	1	2	3	3	2	1	2	2	3	1	2	3	3	0
222	1	2	0	3	2	1	2	2	1	1	2	2	2	3	3	2	2	3	1	1	3	2	1	1	2	3	2	2	2	3	3	2	3	1	1	1	0	1	1	2
223	3	1	1	1	3	2	1	1	3	3	3	1	3	1	1	3	1	3	3	1	2	1	1	2	3	3	1	1	1	1	1	2	2	3	0	2	2	2	1	1
224	3	0	0	2	1	2	1	0	2	2	1	2	1	2	1	2	0	0	2	2	1	2	1	1	0	0	2	1	2	2	2	2	1	2	0	0	0	1	0	1
225	3	1	3	2	1	0	0	1	2	1	0	2	1	2	2	1	1	1	1	2	0	1	2	1	2	2	0	1	1	0	2	1	3	2	0	1	1	0	0	3
226	2	0	0	2	1	0	2	2	1	2	1	2	1	2	0	2	2	0	0	2	2	0	2	1	1	0	2	0	2	0	2	1	3	0	2	1	3	2	2	3
227	1	2	2	0	1	0	1	2	2	2	2	1	1	0	2	1	2	2	1	1	2	0	0	1	0	1	2	1	2	2	2	2	1	3	0	2	1	2	1	0
228	0	0	1	0	1	1	2	2	1	2	0	2	1	2	1	1	0	2	1	1	0	2	0	1	0	0	2	0	2	0	1	2	1	0	2	0	2	1	0	2
229	0	1	3	0	2	2	1	0	1	2	2	1	2	1	2	2	2	0	0	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	0	1	3	2	2	1	3	1	2
230	3	1	1	3	3	2	0	1	2	2	2	2	2	2	1	2	0	1	2	2	0	2	1	2	0	2	2	2	0	0	0	1	1	2	2	3	0	0	3	0
231	2	1	1	1	2	2	2	2	1	0	1	2	0	2	0	2	2	1	2	2	1	1	0	2	1	0	0	2	2	2	2	2	1	1	0	0	3	2	3	2
232	3	0	3	0	0	2	1	2	2	1	2	2	2	0	2	0	0	2	2	2	1	2	1	1	2	2	2	0	2	2	2	2	1	2	2	0	2	1	2	2
233	0	3	0	3	1	2	2	2	0	1	2	2	2	1	2	0	2	2	2	1	2	0	2	0	2	2	2	2	2	2	2	2	0	1	0	0	2	0	1	1
234	2	2	1	1	2	2	2	2	0	1	2	1	2	2	1	0	2	2	2	2	1	2	2	2	1	1	1	2	1	2	2	2	0	1	0	2	3	1	0	0
235	3	0	2	1	1	0	0	2	0	0	0	1	1	0	2	2	2	0	1	1	2	2	1	1	1	1	2	1	2	1	0	2	2	3	2	3	2	1	0	0
236	1	1	3	1	3	2	0	0	2	2	0	1	0	2	2	1	2	1	2	2	2	2	1	2	1	2	2	2	1	0	2	2	1	3	0	1	1	3	3	3
237	2	0	2	0	0	1	2	1	0	2	1	2	1	0	2	2	1	2	2	2	2	0	0	0	2	2	2	1	0	2	0	2	3	1	0	3	2	0	2	0

238	3	3	2	3	2	2	1	2	2	2	0	0	1	0	2	1	1	2	2	2	0	1	2	2	2	2	1	2	2	2	1	0	2	2	3	2	3	3	3	2
239	1	1	0	2	3	2	0	2	2	2	0	1	1	1	1	0	0	2	1	2	0	2	2	0	0	0	0	2	2	2	1	1	3	0	3	3	2	0	1	1
240	2	3	3	2	0	2	0	2	2	2	2	2	2	2	0	2	2	0	0	0	0	2	1	2	2	1	0	2	1	2	2	1	3	0	3	1	0	3	1	0
241	2	1	1	2	0	2	2	1	1	2	0	1	1	0	1	2	2	1	2	2	2	1	2	2	0	1	2	0	1	0	1	0	2	1	0	2	3	0	3	2
242	1	2	2	2	2	2	2	2	2	0	2	2	1	2	1	1	1	1	0	0	2	0	1	2	1	1	0	1	2	2	0	1	2	1	1	0	2	2	2	2
243	0	3	2	2	0	0	1	0	2	1	2	2	0	1	2	2	2	2	1	0	2	1	0	0	2	0	2	2	2	1	0	1	3	3	3	0	0	1	0	1
244	3	1	2	3	0	1	1	2	2	0	2	2	1	0	1	1	1	2	2	2	2	0	1	0	2	0	1	1	2	2	0	1	2	1	1	1	2	2	2	0
245	3	1	0	1	1	1	1	2	2	2	1	0	1	0	1	2	0	0	1	2	0	2	2	1	1	2	1	2	1	1	0	0	3	1	1	1	1	1	0	2
246	2	1	3	2	0	2	0	1	2	2	0	2	2	1	0	2	2	1	2	2	1	0	2	0	2	2	2	2	1	2	2	2	1	0	0	2	3	2	1	2
247	3	1	1	3	2	2	2	2	2	2	1	1	2	2	2	0	2	2	2	2	2	2	2	1	2	0	2	2	0	2	0	1	3	0	1	3	0	1	0	3
248	2	3	0	2	0	0	0	2	1	2	1	2	2	0	2	2	2	0	2	0	1	0	0	0	0	2	0	2	2	2	0	2	1	2	2	0	2	3	3	3
249	2	0	2	0	1	2	0	2	2	2	2	1	1	2	2	2	1	0	1	2	2	2	1	2	2	1	2	2	2	2	2	2	0	1	3	0	3	2	1	1
250	1	3	3	1	3	2	2	2	2	0	2	2	0	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	0	2	2	2	2	2	0	2	2	2	3	2	1	2	1	2	1
251	0	0	0	1	0	1	0	0	2	0	1	1	1	1	1	2	2	0	0	1	0	2	0	0	1	2	0	2	2	2	0	0	3	3	3	3	2	0	2	0
252	1	3	3	2	0	1	2	0	1	2	0	0	1	2	0	2	0	2	1	2	2	2	2	0	2	2	2	2	2	1	2	2	0	1	2	1	3	0	0	2
253	2	0	3	1	0	0	1	0	1	1	1	0	2	2	2	0	0	2	2	1	1	0	1	2	0	2	1	2	0	1	2	2	1	3	1	3	3	3	1	3
254	1	0	2	1	2	2	1	2	0	1	1	0	1	2	1	1	2	2	1	2	2	0	2	1	2	0	1	2	1	1	1	0	3	0	0	3	3	1	0	0
255	2	1	3	0	3	2	2	2	2	1	2	2	2	2	1	2	1	2	1	2	0	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	3	2	0	3	2	3	0
256	2	2	2	0	0	2	2	1	2	1	0	1	1	0	1	2	2	1	2	2	2	2	0	1	2	1	2	2	0	0	0	2	3	0	0	2	0	0	3	2
257	2	3	3	0	2	0	0	1	1	0	2	0	2	0	2	0	1	2	2	1	0	2	1	2	2	0	0	2	2	0	2	1	0	0	3	3	0	0	0	0
258	3	0	0	2	1	2	1	0	0	0	0	1	1	1	2	2	1	2	2	1	2	2	2	0	1	0	1	2	0	1	2	0	0	3	2	2	0	1	1	0
259	1	2	0	0	1	2	2	0	2	1	2	0	2	2	2	1	2	2	1	0	2	2	2	0	2	2	0	2	1	0	2	1	2	2	1	0	0	1	0	3
260	0	3	2	0	0	2	2	0	0	0	2	1	1	2	2	1	0	2	2	0	1	0	0	1	2	0	2	2	2	0	2	2	2	3	0	3	0	2	3	1
261	2	2	1	1	0	1	1	1	2	0	0	2	0	1	1	1	0	0	2	1	0	0	1	0	1	0	0	1	2	2	1	0	1	2	2	1	2	1	0	1
262	1	0	1	2	1	2	0	2	1	2	0	1	0	0	0	1	1	2	2	1	2	2	2	2	1	2	0	0	2	1	1	2	3	0	3	2	2	2	1	3
263	2	2	2	1	2	0	1	2	2	1	2	0	2	0	2	1	2	0	1	0	2	0	1	2	2	0	0	0	1	2	2	1	1	0	2	3	2	2	3	1
264	1	3	0	3	0	2	1	0	2	1	1	2	1	1	0	2	0	1	2	1	1	2	1	2	2	1	1	2	0	1	0	0	1	0	2	3	1	1	1	2

265	3	0	3	2	0	1	2	2	0	2	0	0	0	0	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	0	2	1	1	1	0	0	3	3	3	1	1	1	0	0
266	0	0	2	0	0	2	1	2	2	0	2	2	1	2	2	2	2	1	2	0	1	1	1	1	2	0	0	1	2	2	2	1	1	1	2	1	3	3	1	0
267	0	3	3	0	0	0	2	0	2	0	1	2	2	2	0	2	1	0	2	2	1	0	2	0	2	1	0	1	2	1	1	1	3	3	1	1	3	2	3	2
268	3	2	2	0	2	1	2	0	1	0	2	2	2	0	2	1	1	2	2	2	2	2	2	1	2	1	0	0	1	2	1	0	1	1	0	1	1	1	0	3
269	1	0	0	1	0	2	0	1	0	0	0	1	0	1	2	2	1	1	1	2	1	2	2	0	1	0	2	2	2	0	1	1	2	2	2	0	3	2	0	0
270	1	3	1	1	2	2	2	2	2	0	1	0	2	1	0	0	2	2	2	2	1	0	2	2	2	2	2	0	0	0	2	2	1	1	3	3	3	3	0	0
271	1	0	3	0	0	1	2	2	2	2	1	2	2	1	2	1	2	2	0	2	1	2	0	0	2	0	2	0	0	2	0	2	3	1	1	2	3	3	1	2
272	1	0	0	0	1	2	1	2	0	2	2	0	0	0	0	1	2	1	1	2	0	0	2	2	1	0	2	2	2	1	2	2	3	0	3	3	3	3	0	0
273	1	2	0	3	2	2	1	2	2	2	2	0	2	1	2	2	0	0	1	2	2	2	2	0	0	2	2	1	0	1	2	2	3	1	3	3	0	0	1	2
274	3	2	0	3	0	0	1	0	2	0	2	1	2	1	1	1	0	0	0	2	0	2	2	2	2	2	2	2	2	1	0	1	0	3	3	3	3	3	2	3
275	0	2	0	1	1	0	2	2	1	0	0	0	2	1	2	2	0	2	0	1	2	0	2	2	0	0	1	2	2	1	1	2	1	2	1	3	3	3	2	2
276	0	0	3	1	0	1	2	2	0	2	0	0	2	2	1	2	2	0	0	2	2	2	1	2	0	2	1	0	0	0	1	2	0	2	2	2	2	3	0	2
277	1	0	1	1	2	1	2	2	0	1	1	0	0	2	0	1	1	2	0	0	1	0	0	2	2	2	2	2	0	2	2	1	0	2	0	2	1	1	2	1
278	3	1	0	1	0	2	0	1	2	1	2	2	1	1	2	1	0	2	2	1	2	2	2	2	1	2	0	2	1	1	0	2	0	2	2	2	1	0	0	1
279	0	2	3	2	2	0	1	0	1	1	2	2	2	2	2	0	1	1	1	2	1	0	0	1	2	0	1	1	1	2	0	2	0	0	3	0	3	3	1	3
280	0	0	1	0	0	1	0	0	0	0	0	2	2	2	0	0	2	2	2	0	2	1	2	0	1	2	2	2	2	2	0	2	0	1	2	1	3	0	3	3
281	0	3	2	1	0	1	2	1	2	2	0	0	2	0	2	0	1	2	1	2	2	2	0	2	2	2	1	2	2	0	2	2	1	1	3	1	2	1	1	3
282	0	2	2	3	2	0	1	2	0	2	2	1	0	2	0	2	1	1	2	2	2	2	2	2	1	2	0	1	0	2	2	1	3	3	0	2	1	3	3	0
283	0	1	2	1	2	2	0	2	2	2	1	0	2	1	0	2	1	2	2	2	2	0	2	2	2	1	2	1	0	2	1	1	0	0	1	0	0	0	0	0
284	1	2	0	0	3	2	2	2	0	2	2	0	2	2	0	2	2	0	2	0	2	0	0	1	2	2	0	0	0	0	2	2	3	3	2	0	3	3	2	1
285	0	2	2	0	0	2	0	2	0	2	0	1	1	1	1	1	2	0	1	1	1	2	1	2	1	0	1	0	0	1	2	2	3	1	2	3	3	3	1	0
286	3	0	0	0	0	0	2	2	2	2	1	2	1	2	0	2	2	1	2	1	0	0	2	0	0	2	0	2	0	2	1	2	0	3	3	0	2	3	1	0
287	1	0	1	0	0	0	0	2	2	2	0	2	1	2	1	2	2	0	1	2	2	2	0	1	2	1	1	2	1	2	2	2	0	1	3	0	0	3	0	0
288	0	3	3	1	1	2	2	1	1	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	0	1	0	0	1	2	1	2	2	2	1	2	2	0	0	1	3	2	1	3	3
289	1	3	3	1	2	2	0	2	2	1	1	1	1	2	2	0	0	2	2	2	0	2	2	2	1	2	2	1	0	0	2	2	2	2	2	1	1	1	2	3
290	1	2	2	3	0	1	0	2	2	2	2	0	2	2	2	0	1	2	2	1	2	2	2	0	2	2	0	0	2	1	0	2	3	0	0	3	0	1	0	2
291	1	0	2	0	0	0	1	2	1	2	0	2	2	2	0	2	0	1	0	0	1	2	0	2	2	2	1	1	2	2	2	2	1	1	3	2	2	3	1	0

