



UNIVERSIDAD TÉCNICA DE COTOPAXI

FACULTAD DE CIENCIAS AGROPECUARIAS Y RECURSOS NATURALES

CARRERA DE TURISMO

PROYECTO DE INVESTIGACIÓN

**“ANÁLISIS DE LA RELACIÓN ENTRE EL TIPO DE TURISMO Y EL NIVEL
DE ESTRÉS DE LOS TURISTAS QUE VISITAN LA PROVINCIA DE
PICHINCHA”**

Proyecto de Investigación presentado previo a la obtención del Título de Licenciada en
Turismo

Autora:

Romero Gallardo Bertha Ipatia

Tutor:

Sampedro Arrieta Milton Alberto

LATACUNGA – ECUADOR

Febrero 2024

DECLARACIÓN DE AUTORÍA

Romero Gallardo Bertha Ipatia, con cédula de ciudadanía No. 1727507004, declaro ser autora del presente Proyecto de Investigación: **“DETALLAR ENTRE COMILLAS, MAYÚSCULAS Y NEGRILLAS EL TÍTULO DE LA INVESTIGACIÓN DEL TRABAJO DE TITULACIÓN”**, siendo el Ingeniero Mg. Milton Alberto Sampedro Arrieta, Tutor del presente trabajo; y, eximo expresamente a la Universidad Técnica de Cotopaxi y a sus representantes legales de posibles reclamos o acciones legales.

Además, certifico que las ideas, conceptos, procedimientos y resultados vertidos en el presente trabajo investigativo, son de mi exclusiva responsabilidad.

Latacunga, 12 de febrero del 2024



Bertha Ipatia Romero Gallardo
C.C: 1727507004
ESTUDIANTE

CONTRATO DE CESIÓN NO EXCLUSIVA DE DERECHOS DE AUTOR

Comparecen a la celebración del presente instrumento de cesión no exclusiva de obra, que celebran de una parte **ROMERO GALLARDO BERTHA IPATIA**, identificada con cédula de ciudadanía **1727507004** de estado civil soltera, a quien en lo sucesivo se denominará

LA CEDENTE; y, de otra parte, la Doctora Idalia Eleonora Pacheco Tigselema, en calidad de Rectora, y por tanto representante legal de la Universidad Técnica de Cotopaxi, con domicilio en la Av. Simón Rodríguez, Barrio El Ejido, Sector San Felipe, a quien en lo sucesivo se le denominará **LA CESIONARIA** en los términos contenidos en las cláusulas siguientes:

ANTECEDENTES: CLÁUSULA PRIMERA. - **LA CEDENTE** es una persona natural estudiante de la carrera de Turismo, titular de los derechos patrimoniales y morales sobre el trabajo de grado “**ANÁLISIS DE LA RELACIÓN ENTRE EL TIPO DE TURISMO Y EL NIVEL DE ESTRÉS DE LOS TURISTAS QUE VISITAN LA PROVINCIA DE PICHINCHA.**”, la cual se encuentra elaborada según los requerimientos académicos propios de la Facultad; y, las características que a continuación se detallan:

Historial Académico

Inicio de la carrera: octubre 2019 - marzo 2020

Finalización de la carrera: abril 2023 – agosto 2023

Aprobación en Consejo Directivo: 17 de abril del 2023

Tutor: Ing. Milton Alberto Sampedro Arrieta, Mg

Tema: “**ANÁLISIS DE LA RELACIÓN ENTRE EL TIPO DE TURISMO Y EL NIVEL DE ESTRÉS DE LOS TURISTAS QUE VISITAN LA PROVINCIA DE PICHINCHA.**”

CLÁUSULA SEGUNDA. - **LA CESIONARIA** es una persona jurídica de derecho público creada por ley, cuya actividad principal está encaminada a la educación superior formando profesionales de tercer y cuarto nivel normada por la legislación ecuatoriana la misma que establece como requisito obligatorio para publicación de trabajos de investigación de grado en su repositorio institucional, hacerlo en formato digital de la presente investigación.

CLÁUSULA TERCERA. - Por el presente contrato, **LA CEDENTE** autoriza a **LA CESIONARIA** a explotar el trabajo de grado en forma exclusiva dentro del territorio de la República del Ecuador.

CLÁUSULA CUARTA. - OBJETO DEL CONTRATO: Por el presente contrato **LA CEDENTE**, transfiere definitivamente a **LA CESIONARIA** y en forma exclusiva los siguientes derechos patrimoniales; pudiendo a partir de la firma del contrato, realizar, autorizar o prohibir:

- a) La reproducción parcial del trabajo de grado por medio de su fijación en el soporte informático conocido como repositorio institucional que se ajuste a ese fin.
- b) La publicación del trabajo de grado.
- c) La traducción, adaptación, arreglo u otra transformación del trabajo de grado con fines académicos y de consulta.
- d) La importación al territorio nacional de copias del trabajo de grado hechas sin autorización del titular del derecho por cualquier medio incluyendo mediante transmisión.
- e) Cualquier otra forma de utilización del trabajo de grado que no está contemplada en la ley como excepción al derecho patrimonial.

e) Cualquier otra forma de utilización del trabajo de grado que no está contemplada en la ley como excepción al derecho patrimonial.

CLÁUSULA QUINTA. - El presente contrato se lo realiza a título gratuito por lo que **LA CESIONARIA** no se halla obligada a reconocer pago alguno en igual sentido **LA CEDENTE** declara que no existe obligación pendiente a su favor.

CLÁUSULA SEXTA. - El presente contrato tendrá una duración indefinida, contados a partir de la firma del presente instrumento por ambas partes.

CLÁUSULA SÉPTIMA. - CLÁUSULA DE EXCLUSIVIDAD. - Por medio del presente contrato, se cede en favor de **LA CESIONARIA** el derecho a explotar la obra en forma exclusiva, dentro del marco establecido en la cláusula cuarta, lo que implica que ninguna otra persona incluyendo **LA CEDENTE** podrá utilizarla.

CLÁUSULA OCTAVA. - LICENCIA A FAVOR DE TERCEROS. - LA CESIONARIA podrá licenciar la investigación a terceras personas siempre que cuente con el consentimiento de **LA CEDENTE** en forma escrita.

CLÁUSULA NOVENA. - El incumplimiento de la obligación asumida por las partes en la cláusula cuarta, constituirá causal de resolución del presente contrato. En consecuencia, la resolución se producirá de pleno derecho cuando una de las partes comunique, por carta notarial, a la otra que quiere valerse de esta cláusula.

CLÁUSULA DÉCIMA. - En todo lo no previsto por las partes en el presente contrato, ambas se someten a lo establecido por la Ley de Propiedad Intelectual, Código Civil y demás del sistema jurídico que resulten aplicables.

CLÁUSULA UNDÉCIMA. - Las controversias que pudieran suscitarse en torno al presente contrato, serán sometidas a mediación, mediante el Centro de Mediación del Consejo de la Judicatura en la ciudad de Latacunga. La resolución adoptada será definitiva e inapelable, así como de obligatorio cumplimiento y ejecución para las partes y, en su caso, para la sociedad. El costo de tasas judiciales por tal concepto será cubierto por parte del estudiante que lo solicitare.

En señal de conformidad las partes suscriben este documento en dos ejemplares de igual valor y tenor en la ciudad de Latacunga, a los 12 días del mes de febrero del 2024.


Bertha Ipatia Romero Gallardo
LA CEDENTE

Dra. Idalia Pacheco Tigselema
LA CESIONARIA

AVAL DEL TUTOR DEL PROYECTO DE INVESTIGACIÓN

En calidad de Tutor del Proyecto de Investigación sobre el título:

“ANÁLISIS DE LA RELACIÓN ENTRE EL TIPO DE TURISMO Y EL NIVEL DE ESTRÉS DE LOS TURISTAS QUE VISITAN LA PROVINCIA DE PICHINCHA”, de Romero Gallardo Bertha Ipatia, de la carrera de Turismo, considero que el presente trabajo investigativo es merecedor del aval de aprobación al cumplir las normas, técnicas y formatos previstos, así como también ha incorporado las observaciones y recomendaciones propuestas en la pre-defensa.

Latacunga, 12 de febrero del 2024



Ing. Milton Alberto Sampedro Arrieta, Mg.
CC: 0602636987
DOCENTE TUTOR

AVAL DE APROBACIÓN DEL TRIBUNAL DE TITULACIÓN

En calidad de Tribunal de Lectores, aprobamos el presente Informe de Investigación de acuerdo a las disposiciones reglamentarias emitidas por la Universidad Técnica de Cotopaxi; y, por la Facultad de Ciencias Agropecuarias y Recursos Naturales; por cuanto, el postulante: Romero Gallardo Bertha Ipatia, con el título de Proyecto de Investigación: **“ANÁLISIS DE LA RELACIÓN ENTRE EL TIPO DE TURISMO Y EL NIVEL DE ESTRÉS DE LOS TURISTAS QUE VISITAN LA PROVINCIA DE PICHINCHA”**, ha considerado las recomendaciones emitidas oportunamente y reúne los méritos suficientes para ser sometido al acto de sustentación del trabajo de titulación.

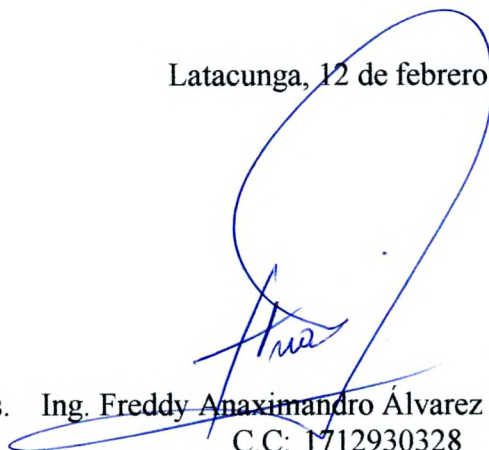
Por lo antes expuesto, se autoriza grabar los archivos correspondientes en un CD, según la normativa institucional.

Latacunga, 12 de febrero del 2024



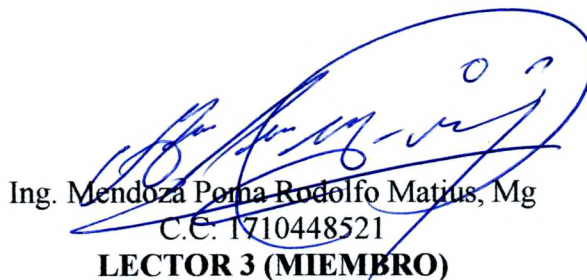
Lcdo. Manuel Antonio Abarca Zaquinaula, Mgs.
C.C: 1103989669

LECTOR 1 (PRESIDENTE)



Ing. Freddy Amaximandro Álvarez Lema, Mgs.
C.C: 1712930328

LECTOR 2 (MIEMBRO)



Ing. Mendoza Poma Rodolfo Matius, Mg
C.C: 1710448521

LECTOR 3 (MIEMBRO)

AGRADECIMIENTO.

Primeramente, agradezco a mi Dios todo poderoso, a mi niñito de Isinche por darme la fortaleza y sabiduría para terminar mi carrera universitaria.

Un agradecimiento profundo a mis amados Padres, Pedro y Rocío por su apoyo incondicional, tanto económico como sentimental para terminar mi carrera. También quiero mencionar el cariño, consejo, apoyo, por parte de mi Abuelito Hugo Romero quien en mi vida es una persona muy importante y le agradezco de lo más profundo de mi corazón por siempre estar ahí para mí.

Así mismo a mis preciosas hermanas, quien han estado conmigo en cada tristeza y alegría durante mi vida y en el proceso de mis estudios, gracias de todo corazón por su apoyo incondicional.

Finalmente agradezco a la Universidad Técnica de Cotopaxi por brindarme la oportunidad de ser parte de la institución, agradezco infinitamente a mi tutor Ing. Mg Milton Sampedro Arrieta y al Ing. Manuel Abarca por su paciencia y ayuda durante el proceso de investigación de mi proyecto de titulación y a todos los docentes de la carrera por los conocimientos brindados a lo largo de estos años.

Ipatia Romero Gallardo

DEDICATORIA.

Mi trabajo le dedico a Dios, ya que sin el nada sería posible, a mis Padres que gracias al sacrificio y esfuerzo han hecho que este sueño se haga realidad, sobre todo a mi Madre que es una mujer admirable, que para ella nada es imposible y es mi mayor inspiración. También a mi abuelito que siempre le llevo en mi corazón, a mis hermanas por la compañía y cariño en todo el transcurso de mi vida y de mis estudios.

Una dedicatoria especial a mi abuelita Piedad Recalde que desde el cielo me ha protegido, guiado por un buen camino, y que siempre que miro hacia arriba le agradezco por las bendiciones derramadas.

Finalmente le dedico al amor de mi vida, esté proyecto no ha sido fácil pero siempre estuvo motivándome, sacándome sonrisas, que no me desanime. Se lo agradezco desde lo más profundo de mi corazón.