292	3	1	2	0	3	2	2	0	2	0	0	1	1	0	2	2	1	1	1	2	0	1	1	0	2	2	1	2	2	0	2	1	1	1	3	3	1	0	1	0
293	0	1	2	0	3	1	2	2	2	2	0	0	1	0	0	1	1	0	2	2	2	1	2	2	2	0	0	2	2	2	1	1	0	3	0	0	2	2	1	2
294	1	3	0	0	0	1	2	1	2	2	2	0	0	2	1	0	2	2	2	1	2	2	0	1	2	2	2	0	2	2	1	2	3	3	2	2	2	3	0	0
295	2	2	0	2	2	1	0	2	2	0	1	2	1	0	2	2	1	0	0	2	2	0	2	0	2	2	2	2	2	2	2	0	3	1	2	2	3	0	1	3
296	3	3	2	1	2	0	1	0	1	2	1	0	2	0	1	2	0	2	2	0	2	1	1	1	0	1	2	2	0	0	2	0	2	2	1	1	0	1	0	0
297	2	2	3	3	2	1	1	2	2	2	1	2	2	2	2	1	2	2	0	1	2	2	2	2	2	0	0	0	2	1	0	0	3	0	1	2	1	3	3	1
298	0	2	3	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	0	0	2	0	0	2	1	2	2	2	2	2	3	1	0	0	0	1	1	3
299	2	3	1	0	2	2	2	0	2	2	2	0	2	0	2	0	0	1	2	2	2	0	2	1	0	1	0	0	1	1	2	0	3	2	0	2	0	2	3	1
300	1	2	2	0	3	0	2	1	2	2	2	1	1	0	2	1	2	2	2	2	2	1	2	1	1	2	2	1	0	1	1	2	2	1	1	0	3	0	0	3
301	3	0	0	0	2	2	0	1	0	1	1	2	3	1	2	2	3	2	1	2	2	3	2	3	2	2	2	3	1	1	3	3	3	3	3	0	2	1	2	3
302	3	0	0	0	2	2	0	1	0	1	1	2	3	1	2	2	3	2	1	2	2	3	2	3	2	2	2	3	1	1	3	3	3	3	3	0	2	1	2	3
303	3	0	3	2	0	2	2	1	2	1	2	3	3	2	2	3	2	2	3	3	2	2	1	2	2	2	3	1	2	3	1	2	1	2	2	1	1	2	3	3
304	2	2	3	1	1	1	2	2	2	3	3	3	3	3	1	1	2	3	2	1	2	2	2	3	1	2	3	1	2	1	2	1	1	2	3	3	2	0	3	0
305	0	3	2	0	1	2	0	2	1	2	2	2	2	1	3	3	1	3	3	3	2	3	1	2	3	2	3	2	2	1	2	2	1	1	2	3	3	2	3	2
306	0	0	3	2	3	2	1	1	1	2	2	2	2	1	2	2	2	1	2	3	2	2	3	2	2	3	2	2	2	2	2	3	2	1	2	3	1	0	1	1	3
307	0	0	2	2	0	0	2	2	2	2	1	2	2	3	1	1	2	2	1	3	2	3	3	1	2	1	1	1	2	1	2	2	3	1	2	0	2	1	3	1
308	3	0	2	2	0	2	1	0	2	1	2	1	2	3	2	3	2	2	2	2	3	1	2	2	1	2	3	3	3	1	2	2	3	2	3	2	2	3	3	2
309	0	3	1	0	2	0	1	2	2	2	1	2	2	1	3	3	3	2	2	1	2	3	2	2	1	1	1	2	3	3	3	3	3	3	1	0	1	1	2	3
310	3	3	2	0	0	2	2	2	1	1	3	1	1	2	3	2	2	3	3	3	2	3	2	2	2	2	3	2	2	3	2	2	3	3	1	1	1	0	2	2
311	2	3	0	2	0	2	0	0	2	2	1	2	2	3	1	3	3	1	2	1	2	2	2	2	3	2	2	1	3	3	2	1	3	3	1	2	3	1	3	1
312	2	2	0	2	0	0	2	0	0	2	3	1	2	3	2	1	2	3	2	2	2	2	3	2	1	2	1	2	1	3	2	3	1	1	3	0	3	0	2	0
313	0	0	2	0	2	2	0	2	0	3	2	3	1	1	3	1	1	2	1	2	1	2	3	2	2	1	3	2	3	2	2	3	2	3	1	0	0	2	3	2
314	1	2	3	3	3	2	2	2	0	1	1	2	2	2	2	2	1	2	3	2	3	1	3	2	2	2	3	3	2	2	2	1	3	1	3	3	2	2	3	2
315	3	1	3	0	2	0	2	2	2	3	2	2	2	2	1	2	3	2	2	2	3	2	2	2	3	2	3	1	2	3	1	3	3	1	3	0	0	2	3	2
316	1	2	1	1	2	0	2	1	1	2	3	3	3	3	1	1	3	1	3	3	3	2	3	2	2	3	1	2	3	1	2	2	3	1	2	2	0	0	2	2
317	0	2	0	1	0	0	0	1	1	3	1	2	1	2	1	1	1	1	1	3	1	2	3	2	3	2	3	2	1	1	3	3	3	1	1	0	0	0	2	2
318	2	0	2	1	2	2	1	2	1	3	3	1	3	1	3	1	2	1	3	1	1	1	2	1	3	3	3	3	3	3	1	2	3	1	3	2	0	0	2	2

319	0	0	1	1	0	0	2	0	0	3	2	1	1	1	3	1	2	2	2	1	3	3	3	1	3	2	2	3	3	3	1	3	3	1	3	2	0	0	1	2
320	0	0	2	0	2	1	0	1	1	1	2	3	2	1	1	3	2	1	3	1	2	1	3	3	1	1	1	1	3	3	3	2	2	1	1	2	2	0	1	2
321	2	1	2	2	2	0	0	2	2	3	1	2	3	3	3	1	2	2	2	3	3	1	2	1	3	1	2	2	2	1	1	2	1	3	3	0	2	0	1	0
322	2	0	0	0	0	0	2	0	2	1	3	2	1	1	2	3	2	2	1	2	3	3	2	3	2	2	2	3	1	3	1	1	3	3	3	2	1	1	2	1
323	0	2	1	1	0	0	1	1	1	2	2	1	2	3	3	1	2	3	1	1	1	2	2	2	2	3	2	1	1	3	1	1	1	3	1	2	1	0	1	2
324	2	2	2	1	0	2	1	2	0	2	2	1	2	2	2	1	3	1	3	3	2	3	3	3	2	3	2	2	2	1	3	1	3	1	1	0	1	1	0	0
325	0	2	2	2	0	0	1	2	0	1	3	1	3	3	2	2	1	1	2	3	1	1	1	1	1	1	2	2	1	1	3	3	3	1	1	2	2	2	2	0
326	2	0	0	1	1	0	0	2	2	2	2	2	3	1	2	1	3	1	2	3	2	1	2	3	1	3	3	1	1	2	1	1	3	1	2	1	2	0	2	0
327	1	0	1	0	1	1	1	2	2	1	1	1	2	1	3	3	3	3	3	1	2	1	3	3	3	3	2	1	3	1	1	3	2	3	3	1	2	1	0	1
328	0	0	1	2	1	2	0	2	2	1	2	1	3	3	2	1	1	2	2	1	3	1	1	2	3	1	2	1	3	1	1	2	1	3	3	1	0	2	2	1
329	1	1	2	0	2	0	0	2	1	2	3	1	3	2	1	2	2	3	2	3	3	1	1	3	1	1	3	2	2	2	2	3	2	2	1	0	2	2	0	1
330	0	2	0	0	0	0	1	1	2	2	1	3	1	3	3	2	1	2	3	1	1	1	1	2	3	2	3	1	1	1	3	2	2	1	2	2	2	1	0	2
331	1	1	1	1	1	2	2	1	2	2	2	1	3	2	3	2	2	2	2	3	3	3	3	2	3	1	3	2	3	1	2	2	3	2	3	2	1	2	0	1
332	1	2	1	2	0	1	0	1	1	2	3	2	2	1	2	2	2	3	1	2	1	1	3	3	3	3	2	1	3	3	3	1	3	2	2	2	2	1	0	1
333	2	0	1	1	2	0	1	0	0	1	2	3	2	2	3	2	2	2	2	3	1	2	3	2	2	1	2	2	1	2	3	1	2	2	3	0	0	0	0	1
334	0	2	2	0	1	0	2	1	0	2	3	1	2	2	3	2	2	3	1	3	3	1	3	3	1	1	3	3	2	3	2	1	2	3	2	0	0	1	1	1
335	2	2	1	2	1	1	2	1	1	1	3	2	2	3	3	2	3	1	3	3	1	1	1	2	3	2	3	1	1	3	1	1	3	1	3	2	0	2	1	0
336	2	1	0	0	1	0	1	2	2	1	1	1	2	3	1	1	1	2	1	3	3	3	1	2	1	3	1	2	2	2	2	3	1	3	3	1	1	0	1	0
337	1	2	0	0	2	0	1	2	1	2	3	3	2	1	1	1	1	1	2	1	3	1	3	2	1	3	1	2	2	1	2	3	1	2	1	0	0	2	2	2
338	2	2	1	1	2	1	0	1	2	3	1	2	3	2	3	2	3	2	3	1	2	1	1	2	2	2	2	3	1	3	2	3	2	2	2	0	2	0	1	0
339	0	1	2	0	1	1	2	2	1	2	3	1	1	2	3	3	1	1	1	3	2	1	3	2	2	3	2	2	1	2	3	1	3	1	2	2	0	2	0	1
340	2	0	0	0	0	0	1	1	1	1	2	3	2	2	1	1	1	1	3	1	2	2	2	1	1	1	2	2	2	1	1	3	1	2	2	0	0	0	1	0
341	1	1	1	1	2	1	1	2	2	2	1	3	3	1	1	1	1	3	1	1	2	1	2	2	3	1	1	2	2	3	1	1	1	1	2	2	0	2	2	0
342	0	2	0	2	0	0	1	2	1	2	1	1	1	3	1	1	2	2	1	2	3	3	2	1	1	1	2	2	3	2	1	2	3	2	2	2	1	2	0	2
343	0	2	0	2	0	2	0	0	2	3	2	2	3	1	1	1	2	3	3	1	1	3	1	2	1	2	1	2	3	2	2	1	2	1	2	1	2	0	2	2
344	1	0	0	2	1	1	1	0	1	2	1	3	1	1	3	1	3	3	2	1	3	3	3	3	1	1	2	1	1	1	3	3	2	3	2	0	2	1	1	2
345	2	2	1	1	2	0	0	0	2	2	3	1	1	1	1	3	2	1	2	3	3	1	3	2	3	2	3	2	2	1	3	1	1	1	3	2	2	0	0	1