Ipatia Romero Gallardo

UNIVERSIDAD TÉCNICA DE COTOPAXI
FACULTAD DE CIENCIAS AGROPECUARIAS Y RECURSOS
NATURALES

TÍTULO “ANÁLISIS DE LA RELACIÓN ENTRE EL TIPO DE TURISMO Y EL NIVEL DE ESTRÉS DE LOS TURISTAS QUE VISITAN LA PROVINCIA DE PICHINCHA”

Autor:
Romero Gallardo Bertha Ipatia

RESUMEN

El objetivo de la presente investigación fue determinar si existe o no relación entre el tipo de turismo y el nivel de estrés de los turistas que visitan la provincia de Pichincha. La investigación fue transversal de alcance relacional. Para el desarrollo del proyecto se utilizó el método de investigación bibliográfico como: Tesis, folletos, PDF, PDOT, Páginas web de la prefectura de Pichincha, Ministerio de Turismo, que permitieron identificar los tipos de turismos que practican en la Provincia de Pichincha que son: Turismo Cultural, Religiosos, Gastronómico, Turismo de Aventura, Natural y Ecoturismo. Además, establecer los niveles de estrés: sin estrés, estrés bajo, estrés medio y estrés alto. Por otra parte, para la selección de atractivos turísticos se utilizó un documento llamado atractivos Pichincha corte mayo 2023 y un Manual de atractivos turísticos que sirvió como guía para seleccionar los atractivos. Los atractivos seleccionados fueron 10 de jerarquía II y III en los distintos cantones de la Provincia de Pichincha: Monumento Virgen el Panecillo, Monumento a la Mitad del Mundo, Monumento a la Independencia, Plaza Central de Sangolquí, Iglesia de la Compañía Jesús, Iglesia Matriz de Machachi, Hornado de Sangolquí, Cascada del Amor, Cascada Mindo Nambillo y Mindo Canopy Adventure. En el segundo objetivo se utilizó como técnica la encuesta y como instrumento el test de estrés de Cohen (Test de estrés Percibido). Además, se llevó a cabo el cálculo de la muestra, al no encontrar datos exactos se aplicó la fórmula de población infinita. En el tercer objetivo se realizó la prueba estadística en el programa SPSS con el coeficiente de correlación de Spearman. Como resultado de las 385 encuestas se obtuvo que, el 40% de los encuestados pertenecen al grupo de 18-25 años, 32% al grupo de 26-35 años, 12% al grupo de 36-45 años, así mismo 12% al grupo de 46-55 años y solo el 4% al grupo de 56-65 años. Es decir, que la mayor parte de turistas en la provincia de Pichincha son jóvenes, Además, dependiendo del tipo de turismo existe el nivel de estrés, debido a varios factores en primer lugar con un 48% está el turismo Cultural, religioso con un 14,29% Gastronómico 10,39%, Turismo Natural 11,69%, Aventura 6,49%, Ecoturismo 9,09%. En la prueba estadística se obtuvo la correlación significativa 0,01 bilateral, el cual, muestra una relación entre las dos variables de estudio: tipo de turismo y nivel de estrés de los visitantes de la provincia de Pichincha, se concluye que la investigación aporta a identificar qué tipo de turismo se desarrolla en la provincia de Pichincha, conjuntamente con el análisis del nivel de estrés.

Palabras claves: Atractivos turísticos, Estrés, Pichincha, Turismo.

TECHNICAL UNIVERSITY OF COTOPAXI
FACULTY OF AGRICULTURAL SCIENCES AND NATURAL RESOURCES

**TITLE: “ANALYSIS OF THE RELATIONSHIP BETWEEN THE TYPE OF
TOURISM AND THE LEVEL OF STRESS OF TOURISTS VISITING THE
PROVINCE OF PICHINCHA”**

Author:

Romero Gallardo Bertha Ipatia

ABSTRACT

The objective of this research was to determine whether or not there is a relationship between the type of tourism and the stress level of tourists who visit the province of Pichincha. The research was transversal with a relational scope. For the development of the project, the bibliographic research method was used such as: Theses, brochures, PDF, PDOT, Web pages of the prefecture of Pichincha, Ministry of Tourism, which allowed us to identify the types of tourism that are practiced in the Province of Pichincha that are: Cultural Tourism, Religious, Gastronomic, Adventure Tourism, Natural and Ecotourism. Also, establish stress levels: no stress, low stress, medium stress and high stress. On the other hand, for the selection of tourist attractions, a document called Pichincha attractions court May 2023 and a Manual of tourist attractions that served as a guide to select the attractions were used. The selected attractions were 10 of hierarchy II and III in the different cantons of the Province of Pichincha: Virgen el Panecillo Monument, Monument to the Middle of the World, Monument to Independence, Central Plaza of Sangolquí, Church of the Compañía Jesús, Matriz Church of Machachi, Hornado de Sangolquí, Cascada del Amor, Mindo Nambillo Waterfall and Mindo Canopy Adventure. In the second objective, the survey was used as a technique and the Cohen stress test (Perceived Stress Test) was used as an instrument. In addition, the sample calculation was carried out; since no exact data was found, the infinite population formula was applied. In the third objective, the statistical test was carried out in the SPSS program with the Spearman correlation coefficient. As a result of the 385 surveys, it was obtained that 40% of the respondents belong to the group of 18-25 years, 32% to the group of 26-35 years, 12% to the group of 36-45 years, likewise 12% to the group of 46-55 years and only 4% to the group of 56-65 years. That is to say, the majority of tourists in the province of Pichincha are young. In addition, depending on the type of tourism, there is a level of stress, due to several factors, in first place with 48% is Cultural and Religious tourism with 14%. 29% Gastronomic 10.39%, Natural Tourism 11.69%, Adventure 6.49%, Ecotourism 9.09%. In the statistical test, a significant bilateral correlation of 0.01 was obtained, which shows a relationship between the two study variables: type of tourism and stress level of visitors to the province of Pichincha. It is concluded that the research contributes to identify what type of tourism is developed in the province of Pichincha, together with the analysis of the stress level.

Keywords: Tourist attractions, Stress, Pichincha, Tourism.

INDICE DE CONTENIDOS

DECLARACIÓN DE AUTORÍA.....	ii
CONTRATO DE CESIÓN NO EXCLUSIVA DE DERECHOS DE AUTOR.....	iii
AVAL DEL TUTOR DEL PROYECTO DE INVESTIGACIÓN.....	v
AVAL DE LOS LECTORES DEL PROYECTO DE INVESTIGACIÓN.....	vi
AGRADECIMIENTO.....	vii
DEDICATORIA.....	viii
RESUMEN.....	ix
ABSTRACT.....	x
INDICE DE CONTENIDOS.....	xi
INDICE DE TABLAS.....	xiv
INDICE DE FIGURAS.....	xvi
INFORMACIÓN GENERAL.....	1
JUSTIFICACIÓN DEL PROYECTO.....	2
1. BENEFICIARIOS.....	3
1.1. Beneficiarios directos.....	3
1.2. Beneficiarios indirectos.....	4
2. PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN.....	4
3. OBJETIVOS.....	7
3.1. General.....	7
3.2. Específicos.....	7
4. ACTIVIDADES Y SISTEMA DE TAREAS.....	7
5. FUNDAMENTACIÓN TÉCNICO CIENTÍFICA.....	9
5.1. Marco Legal.....	9
5.1.1. Constitución de la República del Ecuador.....	9

5.1.2.	Ley de Turismo Código	10
5.1.3.	Ética Mundial para el Turismo	11
5.2.	Marco Teórico	12
5.2.1.	Turismo	12
5.2.2.	Características	13
5.2.3.	Tipos de Turismo	13
5.2.4.	Ecoturismo	16
5.2.5.	Oferta Turística	17
6.	Salud Mental	20
6.1.	Estrés.....	20
Tabla 4	22
Efectos comunes del estrés.	22
6.1.2.	Nivel de estrés.....	22
6.1.3.	Tipos de estrés.....	22
6.2.	Emociones	23
6.3.	Test psicométrico.....	24
7.	Marco teórico del tipo de investigación	24
7.1.2.	Estudio Transversal.....	24
7.1.3.	Alcance Relacional	24
7.1.4.	Enfoque Cuantitativo	25
7.1.5.	Método analítico-sintético	25
7.1.6.	Método descriptivo	25
7.1.7.	Investigación Documental	26
7.1.8.	Investigación Bibliográfica.....	26
7.1.9.	Base de Datos EXCEL.....	26
7.1.10.	SPSS.....	26
7.1.11.	Pruebas Estadísticas	27
7.1.12.	Coefficiente de correlación de rho de Spearman	27
7.1.13.	Tau_b de Kendall.....	28
7.1.14.	Correlación.....	28
8.	VALIDACIÓN DE LA HIPÓTESIS	29
9.	METODOLOGÍA.....	29

9.1.	Objetivo uno	29
	Revisión Bibliográfica	29
9.1.1.	Descripción del área de estudio	30
9.1.2.	Limites	30
9.1.3.	Altitud	30
9.1.4.	Superficie	30
9.1.5.	Clima.....	31
9.1.6.	Temperatura	31
9.1.7.	Turismo	31
9.1.8.	Tipos de Turismos.....	31
9.1.9.	Atractivos Seleccionados	35
	Selección de los atractivos más visitados y de mejor jerarquía para el estudio.	35
9.1.10.	Instrumento de la recolección de Datos	37
9.1.11.	Instrumento de recolección de datos con respecto al nivel de estrés.	42
9.2.	Objetivo dos.....	43
9.2.2.	Cálculo del tamaño de la Muestra.....	47
9.2.3.	Actividad cuatro: Elaboración de un cronograma.	48
9.3.	Objetivo tres	49
9.3.1.	Actividad uno: Prueba estadística.....	49
9.3.2.	Actividad dos: Analizar la correlación de las variables.....	50
10.	ANÁLISIS Y DISCUSIÓN DE RESULTADOS	50
10.1.	Perfil del Turista	50
10.2.	Caracterización de la variable de estudio	51
10.3.	Nivel de estrés según los tipos de turismo	60
10.3.1.	Nivel de estrés del tamaño de la muestra.....	61
10.3.2.	Turismo Cultural.....	61
10.3.3.	Turismo Religioso.....	62
10.3.4.	Turismo Gastronómico	63
10.3.5.	Turismo de Aventura	63
10.3.6.	Turismo Natural	64
10.3.7.	Ecoturismo	65

10.4.	Clasificación de los niveles de estrés	65
	Nivel de estrés de la pregunta 7	69
11.	Análisis de la Prueba Estadística	73
12.	IMPACTOS DEL PROYECTO	76
12.1.	Impactos Sociales	76
12.2.	Impactos Económicos.....	76
13.	CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES	77
13.1.	Conclusiones.....	77
13.2.	Recomendaciones	79
14.	REFERENCIAS.....	80
15.	ANEXOS	87
	Anexo 2. Fotografías de evidencia	87

INDICE DE TABLAS

Tabla 1.	Lugares seleccionados para la investigación.	3
Tabla 2.	Beneficiario Directos.	4
Tabla 3.	Sistematización de tareas.	7
Tabla 4.	Efectos comunes del estrés.	22
Tabla 5	Tipos de turismos en la Provincia de Pichincha.	32
Tabla 6.	Jerarquías.	34
Tabla 7.	Atractivos Seleccionados con Jerarquía III de la Provincia de Pichincha.....	36
Tabla 8.	Atractivos Seleccionados con Jerarquía III de la Provincia de Pichincha.....	37
Tabla 9.	Matriz de Comparación.....	38

Tabla10. Test de estrés Percibido (Test de Cohen)	43
Tabla 11. Escala de los niveles de estrés.	47
Tabla 12	49
Cronograma de recolección de datos en los atractivos turísticos seleccionados.	49
Tabla 13. Nivel de estrés de la pregunta 1	66
Tabla 14. Nivel de estrés de la pregunta 2	66
Tabla15. Nivel de estrés de la pregunta 3	67
Tabla16. Nivel de estrés de la pregunta 4	67
Tabla 17. Nivel de estrés de la pregunta 5	68
Tabla 18. Nivel de estrés de la pregunta 6	68
Tabla 19. Nivel de estrés de la pregunta 7	69
Tabla 20. Nivel de estrés de la pregunta 8	69
Tabla 21. Nivel de estrés de la pregunta 9	70
Tabla 22. Nivel de estrés de la pregunta 10	70
Tabla 23. Niveles de estrés generales de cada pregunta	71
Tabla 24. Datos estadísticos de los niveles de estrés más frecuentes en el turista.....	72

INDICE DE FIGURAS

Figura 1. Mapa de cantones de la Provincia de Pichincha.....	30
Figura 2. Edad.....	51
Figura 3. Género	52
Figura 4. Afecciones de ánimo	52
Figura 5. Incapacidad de controlar las situaciones	53
Figura 6. Frecuencia de nerviosismo o estrés	54
Figura 7. Manejo de problemas	54
Figura 8. Sentido de eficiencia	55
Figura 9. Afrontamiento de situaciones.....	56
Figura 10. Control de dificultades de la vida.....	57
Figura 11. Control de situaciones de ira	58
Figura 12. Enfado en las situaciones de la vida.....	59
Figura 13. Acumulación de situaciones graves	60
Figura 14. SemafORIZACIÓN de los niveles de estrés de un turista	65

INFORMACIÓN GENERAL

Título

Análisis de la relación entre el tipo de turismo y el nivel de estrés de los turistas que visitan la provincia de Pichincha.