346	1	2	0	0	0	2	2	1	0	3	1	3	1	1	3	2	3	3	2	1	2	3	2	3	3	3	2	1	1	1	1	2	1	2	2	0	2	0	0	0
347	0	1	0	2	1	0	2	2	1	3	1	2	3	1	3	3	1	3	3	2	2	3	2	2	3	1	2	2	3	1	2	1	2	1	1	0	1	1	1	2
348	0	2	2	2	2	0	1	0	0	1	2	2	1	1	3	1	3	3	2	2	2	1	1	3	1	1	3	2	1	3	2	1	1	1	1	2	1	0	1	0
349	2	2	1	2	2	1	2	0	1	1	3	2	2	2	2	1	2	1	3	2	1	3	2	2	3	3	2	2	1	3	2	2	2	2	1	2	0	1	2	0
350	1	2	1	0	0	1	2	2	1	2	3	1	3	3	3	2	1	3	1	3	1	3	1	2	1	1	2	3	3	3	3	2	3	1	2	2	0	2	2	0
351	2	1	1	1	2	2	2	0	2	2	3	3	2	2	2	2	2	2	3	3	3	1	3	1	1	2	1	3	1	3	1	2	1	3	1	2	2	0	0	1
352	2	0	1	1	0	1	2	1	1	1	3	2	2	2	3	2	1	2	1	2	1	2	3	3	3	1	3	1	1	1	1	2	1	1	3	2	0	0	2	0
353	0	0	2	0	2	2	0	1	1	3	2	2	1	1	3	2	1	2	2	2	1	2	1	3	1	2	3	1	2	3	3	2	1	2	2	1	0	1	0	2
354	1	1	0	0	2	1	2	1	1	1	1	2	2	2	3	3	2	2	3	1	1	3	2	1	1	2	3	2	2	2	3	3	2	3	1	2	1	1	1	1
355	3	2	1	0	2	0	1	1	1	3	3	3	1	3	1	1	3	1	3	3	1	2	1	1	2	3	3	1	1	1	1	1	2	2	3	2	1	2	0	0

Recodificación de la data de la variable 2: Salud mental

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34	35	36	37	38	39	40
3	3	1	1	1	2	1	1	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	3	2	3	1	2	2	3	3	2	1	1	3	2	1	0	1	2	0	1	1	3
3	2	3	2	1	1	1	1	2	2	2	2	2	2	3	3	1	2	2	2	1	3	1	2	2	3	2	2	2	1	2	2	1	1	2	2	3	2	2	2
2	3	3	0	0	0	0	1	2	3	2	1	1	0	2	3	0	3	3	2	1	3	0	3	1	2	2	2	0	0	0	3	0	0	2	1	2	1	2	2
2	3	3	2	1	2	2	0	2	2	3	3	2	1	3	3	1	2	2	3	1	3	0	2	2	3	2	2	1	0	1	2	1	2	0	2	0	0	0	3
3	3	3	0	2	1	2	2	1	3	2	2	2	3	3	2	2	1	2	3	2	1	1	1	2	3	2	1	2	0	2	1	1	3	1	1	1	2	3	3
3	2	3	2	1	1	3	2	2	2	3	1	1	3	2	3	1	2	3	2	2	2	1	2	1	2	3	2	3	0	3	2	2	2	2	3	1	1	3	2
3	2	3	1	2	1	2	1	2	3	2	1	2	3	3	3	2	3	2	3	2	2	1	1	1	3	3	2	2	2	1	1	1	2	2	2	0	1	3	3
2	3	2	2	2	1	2	1	2	3	3	1	2	3	2	3	1	1	3	2	1	1	2	1	2	2	3	2	1	0	3	2	1	1	2	2	1	1	3	2
3	2	1	1	1	2	1	1	1	2	3	2	2	1	2	2	1	1	2	3	1	2	1	3	1	2	2	2	1	2	2	2	1	2	2	1	1	1	1	3
3	2	2	2	1	2	1	2	3	3	2	1	2	2	2	2	1	1	2	2	1	2	2	3	3	2	2	1	2	2	0	2	1	3	0	3	1	2	2	2
2	2	1	3	0	2	2	1	1	3	3	3	3	3	3	3	1	0	2	2	1	2	0	3	3	3	3	2	3	2	2	2	1	2	0	3	0	0	0	2
2	3	3	2	2	1	2	1	1	2	3	1	1	1	3	3	1	1	2	3	0	2	2	3	1	2	2	1	1	0	2	0	0	1	2	3	1	2	3	3
3	2	3	2	1	2	2	1	2	3	3	2	2	2	2	2	2	2	3	2	1	3	1	2	1	2	3	2	2	1	2	2	2	2	1	2	1	1	2	2

2	2	3	2	1	2	3	1	2	3	2	3	2	1	3	2	2	2	3	2	2	0	0	2	1	3	3	1	1	2	2	2	2	1	1	1	1	1	1	2
2	2	3	3	1	1	1	1	0	2	2	1	2	3	3	2	2	3	3	3	0	3	1	2	3	2	2	2	2	2	2	1	1	3	2	2	1	1	1	3
2	2	3	1	2	3	3	1	0	3	2	0	3	2	2	3	1	0	2	3	2	1	2	0	2	3	3	2	1	0	1	0	1	1	0	0	0	3	0	3
2	2	3	0	1	2	2	0	1	2	3	1	2	1	3	3	2	0	3	2	0	0	1	2	2	3	3	3	1	1	1	2	0	3	1	1	3	2	0	2
2	2	3	2	2	2	2	1	3	2	2	3	2	2	3	3	3	2	3	2	1	2	3	3	0	3	3	1	0	1	2	3	2	0	1	2	2	0	2	2
3	2	3	1	0	3	0	1	0	2	2	0	0	3	2	2	2	0	2	3	1	1	0	1	0	3	3	1	1	1	0	0	0	3	1	2	1	3	2	3
2	2	3	2	1	3	3	1	0	2	3	1	2	3	3	2	3	2	3	2	3	0	1	1	2	2	3	1	1	3	2	0	2	0	3	1	2	1	2	2
3	3	3	2	1	0	2	0	2	3	3	3	3	1	2	3	3	0	3	2	2	1	2	1	3	3	2	2	3	0	3	3	1	3	1	0	1	2	3	2
2	2	3	1	2	3	2	0	3	3	2	3	0	3	2	3	3	0	3	2	2	1	1	3	1	2	2	2	2	2	3	1	0	0	0	0	1	3	3	2
3	3	3	1	0	3	0	2	3	2	2	3	0	3	2	3	0	1	3	3	3	3	2	1	1	2	3	2	2	3	1	2	2	1	3	1	2	1	3	3
3	2	3	2	0	0	0	2	0	2	3	2	2	3	2	3	0	0	3	3	0	2	0	1	3	2	2	0	2	0	0	0	2	2	2	1	2	2	3	3
3	3	3	3	3	1	3	2	0	3	3	3	1	1	2	3	2	2	2	2	1	0	1	2	1	3	3	1	1	3	0	0	3	0	3	0	3	1	0	2
3	2	3	1	3	1	3	3	3	3	3	3	3	0	3	2	1	0	3	3	2	0	1	0	0	2	3	0	1	3	2	0	3	1	2	2	1	3	2	3
3	2	3	2	1	1	0	0	3	3	3	2	1	0	2	3	2	0	2	3	2	0	3	2	2	2	2	1	0	3	2	1	1	1	2	0	3	2	2	3
2	3	3	3	1	3	3	0	2	2	2	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	1	3	0	0	3	2	0	1	2	0	0	2	0	3	1	2	3	0	3
3	2	3	3	1	3	3	1	3	3	3	3	3	3	2	3	2	3	2	3	2	0	3	3	0	3	3	3	3	2	1	1	2	3	3	3	3	3	3	3
3	2	3	2	3	3	3	3	2	2	2	3	3	3	2	3	3	3	2	2	3	0	2	3	1	2	2	3	3	3	1	0	3	3	3	3	3	2	3	2
2	2	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	3	3	0	3	3	1	3	2	3	3	3	0	0	3	3	3	3	2	3	3	3
3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	2	2	3	2	1	3	3	1	3	3	3	3	3	1	0	3	3	2	3	2	3	3	3
3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	2	3	2	2	2	3	2	2	2	0	3	3	0	3	3	3	3	3	0	0	2	3	3	3	3	2	3	2	2
2	2	2	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	2	3	2	3	3	2	2	3	1	2	3	1	3	3	3	3	3	0	0	3	3	3	3	2	3	3	2
2	3	3	3	3	2	3	3	2	3	3	2	3	3	2	2	3	3	2	3	2	1	3	3	0	3	2	3	3	3	0	1	2	3	2	3	2	2	3	3
2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	1	3	3	1	3	2	3	3	2	1	1	2	3	2	3	2	2	3	3
3	3	2	2	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	2	3	1	3	3	1	3	3	3	3	2	0	1	3	3	2	3	2	3	3	2
2	2	2	3	3	3	2	3	2	2	2	3	3	2	2	2	2	3	2	2	2	0	3	3	1	3	3	3	3	2	0	0	3	3	2	3	3	2	3	2
2	2	3	2	3	3	2	3	3	2	3	3	3	2	3	2	3	3	2	2	3	1	2	3	0	2	2	3	3	3	0	0	3	3	2	3	3	3	3	2
3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	2	3	2	2	2	2	3	3	3	3	2	0	2	3	0	3	3	3	3	3	1	0	2	3	2	3	3	3	3	3

3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	2	2	3	3	2	1	2	3	1	2	2	3	3	2	0	1	2	3	3	3	2	3	3	3
3	2	3	3	3	3	2	3	3	2	3	3	2	2	3	3	3	3	2	2	2	0	3	3	1	2	2	3	3	3	0	0	3	3	3	3	3	3	3	2
2	2	3	3	3	2	3	3	3	2	2	3	3	2	3	2	3	3	2	3	2	1	2	3	1	3	3	3	3	3	1	1	3	3	2	3	3	3	3	3
3	2	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	2	2	3	3	3	2	3	3	1	3	3	1	3	2	3	3	3	0	1	2	3	2	3	2	3	3	3
2	2	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	2	3	3	3	2	3	3	0	3	3	1	3	2	3	3	3	1	0	3	3	3	3	2	2	3	3
2	2	3	2	3	2	2	3	3	3	2	3	3	3	2	3	3	3	2	2	2	0	3	3	0	2	2	3	3	3	0	1	3	3	2	3	3	2	3	2
3	2	3	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	3	3	3	2	2	0	2	3	0	2	2	3	3	2	0	1	3	3	3	3	3	2	3	2
3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	2	3	2	3	3	3	3	2	3	1	2	3	1	2	3	3	3	3	1	0	3	3	3	3	3	3	3	2
2	3	3	3	0	2	3	0	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	2	2	1	3	3	0	3	2	3	3	2	3	1	3	3	2	3	3	0	3	2
2	2	3	3	0	3	3	0	2	3	2	3	3	3	2	3	3	3	2	3	3	2	2	3	2	2	3	3	3	1	3	3	3	3	3	3	2	0	3	3
2	3	3	3	0	3	2	0	3	2	3	2	2	3	2	3	3	3	3	3	1	3	0	3	2	3	2	3	3	3	0	0	0	3	0	3	0	3	3	3
2	2	3	2	0	3	2	1	2	3	3	2	2	3	2	2	2	3	3	2	0	1	1	3	0	2	3	1	1	0	0	3	2	3	1	3	3	1	3	2
3	2	1	1	1	3	3	2	3	3	2	3	3	2	3	3	0	3	3	3	1	1	0	3	1	3	3	3	1	1	1	2	2	3	3	3	0	2	3	3
2	2	0	2	3	1	0	0	2	3	2	2	0	2	2	2	0	1	3	3	2	3	2	3	0	2	3	2	3	1	0	2	1	3	3	3	3	1	3	3
3	3	0	2	0	2	0	2	2	3	3	1	3	3	3	3	3	2	3	2	1	1	3	3	3	2	2	2	1	3	0	0	0	0	1	3	2	2	3	2
2	2	2	0	2	2	0	3	2	3	2	2	0	1	3	3	0	1	2	3	3	3	0	3	0	3	2	1	3	1	0	1	2	3	2	3	1	3	0	3
3	3	2	0	2	1	0	2	1	3	2	1	2	1	3	2	1	0	2	2	1	0	0	3	0	2	3	1	2	0	1	3	0	3	1	3	1	1	3	2
3	3	1	0	0	1	3	1	3	3	3	3	0	3	3	2	0	3	3	3	1	0	2	3	2	2	2	0	0	1	1	1	2	3	0	3	3	1	1	3
3	3	1	3	1	3	2	2	2	3	3	3	2	0	2	3	1	0	2	2	1	1	2	3	0	2	3	1	0	3	0	0	1	2	3	0	3	3	0	2
3	2	3	0	2	3	3	2	2	3	3	1	1	3	3	2	3	3	3	2	2	3	0	3	2	3	3	1	1	1	1	1	3	0	1	2	3	1	1	2
2	2	1	2	2	1	0	2	1	2	3	1	2	1	2	3	0	1	3	3	1	1	1	1	1	2	2	2	2	2	2	2	1	1	2	0	1	2	2	3
3	3	1	1	2	0	1	1	1	2	2	1	1	2	3	2	1	1	3	3	2	0	3	1	1	3	2	0	1	2	1	2	1	1	2	0	2	2	0	3
3	3	0	1	2	2	2	2	1	3	2	1	1	0	3	2	2	1	3	2	1	0	2	1	1	2	3	1	2	2	0	1	2	1	2	1	2	2	1	2
3	3	0	1	3	1	0	2	2	2	2	2	0	0	3	3	1	1	3	3	2	0	3	1	0	2	3	2	1	2	1	0	2	0	1	1	1	2	1	3
3	2	0	1	2	1	2	3	2	2	3	2	1	0	3	3	1	1	3	3	1	1	2	0	1	2	2	1	1	3	1	1	2	1	2	1	2	1	0	3
2	3	2	0	2	1	2	1	0	2	2	0	1	1	3	2	1	1	3	3	2	1	2	1	0	2	2	0	0	2	0	0	1	1	3	2	1	2	1	3
3	3	0	1	2	1	1	1	1	2	3	1	1	1	3	3	1	1	3	3	2	1	1	0	2	2	3	1	1	2	1	1	1	1	1	2	3	2	1	3