Lugar de Ejecución

Provincia de Pichincha.

Institución, unidad académica y carrera que auspicia.

Universidad Técnica de Cotopaxi

Facultad de Ciencias Agropecuarias y Recursos Humanos

Licenciatura en Turismo

Proyecto vinculado

El tipo de Turismo y el nivel de estrés

Nombre del equipo de investigación

Tutor: Sampedro Arrieta Milton Alberto Ing. Mg.

Correo electrónico institucional: milton.sampedro@utc.edu.ec

Número telefónico: 0984509068

Estudiante – Investigador: Bertha Ipatia Romero Gallardo

Correo electrónico institucional: bertha.romero7004@utc.edu.ec

Número telefónico: 0994016187

Área de conocimiento

Servicios Personales

Líneas de investigación

Planificación y gestión del servicio sostenible

Sub-línea de investigación

Análisis del turismo.

JUSTIFICACIÓN DEL PROYECTO

El desarrollo del presente trabajo de investigación es conocer la relación entre el tipo de turismo y el nivel de estrés de los turistas que visitan la provincia de Pichincha, ya que, se basa en la necesidad existente de la reactivación económica, sobre todo en el turismo, debido a que este tiene una influencia directa en el país. La importancia de este estudio radica en que existen pocas investigaciones que analizan la problemática del turismo asociado con los aspectos emocionales del turista, es decir, que no se tiene una descripción correcta sobre la práctica del turismo y el estado emocional de los mismos, que sin duda es una realidad que debe ser considerada con más atención.

En este sentido, el proyecto resulta innovador ya que, al no existir investigaciones relacionadas de forma nacional con el tema sobre la demanda turística asociada con el aspecto emocional, proporciona un enfoque mayor al ya conocido, demostrando así su justificación metodológica al emplear una serie de instrumentos, que permiten medir la influencia del estrés dentro de los turistas que visitan la Provincia de Pichincha.

Así mismo, resulta influyente ya que ayuda a la creación de nuevas estrategias que potencien esta actividad, beneficiando el sector turístico; al crear diferentes áreas y dimensiones que apoyen de manera económica consecuentemente a la provincia, demostrando así que la implicación que existe por parte de los guías turísticos por la preocupación hacia las emociones del turista es palpable en cada momento.

Por lo cual, será beneficioso para las personas que tienen ingresos de manera indirecta a partir de las actividades turísticas y los profesionales de esta rama para que se amplie el campo laboral. Demostrando que toda persona experimenta estrés ya sea por problemas en la escuela, trabajos, discusiones, deudas, desequilibrio de emociones, prácticamente es una reacción humana natural al miedo, la tensión y el peligro que prevalecen en la sociedad

contemporánea. Por ello, el turismo puede ser un gran aporte para disminuir los niveles de tensión y ansiedad, pero sobre todo para reactivar esta actividad en el aspecto económico.

1. BENEFICIARIOS

1.1. Beneficiarios directos

Los beneficiarios directos en este caso corresponden a la provincia de Pichincha, es decir, a todos los sitios turísticos que existen en la provincia ya que, los resultados que se encuentren en los lugares seleccionados reflejados en la Tabla 1.

Tabla 1

Lugares de Investigación Seleccionados

Lugares de Investigación Seleccionados	
Monumento de la Virgen del Panecillo	1
Monumento la Mitad del Mundo	1
Monumento a la Independencia	1
Iglesia Matriz de Machachi	1
Iglesia a la Compañía de Jesús	1
Hornado de Sangolquí	1
Plaza Central de Sangolquí	1
Mindo Canopy Adventure	1
Cascada Mindo – Nambillo	1
Cascada del Amor	1

Nota: La tabla representa los sitios turísticos considerados dentro de la investigación al tener una jerarquía de II, III y un alto índice de visitantes.

Tabla 2*Beneficiario Directos.*

Beneficiarios Directos	
Prestadores de servicios Pichincha-Quito (transporte turístico, bebidas, intermediación, operadores, turísticos, Alojamiento, alimentos.	6773
Personas extranjeras que visitan el país por motivo de turismo.	724.881

Nota: (Instituto Nacional de Estadística y Censos INEC, 2022).

1.2. Beneficiarios indirectos

Los beneficiarios indirectos, corresponden a los estudiantes de la carrera de Turismo de la Universidad Técnica de Cotopaxi que son 440, el equipo docente y la comunidad científica de la carrera de turismo, por el aporte que provoca la investigación en esta rama de educación.

2. PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN

La industria turística se ha visto muy afectada por las restricciones desde la pandemia, afectando a los proveedores de servicios turísticos y a los turistas debido a que no podían explorar diferentes lugares, lo que genera mucho estrés. Capdevila (2005) menciona que “el estrés está relacionado con muchas de las principales enfermedades de nuestros días, como enfermedades cardíacas, cirrosis hepática, enfermedades respiratorias, e incluso accidentes, suicidio o envejecimiento prematuro” (p. 41). Es decir, que el estrés es un factor detonante para diversas patologías que ponen en un alto riesgo de vida al turista al padecer alguna enfermedad específica, que al sumarle el estrés hace que todo el sistema nervioso se altere, frente a esto, muchas personas optan por el turismo como forma de distracción.

Un estudio de la Universidad de Calgary (citado en Europa Press Turismo, 2019) en Canadá demostró que viajar puede ayudar a reducir los niveles de estrés y reducir el riesgo de depresión. Sin embargo, existe un tipo de ansiedad relacionada con los viajes que ocurre durante el período de espera llamado estrés vacacional, que es causado por el estrés de prepararse para el trabajo. Por eso, la planificación de las vacaciones debe ser realistas y evitar demasiada actividad y altas expectativas, que luego pueden llevar a la insatisfacción.

Es necesario recalcar que a partir del confinamiento en la pandemia los niveles de estrés y mortalidad aumentaron, lo que provoca que disminuya las divisas para el turismo, sin embargo, el estrés académico y laboral son problemas que existen desde antes de la pandemia y por ello para quienes están inmersos en el área del turismo es necesario que comiencen a relacionar como la problemática del estrés afecta a las actividades turísticas. En este sentido, el Programa de las Naciones Unidas para el Desarrollo (PNUD) en un estudio acerca de la problemática del estrés a nivel mundial, indica que en Ecuador un 62% de la población experimenta situaciones de estrés y preocupación, que termina siendo un factor considerable para el Desarrollo Humano (Puchaicela, et al., 2022). Además, se puede evidenciar que, en Ecuador, en el año 2020 las tres principales causas de muerte fueron: 15.490 casos por la COVID-19 confirmado un total de 13,5%, 8.303 casos sospechosos de la COVID-19 con un 7,2% y 15.639 por enfermedades isquémicas del corazón con un 13,5% (INEC, 2020). A diferencia de los anteriores años aumento la mortalidad debido al covid-19, ya que fue un año muy difícil y trágico debido al virus, la mayoría de los ciudadanos se quedaron sin trabajo, sin dinero, con deudas, y sobre todo la preocupación del contagio, también se evidencia 880 fallecidos por suicidio, ya sea por problemas financieros, depresión, trastorno emocional, enfermedad terminal y por otras muchas razones, también el estrés es una sensación de tensión física o emocional, que a la persona le hace sentir furioso, nervioso o frustrado, dañando la salud y llevando a tomar malas decisiones con la vida propia.

Según un estudio realizado por INEC el primer lugar con estrés es para la provincia de Pichincha, la violencia y el desempleo son factores que aumentan la ansiedad y el estrés. Los altos niveles de estrés en la población son debido a que carecen de trabajo ya que es una fuente indispensable para vivir. Por otra parte, la provincia de Pichincha se destaca por su diversidad de destinos turísticos, pero ha sido un desafío para las empresas turísticas recuperar la estabilidad económica debido a la falta de información clara sobre las preferencias turísticas para incentivar a los turistas a visitar la provincia.

Es decir, que el turismo es muchas veces vista como una solución para calmar el estrés y muchos otros problemas que a causa de la pandemia se han tornado más graves, sobre todo para la salud mental de los turistas que aún ya habiendo declarado por parte de la OMS que la pandemia ha finalizado tienen miedo de viajar a otros países por las secuelas que existen. Para reducir el riesgo de estas enfermedades los médicos recomiendan ejercicio, una dieta saludable o técnicas de relajación, desde el punto de vista del turismo hay que considerar aquellas actividades que implican esfuerzo físico o relajación ayudan a reducir el estrés.

La importancia de este estudio es que proporciona información importante para desarrollar estrategias de acuerdo a las necesidades de los turistas y ayuda a mejorar los servicios turísticos. También proporciona conocimiento para futuras investigaciones sobre los niveles de estrés de los turistas y los tipos de turismo que practican.

3. OBJETIVOS

3.1.General

Correlacionar el tipo de turismo con el nivel de estrés de los turistas, mediante un estudio relacional que permita el análisis existente entre las dos variables.

3.2.Específicos

- Elaborar una base de datos teórica para la selección de los mejores instrumentos de recolección y de los tipos de turismo que practican.
- Sistematizar la información obtenida en la aplicación de instrumentos, para la caracterización de las variables de estudio.
- Definir la correlación entre el tipo de turismo y el nivel de estrés de los turistas que visitan la provincia.

4. ACTIVIDADES Y SISTEMA DE TAREAS

Tabla 3

Sistematización de tareas.

Objetivo	Actividades	Resultado esperado	Medios de verificación
Elaborar una base de datos teórica para la selección de los mejores instrumentos de recolección y de los tipos de turismo que practican.	<ul style="list-style-type: none"> • Seleccionar los mejores instrumentos de relación de datos para el estudio. • Diseñar una matriz de los tipos de turismo que se practican en la provincia de Pichincha 	Base de datos para el estudio.	Técnica bibliográfica Listado de referencias de Word
Sistematizar la información	<ul style="list-style-type: none"> • Seleccionar la técnica de muestreo más 	Gráficos estadísticos	Técnica de la encuesta.

<p>obtenida en la aplicación de instrumentos, para la caracterización de las variables de estudio.</p>	<p>adecuada para el estudio.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Seleccionar los atractivos más visitados y de mejor jerarquía para el estudio. 	<p>de preguntas del cuestionario</p>	<p>Aplicación de la prueba del estrés</p>
<p>Definir la correlación entre el tipo de turismo y el nivel de estrés de los turistas que visitan la provincia.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Elaboración de un cronograma de salida de campo para la aplicación de las encuestas. • Elaborar la base de datos en una hoja de Excel. • Realizar la prueba estadística de asociación en el programa SPSS. • Analizar la realización existente entre el tipo de turismo y el nivel de estrés. 	<p>Comparación de la hipótesis de la investigación</p>	<p>Estadística y rangos descriptivos del nivel de estrés en los turistas de la provincia de Pichincha</p>

Nota: Elaborado por Bertha Romero. Esta tabla describe las tareas que se han desarrollado para el cumplimiento de los objetivos específicos planteados.

5. FUNDAMENTACIÓN TÉCNICO CIENTÍFICA

5.1.Marco Legal

5.1.1. Constitución de la República del Ecuador

Derechos de la naturaleza - Capítulo séptimo

Art. 71.- “La naturaleza o Pacha Mama, donde se reproduce y realiza la vida, tiene derecho a que se respete integralmente su existencia y el mantenimiento y regeneración de sus ciclos vitales, estructura, funciones y procesos evolutivos” (Constitución de la República del Ecuador, 2008, pág. 33). En otras palabras, la Constitución ecuatoriana reconoce la importancia de preservar y proteger el equilibrio y la integridad de la naturaleza, reconociendo que esta es fundamental para la vida y el bienestar de las personas y del planeta en su conjunto.

Principios generales - Capítulo primero – Título VI

Art. 275.- “El régimen de desarrollo es el conjunto organizado, sostenible y dinámico de los sistemas económicos, políticos, socioculturales y ambientales, que garantizan la realización del buen vivir, del Sumak Kawsay” (Constitución de la República del Ecuador, 2008, pág. 89). En resumen, el régimen de desarrollo busca promover un modelo de desarrollo que asegure el bienestar humano en equilibrio con el medio ambiente y los valores culturales de la sociedad ecuatoriana.