2	3	2	1	1	0	1	3	2	3	2	0	0	1	3	3	0	0	2	2	3	1	2	2	0	3	2	1	0	2	1	2	2	1	2	1	1	2	2	2
3	2	1	1	2	0	0	2	2	3	2	1	0	0	3	2	1	1	3	3	2	1	1	2	1	2	3	2	1	2	1	1	2	2	3	1	1	2	1	3
3	2	1	1	3	2	2	2	1	2	2	0	1	0	3	3	2	1	2	3	2	1	3	1	1	2	2	2	1	3	1	1	2	0	2	1	1	3	0	3
1	1	1	1	1	2	2	1	1	1	1	0	1	0	1	1	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	1	1	1	1	1	0	1	1	0	1	0	1
1	1	1	1	1	2	2	1	1	1	1	0	1	0	1	1	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	1	1	1	1	1	0	1	1	0	1	0	1
1	1	1	1	0	1	2	0	0	1	1	1	1	0	1	1	0	1	1	1	1	2	0	2	1	1	1	0	2	1	1	2	1	1	1	0	1	1	1	1
1	1	2	1	0	1	0	1	0	1	1	0	1	0	1	1	1	1	1	1	1	2	0	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	0	1	1	1	1	1
1	1	2	2	1	0	0	1	1	1	1	2	2	0	1	1	2	1	1	1	1	1	1	1	2	1	1	2	0	1	1	2	1	2	1	2	1	0	1	1
1	1	0	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	2	0	1	1	1	1	1	1	1	0	0	1	1	0	1	2	1
1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	0	0	1	1	1	1	2	1	1	0	1	1	1	0	1	1	1	0	1	2	1	1	1	1	1	1	1	2	1
1	1	1	1	0	0	0	1	2	1	1	1	0	2	1	1	1	2	1	1	1	1	1	0	1	1	1	0	2	0	0	0	1	0	1	2	1	1	0	1
1	1	0	1	1	1	2	1	1	1	1	2	0	0	1	1	0	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	2	1	1	2	1
1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	0	0	1	0	2	1	1	1	1	1	2	0	1	1	1	1	1	1	0	1
1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	0	0	1	0	2	1	1	1	1	1	2	0	1	1	1	1	1	1	0	1
1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	0	0	1	0	2	1	1	1	1	1	2	0	1	1	1	1	1	1	0	1
1	1	2	1	1	1	1	1	1	1	1	2	2	2	1	1	1	1	1	1	1	1	0	0	1	1	1	1	1	1	2	0	1	1	0	2	1	1	1	1
1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	2	1	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	1	1	1	2	0	1	2	1	1	0	0	1	1	1	1	1
1	1	2	1	1	1	1	0	2	1	1	1	0	2	1	1	1	0	1	1	1	1	0	1	0	1	1	1	1	1	0	1	1	2	1	1	1	0	1	1
1	1	1	1	1	0	2	1	1	1	1	1	2	1	1	0	3	3	0	0	1	2	0	1	1	1	1	1	1	0	3	1	1	1	0	2	1	0	1	0
1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	3	1	2	0	0	1	2	0	0	1	1	0	1	1	1	0	3	1	1	3	2	1	1	1	1	1	1	1	0
1	1	1	2	0	1	2	1	0	1	1	3	2	3	1	0	3	2	0	1	0	3	1	1	1	0	0	3	1	1	3	1	1	2	0	1	0	1	1	1
1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	2	2	0	0	2	1	0	1	0	3	0	1	1	1	0	3	2	1	1	2	0	2	0	1	1	1	1	1
1	1	2	1	1	2	1	0	1	1	1	1	3	1	1	1	1	1	1	0	1	2	0	1	2	0	0	3	1	1	1	1	0	1	0	1	0	0	2	0
1	1	2	1	1	2	1	0	1	1	1	1	3	1	1	1	1	1	1	0	1	2	0	1	2	0	0	3	1	1	1	1	0	1	0	1	0	0	2	0
1	1	2	1	1	2	1	0	1	1	1	1	3	1	1	1	1	1	1	0	1	2	0	1	2	0	0	3	1	1	1	1	0	1	0	1	0	0	2	0
1	1	1	1	1	2	1	0	1	1	1	1	1	3	1	1	1	3	0	0	1	2	0	2	2	0	1	1	3	0	2	1	0	1	1	3	0	0	1	0
1	1	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	3	2	1	0	1	1	0	0	1	2	1	3	3	0	0	2	1	1	1	1	0	1	0	1	1	0	1	0

1	1	0	1	1	1	1	1	2	1	1	2	3	1	0	1	3	1	1	0	0	3	1	3	3	0	1	2	2	0	1	1	0	2	1	1	1	1	1	0
1	1	1	1	0	0	1	0	2	1	1	1	3	1	0	0	3	2	0	0	1	2	0	2	1	0	1	1	3	1	2	1	1	1	0	2	1	0	3	0
1	1	0	2	1	0	1	0	1	1	1	1	2	2	1	1	1	1	1	1	0	2	0	3	2	1	1	1	1	0	1	3	1	1	0	3	1	1	1	1
1	1	2	0	1	0	0	1	2	1	1	3	2	3	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	0	1	1	1	1	1	0	2	0	3	1	1	1	1
1	1	0	2	1	0	2	1	0	1	1	2	3	2	1	1	2	1	1	0	1	3	1	2	1	1	1	3	1	1	1	1	1	1	0	2	1	1	1	0
1	1	1	2	0	1	1	1	0	1	1	1	1	3	1	1	3	1	0	1	0	2	0	3	1	1	0	1	1	1	1	3	1	1	1	3	0	0	3	1
1	1	1	2	0	1	1	1	0	1	1	1	1	3	1	1	3	1	0	1	0	2	0	3	1	1	0	1	1	1	1	3	1	1	1	3	0	0	3	1
1	1	1	2	0	1	1	1	0	1	1	1	1	3	1	1	3	1	0	1	0	2	0	3	1	1	0	1	1	1	1	3	1	1	1	3	0	0	3	1
2	2	1	1	1	1	0	2	1	2	2	3	3	2	2	0	1	2	0	2	2	3	2	2	1	0	2	1	2	2	3	2	1	2	0	1	2	0	1	2
2	2	0	2	2	1	0	2	1	2	3	1	3	3	2	0	1	1	0	0	2	3	1	2	1	0	2	1	3	1	2	3	1	1	2	1	0	0	2	0
2	3	1	2	2	1	0	2	2	2	2	3	2	1	0	0	1	1	2	0	2	2	1	2	2	0	2	3	3	1	1	2	2	3	1	3	2	2	2	0
3	2	1	1	2	0	1	1	0	3	3	2	2	1	0	2	1	1	0	2	2	1	0	1	3	2	2	3	1	1	3	1	2	1	2	2	1	0	2	2
3	2	1	1	3	1	0	3	2	2	2	1	1	3	2	2	1	2	0	0	2	1	1	2	2	2	2	1	3	2	2	2	2	2	2	2	0	0	3	0
3	2	0	2	2	1	0	2	0	2	3	1	1	1	0	2	1	1	0	2	2	1	1	1	2	0	0	3	3	2	2	1	1	2	2	1	2	1	1	2
2	2	1	0	1	1	1	3	2	2	3	1	3	2	0	0	1	1	0	2	0	1	1	3	1	0	0	1	1	0	1	1	2	1	2	2	0	2	2	2
3	3	2	2	2	1	1	2	1	3	3	3	3	1	2	0	2	2	0	0	2	1	2	2	3	2	2	3	3	0	1	1	2	2	1	1	2	1	3	0
3	3	1	0	3	1	2	2	1	2	3	1	1	3	2	2	2	1	2	2	2	1	0	1	2	0	2	1	2	2	3	3	0	1	0	1	2	2	3	2
2	3	1	2	2	0	0	2	1	2	2	2	2	1	2	0	1	3	0	2	2	2	1	3	2	0	0	3	1	2	1	3	2	1	2	3	0	2	2	2
3	2	2	2	2	1	1	3	2	3	3	3	1	1	2	2	1	2	0	0	0	3	1	3	1	2	0	3	1	2	1	3	2	3	2	2	2	2	2	0
2	3	1	0	2	1	1	3	2	2	3	1	1	1	0	0	1	2	0	2	0	2	0	1	1	2	0	3	3	0	1	1	2	1	2	1	2	1	2	2
2	2	0	0	2	2	2	2	0	3	3	1	3	2	2	0	1	2	2	2	1	1	2	1	2	2	2	1	3	0	2	3	2	3	2	3	0	2	1	2
3	3	1	0	3	2	1	2	0	3	3	2	1	1	2	0	1	3	2	2	2	1	0	2	1	2	0	1	2	0	1	1	2	1	2	3	0	0	1	2
3	2	0	2	1	0	1	2	0	2	2	2	3	1	0	2	2	3	0	0	2	3	2	1	1	2	2	1	3	0	1	1	0	1	2	1	2	2	2	0
2	2	1	1	2	2	1	3	2	3	3	1	1	1	2	0	1	3	0	0	2	3	1	1	1	0	2	3	2	2	1	2	0	1	2	1	0	0	2	0
2	2	1	2	2	1	1	2	1	2	2	3	1	1	0	2	1	1	2	2	1	2	1	2	1	0	0	1	2	2	3	1	1	1	1	2	2	1	3	2
3	2	2	0	1	2	0	2	1	3	2	1	1	2	2	2	1	1	0	0	1	1	2	1	3	2	0	3	3	0	1	1	0	3	2	2	2	2	1	0
3	2	2	0	2	2	0	2	1	3	2	1	3	2	2	0	1	1	2	2	2	1	1	1	2	2	0	1	1	0	1	1	1	1	2	3	0	0	3	2