Gestión del riesgo - Sección novena

Art. 389.- “El Estado protegerá a las personas, las colectividades y la naturaleza frente a los efectos negativos de los desastres de origen natural o antrópico mediante la prevención ante el riesgo, la mitigación de desastres, la recuperación y mejoramiento de las condiciones sociales, económicas y ambientales, con el objetivo de minimizar la condición de vulnerabilidad” (Constitución de la República del Ecuador, 2008, pág. 118). Esta protección se logra a través de medidas de prevención de riesgos, mitigación de desastres, y la recuperación

y mejora de las condiciones sociales, económicas y ambientales afectadas. El objetivo principal es reducir la vulnerabilidad de la población y promover la resiliencia ante situaciones de emergencia o desastre.

5.1.2. Ley de Turismo Código

Generalidades – Capítulo I

Art. 3.- Son principios de la actividad turística, los siguientes: a) La iniciativa privada como pilar fundamental del sector; con su contribución mediante la inversión directa, la generación de empleo y promoción nacional e internacional; b) La participación de los gobiernos provincial y cantonal para impulsar y apoyar el desarrollo turístico, dentro del marco de la descentralización; c) El fomento de la infraestructura nacional y el mejoramiento de los servicios públicos básicos para garantizar la adecuada satisfacción de los turistas. (Ley de Turismo, 2014, pág. 1). Destaca la importancia de la participación de los gobiernos provinciales y cantonales en el impulso y apoyo al desarrollo turístico, dentro del marco de la descentralización administrativa.

Las Actividades Turísticas y Quienes las Ejercen – Capítulo II

Art. 12.- “Cuando las comunidades locales organizadas y capacitadas deseen prestar servicios turísticos, recibirán del Ministerio de Turismo o sus delegados, en igualdad de condiciones todas las facilidades necesarias para el desarrollo de estas actividades, las que no tendrán exclusividad de operación en el lugar en el que presten sus servicios y se sujetarán a lo dispuesto en esta Ley y a los reglamentos respectivos” (Ley de Turismo, 2014, pág. 5). Este enfoque busca fomentar la participación de las comunidades locales en la actividad turística, brindando igualdad de oportunidades y apoyo para su desarrollo en el sector.

En Las Disposiciones – Capítulo XI

Art. 54.- “En lo que no estuviere previsto en esta Ley, y en lo que fuere aplicable se observará el Código Ético Mundial para el Turismo, aprobado por La Organización Mundial del Turismo, en Santiago de Chile” (Ley de Turismo, 2014, pág. 12).

5.1.3. Ética Mundial para el Turismo

El turismo, actividad beneficiosa para los países y las comunidades de destino.

1. Las poblaciones y comunidades locales se asociarán a las actividades turísticas y tendrán una participación equitativa en los beneficios económicos, sociales y culturales que reporten, especialmente en la creación directa e indirecta de empleo a que den lugar.
2. Las políticas turísticas se organizarán de modo que contribuyan a mejorar el nivel de vida de la población de las regiones visitadas y respondan a sus necesidades. La concepción urbanística y arquitectónica y el modo de explotación de las estaciones y de los medios de alojamiento turístico tenderán a su óptima integración en el tejido económico y social local. En igualdad de competencia, se dará prioridad a la contratación de personal local.
3. Se prestará particular atención a los problemas específicos de las zonas litorales y de los territorios insulares, así como de las frágiles zonas rurales y de montaña, donde el turismo representa con frecuencia una de las escasas oportunidades de desarrollo frente al declive de las actividades económicas tradicionales.
4. Las autoridades tienen la misión de asegurar la protección de los turistas y visitantes y de sus bienes. En ese cometido, prestarán especial atención a la seguridad de los turistas extranjeros, por su particular vulnerabilidad. Con ese fin, facilitarán el establecimiento de medios de información, prevención, protección, seguro y asistencia específicos que correspondan a sus necesidades. Los atentados, agresiones, secuestros o amenazas dirigidos contra turistas o trabajadores del sector turístico, así como la destrucción

intencionada de instalaciones turísticas o de elementos del patrimonio cultural o natural, de conformidad con la legislación nacional respectiva deben condenarse y reprimirse con severidad.

5. En sus desplazamientos, los turistas y visitantes evitarán todo acto criminal o considerado delictivo por las leyes del país que visiten, y cualquier comportamiento que pueda resultar chocante o hiriente para la población local, o dañar el entorno del lugar. Se abstendrán de cualquier tipo de tráfico de drogas, armas, antigüedades, especies protegidas, y productos y sustancias peligrosos o prohibidos por las reglamentaciones nacionales.

Los turistas y visitantes tienen la responsabilidad de recabar información, desde antes de su salida, sobre las características del país que se dispongan a visitar. Asimismo, serán conscientes de los riesgos de salud y seguridad inherentes a todo desplazamiento fuera de su entorno habitual, y se comportarán de modo que minimicen esos riesgos (Código Ético Mundial para el Turismo (GCET), 1999).

5.2.Marco Teórico

5.2.1. Turismo

El turismo es el movimiento temporal y voluntario de personas. Este concepto debe incluir las relaciones humanas involucradas y la prestación de servicios. Aunque los motivos de los viajes varían, suelen estar relacionados con la recreación (Parker, 2021). Desde una perspectiva social, cultural y económica, el turismo es extremadamente significativo. Ya que, contribuye a un aumento significativo de la inversión en proyectos de edificación e infraestructura, lo que se traduce en un mayor nivel de desarrollo en las zonas afectadas. También reduce las tasas de desempleo y mejora la calidad y frecuencia de las opciones de transporte, así como la cantidad de divisas disponibles para las comunidades.

Desde una perspectiva cultural, es muy beneficioso porque no solo permite la apreciación de la cultura, las tradiciones, la geografía, las artesanías y otros aspectos de los miembros de la comunidad fuera de la comunidad, sino que también permite la apreciación y la conciencia dentro de la misma comunidad. En un escenario donde conviven e intercambian ideas y tradiciones personas de diversos orígenes.

5.2.2. Características

El turismo posee una serie de características que deben incluir lo siguiente, según la Organización Mundial del Turismo de las Naciones Unidas (2021):

- El uso óptimo de los recursos ambientales, que es importante para el crecimiento de la industria del turismo, así como la preservación de los procesos ecológicos vitales y la biodiversidad y el patrimonio natural.
- Respetar la autenticidad sociocultural de las comunidades anfitrionas, proteger sus valores tradicionales y su patrimonio cultural construido y vivo, y promover la tolerancia intercultural.
- Garantizar la viabilidad a largo plazo de las actividades económicas ofreciendo beneficios socioeconómicos distribuidos equitativamente a todas las partes, como empleo estable y oportunidades de generación de ingresos, servicios sociales para las comunidades anfitrionas y ayuda para aliviar la pobreza.