2	3	1	1	2	0	2	3	1	2	2	1	3	3	2	0	1	1	0	2	2	1	2	1	3	2	0	2	1	2	1	1	2	1	2	1	0	1	1	2
2	2	1	1	1	1	1	2	1	3	3	1	3	1	2	2	1	2	2	2	2	1	1	2	3	2	0	1	1	0	3	1	2	1	0	3	0	2	1	2
3	2	1	1	2	1	0	1	2	3	3	2	1	1	0	0	1	3	2	2	1	2	2	1	1	2	2	1	1	0	1	3	2	1	1	2	2	2	1	2
2	3	1	0	2	0	1	3	1	2	3	2	2	3	2	0	2	2	2	2	2	1	2	3	1	2	2	3	1	0	1	2	0	1	1	1	2	0	3	2
2	2	2	1	2	1	2	1	1	2	2	3	2	2	0	2	3	1	0	2	2	3	2	2	1	2	0	1	3	0	2	3	2	1	2	2	2	2	3	2
3	3	1	2	2	1	1	3	0	2	2	2	2	3	0	2	1	1	2	0	2	1	2	2	3	0	2	1	2	0	2	3	1	2	2	3	2	2	2	0
3	3	2	0	2	1	1	1	1	3	3	1	3	3	2	0	3	2	0	2	0	3	1	2	1	2	0	2	2	2	1	1	0	2	1	1	0	2	2	2
2	3	2	1	2	1	0	3	1	2	3	3	1	1	2	2	1	1	0	0	0	1	2	3	3	2	2	2	1	2	2	1	2	1	2	1	2	2	2	0
2	3	1	2	2	2	1	2	1	2	2	1	1	2	0	2	1	1	0	0	2	2	2	2	1	2	0	1	1	0	1	1	2	1	2	3	2	2	1	0
2	2	0	2	2	1	0	2	1	3	3	2	1	1	0	2	1	1	0	0	0	1	0	3	2	2	2	3	3	2	1	1	0	3	1	1	2	1	3	0
3	3	1	2	1	1	1	3	0	3	2	1	2	3	0	0	3	3	2	0	0	3	2	1	3	2	0	1	1	1	1	3	0	2	2	3	2	2	1	0
3	2	2	1	2	2	2	3	2	2	3	1	3	1	2	0	1	3	2	2	1	1	2	1	1	0	2	2	1	2	1	1	2	1	2	3	1	1	1	2
3	2	0	0	2	1	0	1	0	3	3	1	1	1	0	0	2	2	2	0	0	3	1	1	2	2	0	1	1	1	2	3	0	1	2	3	2	2	2	0
2	3	2	1	2	0	2	2	2	3	3	2	1	3	2	0	1	1	2	2	0	2	2	1	3	2	0	1	2	0	1	1	2	1	2	2	2	2	1	2
3	2	2	2	1	0	2	2	0	3	3	1	1	2	2	2	1	1	0	0	2	3	2	2	3	2	0	1	1	2	1	3	1	2	2	1	1	1	3	0
3	3	1	2	3	1	2	1	2	3	2	3	3	1	0	2	1	1	2	2	0	2	0	2	2	2	0	3	3	2	1	1	2	2	2	1	2	1	1	2
2	3	1	2	3	0	2	3	2	3	2	1	0	0	3	2	2	2	2	2	3	0	1	1	2	3	2	1	0	2	1	1	1	2	1	0	3	1	1	2
3	3	2	1	1	1	2	2	1	2	3	1	0	1	3	2	1	1	2	2	1	1	2	1	1	2	3	1	0	2	1	1	2	2	1	0	1	3	1	2
2	2	0	2	1	1	2	2	1	2	3	1	1	1	2	2	1	2	3	2	3	0	2	2	0	3	2	2	1	1	0	0	1	0	1	1	3	2	1	2
3	3	1	1	1	2	2	2	2	2	3	1	2	2	2	2	1	1	2	2	3	1	2	1	1	3	2	0	0	3	1	1	2	1	3	1	2	3	1	2
3	3	0	2	2	0	1	1	0	2	3	1	1	1	2	3	1	1	3	2	2	1	2	1	0	2	2	2	1	2	2	1	1	2	3	2	1	2	1	2
2	3	0	0	1	2	1	2	1	3	3	2	2	0	2	2	1	2	2	2	2	2	3	1	0	2	2	1	0	2	1	1	2	0	2	1	2	2	0	2
3	3	1	1	2	0	0	2	1	3	2	0	1	2	2	3	2	1	2	3	3	1	3	1	2	3	2	0	1	1	1	2	2	1	1	1	1	2	0	3
3	3	1	1	1	0	0	2	1	2	3	2	1	0	2	2	2	0	2	2	1	1	1	2	1	3	2	0	1	2	1	1	1	0	2	2	2	3	1	2
3	3	1	0	3	2	1	2	0	3	2	1	1	2	3	2	1	1	2	3	2	2	2	2	2	3	2	1	2	2	1	2	2	0	3	2	2	2	2	3
2	2	1	1	2	1	1	2	1	3	3	2	0	0	2	3	2	2	2	3	2	1	3	0	1	2	3	1	1	1	1	1	2	2	1	1	2	1	1	3
3	3	0	3	3	3	2	2	3	3	3	2	2	2	3	3	3	0	3	2	0	1	3	1	1	2	3	2	3	1	1	1	1	1	1	1	0	3	2	2

2	2	3	3	1	2	3	2	3	2	3	0	1	2	3	2	1	0	2	2	1	2	0	1	2	3	3	2	2	2	1	1	1	1	0	1	2	1	2	2
2	2	3	0	3	0	0	3	3	2	2	0	1	0	3	2	0	2	3	3	0	1	3	1	2	2	3	0	0	2	1	2	0	3	1	2	1	3	2	3
2	2	0	0	1	2	3	2	0	3	2	0	2	2	2	3	1	0	2	2	1	1	0	1	3	3	3	2	0	1	1	0	1	0	2	3	0	3	2	2
2	2	3	1	0	1	3	3	1	2	3	2	2	2	2	3	2	2	3	3	3	1	0	0	2	3	3	2	3	0	1	3	3	0	0	0	1	0	0	3
2	3	0	3	1	0	1	0	2	2	2	0	3	1	3	3	2	2	3	3	2	3	3	1	2	3	2	1	2	1	0	1	0	1	2	0	1	3	3	3
3	2	2	0	0	2	1	1	2	2	2	2	2	2	2	3	0	1	2	3	3	0	2	1	2	2	2	1	0	2	0	1	1	3	1	3	2	0	1	3
2	2	0	1	1	2	1	3	0	3	3	2	1	2	2	3	0	2	3	3	3	2	2	0	0	2	3	2	2	2	0	0	3	0	2	0	2	3	1	3
2	3	2	2	1	2	2	3	0	2	3	2	2	1	3	3	2	2	3	2	1	2	1	0	2	3	3	2	1	1	1	2	3	3	3	3	1	2	2	2
2	2	3	1	2	2	0	3	2	2	2	2	2	2	3	3	1	0	2	3	1	2	3	0	2	2	3	0	0	1	2	2	0	1	0	2	3	0	3	3
3	2	0	0	3	2	1	1	1	3	2	0	2	2	3	3	0	2	3	3	1	0	1	0	0	2	2	1	0	2	2	1	1	0	3	1	2	3	3	3
2	3	3	1	1	1	2	1	2	2	2	2	0	0	3	3	2	0	2	3	1	1	1	0	1	3	3	1	2	3	2	1	0	0	3	0	0	1	2	3
2	3	3	0	1	2	0	1	0	2	3	1	2	0	3	2	2	1	3	2	2	2	3	0	2	3	2	2	1	1	2	0	0	2	3	1	0	0	2	2
2	3	1	0	2	0	0	1	2	2	2	2	0	0	3	2	2	2	2	3	2	0	2	0	1	2	3	2	1	3	2	1	2	2	1	2	2	1	1	3
3	2	2	2	2	0	0	1	2	2	2	0	1	2	3	3	1	2	2	2	1	0	1	2	2	2	2	1	2	1	2	2	2	2	3	1	3	3	1	2
3	3	0	1	0	2	2	3	2	2	3	1	0	2	3	3	2	0	3	3	1	2	2	1	2	3	2	1	2	1	1	0	0	2	3	3	1	2	3	3
2	3	0	1	1	2	2	3	1	2	2	0	2	2	3	3	2	2	3	2	1	1	1	0	2	3	3	2	1	3	2	1	2	0	3	1	1	3	2	2
2	2	0	2	3	1	2	1	2	3	2	1	2	1	2	3	1	2	3	2	1	0	1	2	1	2	3	2	2	1	2	2	1	1	3	2	0	2	2	2
3	2	1	2	2	2	1	2	2	2	3	2	0	2	2	2	0	2	2	3	3	2	3	2	2	3	3	2	0	3	2	1	0	2	1	0	2	2	1	3
2	2	2	0	1	2	2	2	1	2	3	0	2	2	2	2	2	0	2	2	2	2	3	2	2	3	3	0	2	1	0	2	0	1	3	1	0	3	3	2
1	1	2	0	0	2	2	1	1	1	1	0	2	2	1	1	2	0	1	1	1	2	1	2	2	1	1	0	2	0	0	2	0	1	1	1	0	1	3	1
1	1	2	0	0	2	2	1	1	1	1	0	2	2	1	1	2	0	1	1	1	2	1	2	2	1	1	0	2	0	0	2	0	1	1	1	0	1	3	1
1	1	2	2	1	2	2	0	1	1	0	3	1	2	0	0	2	1	0	0	0	2	0	2	2	0	0	1	1	0	3	3	0	3	1	3	0	1	3	1
1	1	2	2	0	2	2	0	1	0	0	3	2	2	0	0	2	3	0	0	0	1	0	2	2	0	1	2	3	1	2	1	0	2	0	2	1	0	1	1
1	1	2	3	1	2	2	0	3	0	0	3	3	1	1	0	3	2	1	0	0	2	0	1	2	0	1	2	1	0	1	1	0	3	0	1	0	0	2	1
1	1	2	3	1	2	2	0	2	0	0	2	1	3	0	1	3	3	0	0	0	1	0	3	2	0	0	2	1	0	2	1	1	2	0	2	0	0	2	1
1	1	3	2	0	2	2	0	2	0	0	2	1	2	0	0	1	2	0	0	0	3	0	2	3	0	0	2	2	0	2	1	0	3	0	3	0	0	1	1
1	1	3	3	0	1	2	0	2	1	0	2	3	1	1	0	2	1	0	0	0	3	1	2	1	1	1	2	1	0	2	3	1	2	1	1	1	0	1	1

1	1	2	2	0	2	2	1	1	0	1	2	3	2	0	0	2	2	0	0	1	2	0	1	2	0	0	3	1	0	2	3	0	3	0	1	0	1	3	1
1	1	2	1	0	2	2	0	2	1	0	2	1	3	0	0	2	2	1	0	0	2	0	1	1	1	0	3	3	0	3	3	0	1	0	2	0	1	3	1
1	1	2	1	0	2	2	0	2	1	0	2	1	3	0	0	2	2	1	0	0	2	0	1	1	1	0	3	3	0	3	3	0	1	0	2	0	1	3	1
1	1	1	1	1	2	2	1	1	1	1	0	1	0	1	1	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	1	1	1	1	1	0	1	1	0	1	0	1
1	1	1	1	1	2	2	1	1	1	1	0	1	0	1	1	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	1	1	1	1	1	0	1	1	0	1	0	1
1	1	1	1	0	1	2	0	0	1	1	1	1	0	1	1	0	1	1	1	1	2	0	2	1	1	1	0	2	1	1	2	1	1	1	0	1	1	1	1
1	1	2	1	0	1	0	1	0	1	1	0	1	0	1	1	1	1	1	1	1	2	0	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	0	1	1	1	1	1
1	1	2	2	1	0	0	1	1	1	1	2	2	0	1	1	2	1	1	1	1	1	1	1	2	1	1	2	0	1	1	2	1	2	1	2	1	0	1	1
1	1	0	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	2	0	1	1	1	1	1	1	1	0	0	1	1	0	1	2	1
1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	0	0	1	1	1	1	2	1	1	0	1	1	1	0	1	1	1	0	1	2	1	1	1	1	1	1	1	2	1
1	1	1	1	0	0	0	1	2	1	1	1	0	2	1	1	1	2	1	1	1	1	1	0	1	1	1	0	2	0	0	0	1	0	1	2	1	1	0	1
1	1	0	1	1	1	2	1	1	1	1	2	0	0	1	1	0	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	2	1	1	2	1
1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	0	0	1	0	2	1	1	1	1	1	2	0	1	1	1	1	1	1	0	1
1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	0	0	1	0	2	1	1	1	1	1	2	0	1	1	1	1	1	1	0	1
1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	0	0	1	0	2	1	1	1	1	1	2	0	1	1	1	1	1	1	0	1
1	1	2	1	1	1	1	1	1	1	1	2	2	2	1	1	1	1	1	1	1	1	0	0	1	1	1	1	1	1	2	0	1	1	0	2	1	1	1	1
1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	2	1	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	1	1	1	2	0	1	2	1	1	0	0	1	1	1	1	1
1	1	2	1	1	1	1	0	2	1	1	1	0	2	1	1	1	0	1	1	1	1	0	1	0	1	1	1	1	1	0	1	1	2	1	1	1	0	1	1
1	1	1	1	1	0	2	1	1	1	1	1	2	1	1	0	3	3	0	0	1	2	0	1	1	1	1	1	1	0	3	1	1	1	0	2	1	0	1	0
1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	3	1	2	0	0	1	2	0	0	1	1	0	1	1	1	0	3	1	1	3	2	1	1	1	1	1	1	1	0
1	1	1	2	0	1	2	1	0	1	1	3	2	3	1	0	3	2	0	1	0	3	1	1	1	0	0	3	1	1	3	1	1	2	0	1	0	1	1	1
1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	2	2	0	0	2	1	0	1	0	3	0	1	1	1	0	3	2	1	1	2	0	2	0	1	1	1	1	1
1	1	2	1	1	2	1	0	1	1	1	1	3	1	1	1	1	1	1	0	1	2	0	1	2	0	0	3	1	1	1	1	0	1	0	1	0	0	2	0
1	1	2	1	1	2	1	0	1	1	1	1	3	1	1	1	1	1	1	0	1	2	0	1	2	0	0	3	1	1	1	1	0	1	0	1	0	0	2	0
1	1	2	1	1	2	1	0	1	1	1	1	3	1	1	1	1	1	1	0	1	2	0	1	2	0	0	3	1	1	1	1	0	1	0	1	0	0	2	0
1	1	1	1	1	2	1	0	1	1	1	1	1	3	1	1	1	3	0	0	1	2	0	2	2	0	1	1	3	0	2	1	0	1	1	3	0	0	1	0
1	1	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	3	2	1	0	1	1	0	0	1	2	1	3	3	0	0	2	1	1	1	1	0	1	0	1	1	0	1	0

1	1	0	1	1	1	1	1	2	1	1	2	3	1	0	1	3	1	1	0	0	3	1	3	3	0	1	2	2	0	1	1	0	2	1	1	1	1	1	0
1	1	1	1	0	0	1	0	2	1	1	1	3	1	0	0	3	2	0	0	1	2	0	2	1	0	1	1	3	1	2	1	1	1	0	2	1	0	3	0
1	1	0	2	1	0	1	0	1	1	1	1	2	2	1	1	1	1	1	1	0	2	0	3	2	1	1	1	1	0	1	3	1	1	0	3	1	1	1	1
1	1	2	0	1	0	0	1	2	1	1	3	2	3	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	0	1	1	1	1	1	0	2	0	3	1	1	1	1
1	1	0	2	1	0	2	1	0	1	1	2	3	2	1	1	2	1	1	0	1	3	1	2	1	1	1	3	1	1	1	1	1	1	0	2	1	1	1	0
1	1	1	2	0	1	1	1	0	1	1	1	1	3	1	1	3	1	0	1	0	2	0	3	1	1	0	1	1	1	1	3	1	1	1	3	0	0	3	1
1	1	1	2	0	1	1	1	0	1	1	1	1	3	1	1	3	1	0	1	0	2	0	3	1	1	0	1	1	1	1	3	1	1	1	3	0	0	3	1
1	1	1	2	0	1	1	1	0	1	1	1	1	3	1	1	3	1	0	1	0	2	0	3	1	1	0	1	1	1	1	3	1	1	1	3	0	0	3	1
3	0	1	3	3	1	2	3	3	1	1	3	1	1	2	1	3	3	2	2	0	1	1	1	2	2	1	3	2	1	1	2	2	2	1	0	3	0	1	3
1	3	3	2	1	0	2	3	2	2	0	1	1	3	2	0	3	2	2	0	0	3	0	1	1	1	2	1	1	0	3	2	0	2	0	1	1	2	0	2
1	2	3	1	0	2	2	1	2	0	2	1	1	1	0	1	1	2	0	0	2	3	1	3	2	0	1	2	1	0	1	1	2	3	1	1	0	0	0	2
3	0	1	1	3	1	2	3	3	2	0	1	1	3	1	0	3	2	2	1	0	2	0	3	3	1	2	1	1	2	2	1	1	2	2	2	3	0	0	3
0	0	0	3	2	2	1	1	3	2	1	3	1	3	0	2	3	3	1	1	0	2	1	3	1	1	1	3	1	1	1	2	2	1	0	3	3	1	1	0
3	3	3	0	2	0	1	1	1	1	1	1	1	3	2	0	3	2	1	1	2	1	0	1	1	0	1	1	3	1	1	1	2	1	0	3	3	1	3	1
3	1	3	2	3	1	1	2	1	0	1	2	2	2	2	1	1	3	1	2	0	2	1	3	3	1	1	1	3	1	2	2	1	1	3	2	3	0	0	2
0	1	1	2	1	2	2	3	2	0	2	3	3	3	1	2	3	1	0	2	0	1	1	1	1	1	0	3	3	0	2	3	2	2	0	2	3	3	2	0
1	2	1	1	0	0	1	1	2	0	0	2	2	2	1	1	2	3	0	0	2	3	2	1	2	2	0	1	3	2	2	1	0	1	0	2	1	1	1	2
3	2	1	2	1	2	2	1	1	0	1	2	2	3	1	2	2	1	1	2	1	3	0	3	1	0	2	1	1	2	2	1	2	3	1	0	3	0	1	0
0	2	1	1	1	2	1	1	3	1	1	1	1	3	1	2	2	2	1	2	1	1	0	1	2	0	2	2	3	0	2	1	1	2	0	1	1	0	3	3
2	1	0	3	1	1	2	1	1	2	1	2	2	3	0	1	2	3	2	2	0	2	2	1	2	0	1	2	2	0	3	2	0	1	2	1	3	2	1	1
0	2	1	1	0	2	1	2	3	0	0	1	3	1	2	0	1	3	0	2	1	1	2	2	3	0	2	1	1	2	1	2	1	3	3	2	1	1	1	2
0	3	0	2	2	2	1	3	2	1	2	2	1	2	2	1	0	0	1	1	2	2	2	1	0	3	1	1	2	1	2	2	2	2	3	0	3	2	0	2
0	2	3	2	2	0	0	2	2	2	3	2	1	2	1	2	1	1	2	1	3	1	1	1	2	1	3	1	1	3	2	1	0	2	3	1	2	3	0	0
1	3	0	2	2	0	2	1	1	1	2	2	1	2	3	1	2	0	3	1	1	0	1	1	1	3	1	0	2	3	2	1	0	0	1	1	0	1	2	0
2	1	2	0	2	0	1	1	2	1	1	1	1	0	1	2	2	2	2	2	2	1	0	3	1	0	2	1	1	2	1	2	2	2	3	3	2	2	1	1	3
3	3	1	0	2	1	2	1	1	1	3	2	1	2	2	2	0	2	2	2	3	2	3	1	0	3	1	0	2	3	1	2	2	0	1	0	1	2	0	1
3	2	3	0	1	2	1	3	1	1	1	1	2	1	1	1	2	0	3	1	2	2	1	2	2	1	1	2	2	1	2	0	2	3	1	2	2	0	1	1

0	2	1	3	0	2	0	2	2	1	1	2	2	2	2	1	0	1	1	1	3	2	2	2	0	1	1	2	0	3	0	1	2	2	1	3	3	3	3	3
1	2	1	1	1	2	2	1	1	3	2	2	0	2	3	1	2	1	1	1	2	1	3	2	1	3	3	2	2	1	2	2	2	1	3	0	0	1	3	1
0	3	3	0	3	2	1	1	2	2	1	2	2	0	1	3	0	2	1	1	2	2	2	1	2	1	1	0	2	1	2	2	2	2	1	0	1	2	2	1
3	0	0	3	2	2	2	1	0	2	1	2	2	1	1	3	2	2	1	2	1	0	1	0	2	1	1	2	2	1	2	2	3	1	3	0	1	3	1	2
1	1	1	1	1	2	2	1	0	2	1	1	2	2	2	3	2	2	1	1	2	2	1	2	1	2	2	2	1	1	2	2	3	1	3	2	0	2	0	3
0	3	2	1	2	0	0	1	0	3	3	1	1	0	1	1	2	0	2	2	1	2	2	1	1	2	1	1	2	2	0	2	1	3	1	3	1	2	0	3
2	2	3	1	0	2	0	3	2	1	3	1	0	2	1	2	2	1	1	1	1	2	2	2	1	1	1	2	1	3	2	2	2	3	3	1	2	0	3	0
1	3	2	0	3	1	2	2	0	1	2	2	1	0	1	1	1	2	1	1	1	0	3	0	2	1	1	1	0	1	0	2	0	1	3	3	1	3	2	3
0	0	2	3	1	2	1	1	2	1	3	0	1	0	1	2	1	2	1	1	3	1	1	2	2	1	2	2	2	1	1	0	1	2	0	2	0	0	3	1
2	2	0	2	0	2	0	1	2	1	3	1	1	1	2	3	0	2	2	1	3	2	1	0	0	3	3	2	2	1	1	1	0	0	0	3	1	3	1	2
1	0	3	2	3	2	0	1	2	1	1	2	2	2	3	1	2	0	3	3	3	2	2	2	2	2	3	2	1	1	2	1	0	0	0	1	3	0	1	3
1	2	1	2	3	2	2	2	1	1	3	1	1	0	2	1	2	1	1	1	1	1	1	2	0	2	1	0	1	3	1	0	1	1	3	2	0	3	3	1
2	1	2	2	1	2	2	1	2	3	1	2	1	2	2	2	1	1	3	3	1	0	2	2	1	2	3	1	2	1	0	1	1	1	2	0	1	1	2	1
3	0	2	2	3	0	1	3	2	2	1	2	0	1	1	1	2	2	2	3	1	1	3	0	2	3	1	2	2	2	0	1	0	3	0	0	3	2	0	2
0	2	2	3	3	1	1	1	2	3	1	2	1	0	2	2	1	2	1	1	1	0	2	0	2	3	2	1	2	1	0	1	1	1	2	1	1	1	2	3
0	2	0	1	2	1	1	1	2	1	2	0	1	0	2	1	0	0	2	1	3	2	1	1	1	1	2	2	1	2	0	0	0	1	2	1	2	2	0	1
1	2	3	2	3	2	0	2	2	1	3	2	2	1	3	1	2	1	1	1	2	0	1	0	2	1	1	2	1	1	2	2	2	0	3	2	0	1	1	1
0	2	1	3	1	2	2	1	2	1	2	1	2	2	1	3	2	2	1	1	1	2	1	1	2	3	1	2	0	1	0	1	0	0	2	3	3	2	0	0
1	0	0	2	3	0	0	1	1	1	2	2	2	0	1	1	2	0	1	3	2	0	3	0	0	1	3	2	2	1	0	2	2	2	1	0	1	0	3	0
1	3	2	0	2	2	0	1	2	1	1	1	1	2	1	1	1	0	2	1	1	2	2	2	2	2	1	2	2	1	2	2	3	1	0	0	0	1	1	2
2	0	3	1	0	2	2	1	2	3	1	2	0	2	1	1	2	2	2	1	1	2	1	0	2	1	1	2	2	3	2	2	1	3	1	1	1	2	2	2
3	3	0	1	3	1	0	3	2	3	2	1	1	1	2	1	2	0	3	2	3	2	3	0	1	1	3	2	2	1	0	0	0	3	0	3	1	3	2	3
2	0	3	2	3	1	2	3	1	1	3	0	1	2	3	1	0	2	2	1	1	2	1	0	2	1	1	2	2	2	2	2	3	1	1	1	0	3	0	1
1	3	3	1	3	0	1	3	1	2	2	0	2	2	1	3	0	2	1	2	2	0	2	2	0	1	2	2	0	2	2	2	2	3	2	3	0	0	1	0
2	3	2	1	1	2	1	1	0	2	2	0	1	2	2	2	2	2	2	1	1	0	1	1	2	3	2	2	1	2	1	0	0	0	3	3	0	2	0	3
1	2	3	0	0	2	2	1	2	2	1	2	2	2	2	1	1	2	2	1	3	2	2	2	2	1	1	2	2	1	2	1	1	3	1	0	0	1	3	3
1	1	2	0	3	2	2	2	2	2	3	1	1	0	2	1	2	1	1	1	1	2	3	1	2	2	1	2	0	3	0	2	0	0	3	2	3	3	3	1

1	0	3	0	1	0	0	2	1	3	1	0	2	0	1	3	1	2	1	2	3	2	2	2	2	3	3	2	2	3	2	1	3	0	0	3	3	3	0	3
0	3	0	2	2	2	1	3	0	3	3	1	1	1	1	1	1	2	1	2	1	2	1	0	1	3	2	2	0	2	2	0	3	3	1	2	3	2	1	3
2	1	0	0	2	2	2	3	2	2	1	0	2	2	1	2	2	2	2	3	1	2	1	0	2	1	3	2	1	3	2	1	1	2	2	0	3	2	0	0
3	0	2	0	3	2	2	3	0	3	1	1	1	2	1	2	0	2	1	3	2	0	3	1	2	3	1	2	2	3	2	2	1	3	3	3	3	1	3	2
1	1	1	1	3	1	1	2	2	3	3	2	0	1	2	2	0	0	1	2	3	0	2	0	1	3	3	1	2	1	1	0	2	2	1	1	1	2	0	2
2	3	1	2	2	2	0	1	1	1	3	1	0	0	3	2	1	2	1	2	1	2	1	2	1	1	3	0	2	2	1	2	0	0	0	2	1	1	1	0
1	1	2	1	1	0	1	1	2	2	1	0	2	0	1	2	2	0	2	3	1	0	2	2	2	3	3	0	1	1	2	1	2	0	1	3	1	1	3	2
2	0	0	3	3	2	1	3	2	2	2	2	1	1	3	1	0	1	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	0	2	0	0	2	0	1	3	2	2	1	1
0	3	3	2	3	1	2	1	0	1	3	0	0	0	1	1	2	2	1	1	1	2	1	2	2	3	1	1	1	2	0	0	0	3	0	1	2	2	0	3
3	3	2	0	3	2	1	1	2	3	1	2	1	2	1	1	2	1	1	3	2	1	2	1	2	3	3	1	2	1	2	1	2	1	1	1	0	0	1	3
3	0	3	0	3	0	2	3	2	3	2	2	2	2	3	1	1	0	1	1	2	0	1	0	2	2	3	1	2	2	1	1	0	3	2	1	0	1	3	1
0	1	2	0	1	1	2	3	1	3	1	2	2	0	1	2	1	2	1	1	1	2	1	1	2	2	3	0	1	1	1	0	2	1	3	1	2	2	0	0
2	3	0	1	3	2	0	2	0	3	3	1	0	1	1	1	1	1	2	1	2	2	1	0	1	3	1	2	2	3	1	1	1	2	1	0	0	1	0	3
2	0	1	1	1	2	2	1	2	3	2	0	2	1	3	3	2	2	1	1	2	0	1	2	2	1	1	0	0	3	2	2	2	1	0	3	0	0	0	3
2	3	3	0	3	1	2	1	2	1	2	2	2	1	1	2	2	2	3	1	2	2	3	0	2	3	1	0	0	1	0	2	0	1	2	2	0	0	1	1
2	3	0	0	2	2	1	1	0	1	1	0	0	0	3	2	2	1	2	1	3	0	1	2	1	3	1	2	2	2	2	2	0	0	0	3	0	0	0	3
2	1	0	3	1	2	1	1	2	1	1	0	2	1	1	1	0	0	2	1	1	2	1	0	0	1	1	1	0	2	2	2	0	1	0	3	3	3	1	1
0	1	0	3	3	0	1	3	2	3	1	1	2	1	2	2	0	0	3	1	3	2	1	2	2	1	1	2	2	2	0	1	3	3	0	3	0	0	2	0
3	1	0	1	2	0	2	1	1	3	3	0	2	1	1	1	0	2	3	2	1	0	1	2	0	3	2	2	2	2	1	2	2	2	2	3	0	0	2	1
3	3	3	1	3	1	2	1	0	1	3	0	2	2	2	1	2	0	3	1	1	2	2	2	0	1	2	0	0	3	1	2	3	2	1	2	1	0	0	1
2	3	1	1	1	1	2	1	0	2	2	0	0	2	3	2	1	2	3	3	2	0	3	2	2	1	1	2	0	1	2	1	3	2	3	2	2	2	2	2
0	2	0	1	3	2	0	2	2	2	1	2	1	1	1	2	0	2	1	2	1	2	1	2	1	1	3	2	1	2	0	2	3	2	1	2	2	3	0	2
3	1	3	2	1	0	1	3	1	2	1	2	2	2	1	3	1	1	2	1	2	0	3	1	2	3	2	1	1	1	0	2	3	0	0	0	0	0	1	0
3	3	1	0	3	1	0	3	0	3	3	2	2	2	3	3	2	2	1	3	1	1	1	0	1	1	1	2	2	1	0	2	3	1	1	1	0	3	3	0
3	0	2	1	3	1	2	2	2	1	3	0	2	0	1	3	1	2	2	1	1	2	3	2	2	1	2	2	2	3	2	2	2	1	0	1	1	2	1	0
3	1	2	3	1	0	1	1	0	1	1	1	0	2	3	1	1	1	1	1	1	2	1	2	1	1	3	1	0	1	2	1	0	3	3	2	2	0	3	3
3	2	2	1	1	2	0	1	2	1	2	0	2	1	3	1	1	2	1	1	1	0	1	2	2	2	1	1	0	1	1	1	3	0	2	0	3	3	0	3

2	1	0	0	0	2	2	1	0	1	1	0	2	2	3	1	2	0	1	3	1	0	3	1	2	1	3	0	0	3	2	2	0	3	1	0	0	0	2	2
3	1	2	0	3	2	0	1	0	1	3	1	1	1	2	2	2	0	2	2	2	2	2	2	1	3	2	0	0	2	2	2	0	1	1	3	0	0	1	3
0	3	0	0	3	0	2	1	2	1	2	2	1	2	3	1	2	1	1	2	3	0	1	0	0	1	3	2	0	1	1	2	3	3	0	0	1	0	1	3
2	3	1	0	3	0	0	1	2	1	3	2	1	2	2	1	2	0	2	1	1	2	3	1	2	2	2	2	1	1	2	2	3	1	0	0	3	0	0	3
3	0	3	1	2	2	2	2	1	1	1	2	2	2	1	1	2	1	1	3	2	0	3	1	2	2	1	2	2	2	2	2	3	0	2	3	1	2	3	0
2	0	3	1	1	2	0	1	2	2	2	1	1	2	1	3	0	2	1	1	3	2	1	2	1	1	1	1	0	3	2	2	1	2	1	1	2	2	2	0
2	1	2	3	3	1	0	1	2	1	1	0	2	2	1	3	1	2	1	2	1	2	1	0	2	1	3	0	2	2	0	2	0	0	3	3	3	2	0	1
2	3	2	0	3	0	1	1	1	1	3	2	2	2	3	1	0	1	3	3	2	2	3	2	2	1	2	1	2	1	2	2	2	1	0	2	1	0	1	3
0	2	2	0	0	2	2	3	2	3	3	1	1	0	1	1	1	1	2	1	3	1	2	0	2	1	2	2	2	3	2	1	2	1	0	3	2	3	1	3
3	2	2	0	0	1	2	1	2	1	3	0	1	0	3	2	1	0	1	1	1	1	1	2	2	3	3	2	2	1	1	1	3	3	3	0	1	1	1	1
2	0	0	0	3	1	2	2	2	1	1	0	0	2	2	3	2	2	1	2	1	2	3	1	2	1	1	0	2	1	1	2	0	3	1	2	1	0	0	3
1	1	0	2	1	1	0	1	2	3	2	2	1	0	1	1	1	0	3	1	1	0	1	0	2	1	1	2	2	1	2	0	0	1	1	2	0	3	1	0
0	0	2	1	1	0	1	3	1	1	2	0	2	0	2	1	0	2	1	3	1	1	2	1	0	2	1	2	0	3	2	0	1	2	2	1	3	2	0	3
1	1	1	1	1	2	2	1	1	1	1	0	1	0	1	1	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	1	1	1	1	1	0	1	1	0	1	0	1
1	1	1	1	1	2	2	1	1	1	1	0	1	0	1	1	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	1	1	1	1	1	0	1	1	0	1	0	1
1	1	1	1	0	1	2	0	0	1	1	1	1	0	1	1	0	1	1	1	1	2	0	2	1	1	1	0	2	1	1	2	1	1	1	0	1	1	1	1
1	1	2	1	0	1	0	1	0	1	1	0	1	0	1	1	1	1	1	1	1	2	0	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	0	1	1	1	1	1
1	1	2	2	1	0	0	1	1	1	1	2	2	0	1	1	2	1	1	1	1	1	1	1	2	1	1	2	0	1	1	2	1	2	1	2	1	0	1	1
1	1	0	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	2	0	1	1	1	1	1	1	1	0	0	1	1	0	1	2	1
1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	0	0	1	1	1	1	2	1	1	0	1	1	1	0	1	1	1	0	1	2	1	1	1	1	1	1	1	2	1
1	1	1	1	0	0	0	1	2	1	1	1	0	2	1	1	1	2	1	1	1	1	1	0	1	1	1	0	2	0	0	0	1	0	1	2	1	1	0	1
1	1	0	1	1	1	2	1	1	1	1	2	0	0	1	1	0	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	2	1	1	2	1
1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	0	0	1	0	2	1	1	1	1	1	2	0	1	1	1	1	1	1	0	1
1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	0	0	1	0	2	1	1	1	1	1	2	0	1	1	1	1	1	1	0	1
1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	0	0	1	0	2	1	1	1	1	1	2	0	1	1	1	1	1	1	0	1
1	1	2	1	1	1	1	1	1	1	1	2	2	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	0	1	1	1	1	1	1	2	0	1	1	0	2	1	1	1	1
1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	2	1	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	1	1	1	2	0	1	2	1	1	0	0	1	1	1	1	1

1	1	2	1	1	1	1	0	2	1	1	1	0	2	1	1	1	0	1	1	1	1	0	1	0	1	1	1	1	1	0	1	1	2	1	1	1	0	1	1
1	1	1	1	1	0	2	1	1	1	1	1	2	1	1	0	3	3	0	0	1	2	0	1	1	1	1	1	1	0	3	1	1	1	0	2	1	0	1	0
1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	3	1	2	0	0	1	2	0	0	1	1	0	1	1	1	0	3	1	1	3	2	1	1	1	1	1	1	1	0
1	1	1	2	0	1	2	1	0	1	1	3	2	3	1	0	3	2	0	1	0	3	1	1	1	0	0	3	1	1	3	1	1	2	0	1	0	1	1	1
1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	2	2	0	0	2	1	0	1	0	3	0	1	1	1	0	3	2	1	1	2	0	2	0	1	1	1	1	1
1	1	2	1	1	2	1	0	1	1	1	1	3	1	1	1	1	1	1	0	1	2	0	1	2	0	0	3	1	1	1	1	0	1	0	1	0	0	2	0
1	1	2	1	1	2	1	0	1	1	1	1	3	1	1	1	1	1	1	0	1	2	0	1	2	0	0	3	1	1	1	1	0	1	0	1	0	0	2	0
1	1	2	1	1	2	1	0	1	1	1	1	3	1	1	1	1	1	1	0	1	2	0	1	2	0	0	3	1	1	1	1	0	1	0	1	0	0	2	0
1	1	1	1	1	2	1	0	1	1	1	1	1	3	1	1	1	3	0	0	1	2	0	2	2	0	1	1	3	0	2	1	0	1	1	3	0	0	1	0
1	1	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	3	2	1	0	1	1	0	0	1	2	1	3	3	0	0	2	1	1	1	1	0	1	0	1	1	0	1	0
1	1	0	1	1	1	1	1	2	1	1	2	3	1	0	1	3	1	1	0	0	3	1	3	3	0	1	2	2	0	1	1	0	2	1	1	1	1	1	0
1	1	1	1	0	0	1	0	2	1	1	1	3	1	0	0	3	2	0	0	1	2	0	2	1	0	1	1	3	1	2	1	1	1	0	2	1	0	3	0
1	1	0	2	1	0	1	0	1	1	1	1	2	2	1	1	1	1	1	1	0	2	0	3	2	1	1	1	1	0	1	3	1	1	0	3	1	1	1	1
1	1	2	0	1	0	0	1	2	1	1	3	2	3	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	0	1	1	1	1	1	0	2	0	3	1	1	1	1
1	1	0	2	1	0	2	1	0	1	1	2	3	2	1	1	2	1	1	0	1	3	1	2	1	1	1	3	1	1	1	1	1	1	0	2	1	1	1	0
1	1	1	2	0	1	1	1	0	1	1	1	1	3	1	1	3	1	0	1	0	2	0	3	1	1	0	1	1	1	1	3	1	1	1	3	0	0	3	1
1	1	1	2	0	1	1	1	0	1	1	1	1	3	1	1	3	1	0	1	0	2	0	3	1	1	0	1	1	1	1	3	1	1	1	3	0	0	3	1
1	1	1	2	0	1	1	1	0	1	1	1	1	3	1	1	3	1	0	1	0	2	0	3	1	1	0	1	1	1	1	3	1	1	1	3	0	0	3	1
2	2	2	0	1	0	0	1	1	1	0	1	3	2	2	1	2	3	1	0	0	1	2	3	1	2	0	2	2	1	2	3	1	2	2	0	1	1	0	2
3	1	0	0	3	0	1	2	2	1	2	3	1	3	0	1	1	2	0	2	2	1	2	2	3	1	0	1	1	2	3	2	1	1	1	2	1	2	0	1
2	2	1	1	2	2	2	2	2	1	1	1	3	2	0	1	2	2	1	0	0	3	0	2	3	2	0	2	3	2	2	2	0	2	0	2	2	1	0	2
2	1	1	2	3	1	0	2	1	1	0	2	2	1	1	1	2	3	2	1	2	1	0	3	3	0	1	1	3	0	3	1	0	2	1	2	1	2	0	2
1	3	1	1	1	0	1	3	0	2	1	3	2	2	0	1	2	2	1	0	2	2	0	2	2	2	1	2	1	1	3	1	1	2	0	0	3	3	0	2
3	1	2	0	2	0	2	2	0	1	0	1	2	2	0	1	2	3	2	0	0	1	0	3	1	2	0	3	2	0	2	1	1	3	1	0	3	2	1	2
1	1	1	2	2	1	2	2	1	2	0	2	2	3	0	1	3	1	0	0	2	1	2	2	3	1	0	1	1	0	1	1	0	1	0	2	3	1	1	3
1	2	0	0	2	0	1	1	2	2	2	1	2	3	2	2	1	2	2	0	0	3	2	2	1	0	2	2	2	1	2	3	2	3	0	1	2	3	1	3
2	1	0	0	1	0	1	1	1	1	0	3	2	1	2	2	1	1	1	2	0	1	0	2	1	0	2	2	2	2	2	3	2	2	2	0	3	1	2	1

1	1	1	1	1	1	0	2	2	0	2	2	3	2	0	1	3	2	0	2	1	1	2	2	2	1	1	3	1	0	2	3	1	2	1	0	1	3	1	3
3	2	2	0	2	1	2	1	1	1	0	1	1	2	0	0	1	1	2	0	1	1	0	2	2	0	1	2	1	1	3	1	0	1	1	2	3	1	0	2
1	3	0	0	3	0	1	2	1	2	1	3	2	2	2	2	1	1	0	2	1	2	1	1	1	2	1	2	2	2	1	3	2	2	1	0	3	3	1	3
2	2	1	1	1	1	1	1	2	1	2	3	3	1	2	2	1	3	2	2	1	1	1	2	3	2	2	2	2	0	1	1	2	1	1	2	3	1	2	3
3	1	0	2	3	0	1	1	1	1	2	1	1	3	2	2	2	2	2	1	0	3	1	1	1	2	1	2	3	1	1	2	0	2	1	2	2	1	0	1
3	1	0	2	3	2	0	3	2	0	1	2	3	1	2	2	2	3	0	2	2	3	2	2	1	1	2	2	3	1	2	1	1	1	1	1	1	3	2	1
2	3	0	2	2	1	1	3	1	1	2	3	1	1	0	2	3	3	1	2	0	3	0	3	1	2	1	1	1	2	3	3	1	3	1	0	1	2	1	1
1	1	1	1	1	0	0	3	2	1	0	1	1	1	2	0	2	1	1	0	0	1	0	2	3	1	0	2	2	2	3	1	2	1	0	2	1	3	0	2
2	1	0	0	3	2	2	2	0	0	2	3	1	1	0	1	3	3	1	2	1	3	1	3	3	0	1	1	1	2	1	2	2	2	1	0	1	3	0	3
3	2	0	2	2	0	2	1	1	0	2	2	3	1	0	0	1	3	0	1	1	3	1	2	3	2	1	2	3	2	2	1	1	1	2	0	2	2	1	1
3	1	2	2	1	0	1	3	0	2	1	2	1	1	0	2	3	3	1	1	1	1	2	3	1	2	0	2	1	0	2	1	2	1	2	2	2	3	1	3
1	1	1	2	1	1	2	3	1	2	0	2	2	2	1	2	2	1	0	1	2	3	1	2	3	0	1	2	1	0	2	2	1	2	2	2	3	2	2	3
2	1	1	0	3	1	2	1	1	1	0	1	3	3	0	1	1	3	2	0	2	3	2	2	1	2	1	3	3	0	3	2	0	1	1	2	3	1	2	3
1	2	1	1	1	2	2	3	2	1	0	3	2	2	1	1	2	2	0	0	0	1	0	1	1	1	2	3	1	0	1	2	2	3	2	2	1	3	0	2
1	3	1	1	3	1	2	2	1	2	0	2	2	2	0	1	1	2	2	1	2	2	0	3	3	2	0	1	1	2	1	2	2	1	0	2	3	3	2	3
3	3	2	0	1	2	0	2	1	0	1	2	1	1	0	1	1	2	1	1	2	2	2	3	1	1	0	1	2	0	3	2	2	2	1	1	3	2	0	1
2	2	0	0	1	1	2	2	1	2	2	2	2	2	0	0	2	2	0	2	2	3	1	1	1	1	0	2	2	1	3	3	1	3	2	2	2	2	1	2
0	1	1	0	1	0	1	2	1	0	0	3	1	3	2	2	3	1	0	0	2	2	2	1	2	0	0	1	1	2	1	1	1	2	0	2	2	1	0	3

Matriz de consistencia

TÍTULO: Salud mental y ansiedad en madres primíparas atendidas en el Hospital Regional Daniel Alcides Carrión – Pasco, 2025

PROBLEMA	OBJETIVO	HIPÓTESIS	VARIABLE	METODOLOGÍA
Problema General ¿En qué medida se relaciona salud mental y ansiedad en madres primíparas atendidas en el Hospital Regional Daniel Alcides Carrión – Pasco, 2025?	**Objetivo General** Determinar la relación entre salud mental y ansiedad en madres primíparas atendidas en el Hospital Regional Daniel Alcides Carrión – Pasco, 2025	**Hipótesis General** Se relaciona significativamente salud mental y ansiedad en madres primíparas atendidas en el Hospital Regional Daniel Alcides Carrión – Pasco, 2025	Variable 1 Salud mental (Bienestar psicológico) Dimensiones – Auto aceptación – Relaciones positivas – Dominio de entorno – Propósito de vida – Autonomía – Crecimiento personal Variable 2 Ansiedad – Ansiedad de rango – Ansiedad de estado	Tipo de estudio: Básica, pura y fundamental Nivel: Descriptivo Método: Científico Diseño: Transaccional correlacional. Universo: Pacientes que asisten al Hospital Regional Daniel Alcides Carrión – Pasco Población: Madres primíparas atendidas en el Hospital Regional Daniel Alcides Carrión – Pasco Muestra: 355 Madres primíparas atendidas en el Hospital Regional Daniel Alcides Carrión – Pasco
Problemas específicos	**Objetivos específicos**	**Hipótesis específicas**		
¿Cómo se relaciona la salud mental en su dimensión *auto aceptación* y la ansiedad en madres primíparas atendidas en el Hospital Regional Daniel Alcides Carrión – Pasco, 2025? ¿Cómo se relaciona la salud mental en su dimensión *relaciones positivas* y la ansiedad en madres primíparas atendidas en el Hospital Regional Daniel Alcides Carrión – Pasco, 2025? ¿Cómo se relaciona la salud mental en su dimensión	Relacionar la salud mental en su dimensión *auto aceptación* y la ansiedad en madres primíparas atendidas en el Hospital Regional Daniel Alcides Carrión – Pasco, 2025 Relacionar la salud mental en su dimensión *relaciones positivas* y la ansiedad en madres primíparas atendidas en el Hospital Regional Daniel Alcides Carrión – Pasco, 2025	Existe una relación significativa entre la salud mental en su dimensión *auto aceptación* y la ansiedad en madres primíparas atendidas en el Hospital Regional Daniel Alcides Carrión – Pasco, 2025 Existe una relación significativa entre la salud mental en su dimensión *relaciones positivas* y la ansiedad en madres primíparas atendidas en el Hospital Regional Daniel Alcides Carrión – Pasco, 2025 Existe una relación significativa entre la salud		

dominio de entorno y la ansiedad en madres primíparas atendidas en el Hospital Regional Daniel Alcides Carrión – Pasco, 2025? ¿Cómo se relaciona la salud mental en su dimensión *propósito de vida* y la ansiedad en madres primíparas atendidas en el Hospital Regional Daniel Alcides Carrión – Pasco, 2025? ¿Cómo se relaciona la salud mental en su dimensión *autonomía* y la ansiedad en madres primíparas atendidas en el Hospital Regional Daniel Alcides Carrión – Pasco, 2025? ¿Cómo se relaciona la salud mental en su dimensión *crecimiento personal* y la ansiedad en madres primíparas atendidas en el Hospital Regional Daniel Alcides Carrión – Pasco, 2025?	Relacionar la salud mental en su dimensión *dominio de entorno* y la ansiedad en madres primíparas atendidas en el Hospital Regional Daniel Alcides Carrión – Pasco, 2025 Relacionar la salud mental en su dimensión *propósito de vida* y la ansiedad en madres primíparas atendidas en el Hospital Regional Daniel Alcides Carrión – Pasco, 2025 Relacionar la salud mental en su dimensión *autonomía* y la ansiedad en madres primíparas atendidas en el Hospital Regional Daniel Alcides Carrión – Pasco, 2025 Relacionar la salud mental en su dimensión *crecimiento personal* y la ansiedad en madres primíparas atendidas en el Hospital Regional Daniel Alcides Carrión – Pasco, 2025	mental en su dimensión *dominio de entorno* y la ansiedad en madres primíparas atendidas en el Hospital Regional Daniel Alcides Carrión – Pasco, 2025 Existe una relación significativa entre la salud mental en su dimensión *propósito de vida* y la ansiedad en madres primíparas atendidas en el Hospital Regional Daniel Alcides Carrión – Pasco, 2025 Existe una relación significativa entre la salud mental en su dimensión *autonomía* y la ansiedad en madres primíparas atendidas en el Hospital Regional Daniel Alcides Carrión – Pasco, 2025 Existe una relación significativa entre la salud mental en su dimensión *crecimiento personal* y la ansiedad en madres primíparas atendidas en el Hospital Regional Daniel Alcides Carrión – Pasco, 2025		

Panel fotográfico






HEROE
Y EN ESO SE
CONVIRTIÓ
A


B
A


B


B