5.2.3. Tipos de Turismo

Existen distintos tipos de turismo en el mundo, y se diferencian de acuerdo con la función del tema que aborde dicho turismo, para lo cual se tiene la siguiente clasificación:

Desde el punto de vista de la cantidad de personas

- Turismo Individual. Este tipo de viaje se realiza solo o sin compañía. En ocasiones, los viajes en familia o con un pequeño grupo de amigos pueden considerarse dentro de

esta categoría, porque se compara con el turismo de masas que representa el movimiento de más personas de un punto geográfico a otro.

- Turismo en grupo. Es el turismo que se realiza con un grupo de personas, sean conocidas por los turistas o no.

Desde el punto de vista de las actividades

A) Turismo aventura.

La Organización Mundial del Turismo define al turismo de aventura como “los viajes realizados por los turistas en busca de actividades generalmente (pero no necesariamente) orientadas a la práctica de ejercicio físico, y que suelen realizarse en zonas remotas o relativamente inexploradas” (OMT, 2002). Este tipo de turismo busca proporcionar experiencias emocionantes y estimulantes a los viajeros, quienes se ven inmersos en entornos naturales y desafiantes.

B) Turismo tradicional.

Como lo expresa (Acerenza , 2010) citado por Mantilla “Recibe esta denominación por el volumen de turistas que participan en él y el alto grado de concentración espacial, la cual puede llegar a superar en muchos casos, la capacidad soportante de los recursos naturales o culturales allí existentes”. En otras palabras, el turismo de masas se identifica por la gran afluencia de visitantes en un área específica, lo que puede generar presión sobre el entorno y sus recursos, pudiendo llegar a causar problemas de sostenibilidad y degradación del destino turístico.

Desde el punto de vista del objetivo

A) Turismo Cultural

El turismo cultural es una forma popular de turismo a nivel global, que se centra en la comprensión y exploración de las vivencias, tradiciones, historia, gastronomía y actividades cotidianas de una nación o región. Esta práctica atrae a numerosos viajeros extranjeros que

buscan experimentar la vida desde una perspectiva distinta, sumergiéndose en la riqueza cultural y la diversidad de cada destino. El turismo cultural ofrece una oportunidad única para aprender, apreciar y conectar con las expresiones culturales de una comunidad, contribuyendo así a la promoción del intercambio cultural y el entendimiento entre diferentes culturas. Además, menciona (CEUPE, s.f.) “El turismo cultural se define como aquellas actividades que realiza un turista para presenciar, estudiar y aprender las características culturales que un destino geográfico posee y ofrece como producto turístico”.

B) Turismo Arqueológico

A este tipo de turismo lo definen como:

El hecho de desplazarse a otros sitios con el ánimo de visitar y explorar sitios arqueológicos, definidos a su vez como “lugares en los cuales se ha preservado evidencia de actividades que han sucedido en el pasado (ya sean prehistóricas, históricas o casi contemporáneas), y que hayan sido investigadas utilizando la disciplina de la arqueología, significando que el sitio representa parte del registro arqueológico” (Moreno, 2022).

El turismo arqueológico implica viajar a diferentes lugares con el propósito de visitar y explorar sitios que contienen evidencia preservada de actividades pasadas, investigadas a través de la disciplina de la arqueología. Estos lugares, conocidos como sitios arqueológicos, pueden abarcar desde vestigios prehistóricos hasta evidencia histórica o casi contemporánea.

El turismo arqueológico implica viajar a diferentes lugares con el propósito de visitar y explorar sitios que contienen evidencia preservada de actividades pasadas, investigadas a través de la disciplina de la arqueología. Estos lugares, conocidos como sitios arqueológicos, pueden abarcar desde vestigios prehistóricos hasta evidencia histórica o casi contemporánea.

C) Turismo Gastronómico

El comité de Turismo y Competitividad menciona (CTC, s.f.) “El turismo gastronómico como un tipo de actividad turística que se caracteriza por el hecho de que la experiencia del visitante cuando viaja está vinculada con la comida y con productos y actividades afines”. El turismo gastronómico se ha convertido en una tendencia creciente a nivel mundial, ya que cada vez más personas buscan vivir experiencias auténticas y profundizar en la diversidad culinaria de diferentes lugares.

Desde el punto de vista de la distancia

A) Turismo doméstico.

A este tipo de turismo “comprende a los residentes del país en el que se elaboran las cuentas y que se desplazan al interior de ese mismo país” (CAMARA DE DIPUTADOS). Se realiza dentro del mismo territorio nacional de residencia del turista.

B) Turismo internacional.

Este tipo de turismo “Se refiere esencialmente a las actividades realizadas por los visitantes, también conocidas como la economía del visitante. La industria del turismo abarca toda la actividad que tiene lugar dentro de la economía de los visitantes” (CURSOS TURISMO, s.f.). Excede las fronteras del país de residencia del turista.

5.2.4. Ecoturismo

La Unión Mundial para la Naturaleza (IUCN) menciona al Ecoturismo como “aquella modalidad turística ambientalmente responsable consistente en viajar o visitar áreas naturales relativamente sin disturbar con el fin de disfrutar, apreciar y estudiar los atractivos naturales (paisaje, flora y fauna silvestres) de dichas áreas, así como cualquier manifestación cultural (del presente y del pasado) que puedan encontrarse ahí, a través de un proceso que promueve

la conservación, tiene bajo impacto ambiental y cultural y propicia un involucramiento activo y socio económicamente benéfico de las poblaciones locales”. (ECOTURISMO, 2007).

Al ecoturismo también se le menciona “como motivación principal la contemplación, disfrute y/o conocimiento del medio natural, con diferentes grados de profundidad. Las visitas a espacios naturales, la observación de flora y fauna o la interpretación de la naturaleza son actividades encuadradas en este segmento. En Extremadura los espacios naturales protegidos juegan un papel muy importante como focos de atracción turística y constituyen las principales metas elegidas en la práctica del ecoturismo” (Hernández Mogollón, s.f., pág. 218). El ecoturismo se caracteriza por su enfoque en la contemplación, disfrute y conocimiento del medio natural, con diferentes niveles de profundidad. Involucra actividades como visitas a espacios naturales, observación de flora y fauna, y la interpretación de la naturaleza. En Extremadura, los espacios naturales protegidos desempeñan un papel crucial como destinos turísticos y son las principales áreas elegidas para la práctica del ecoturismo. Este enfoque resalta la importancia de conservar y preservar los recursos naturales mientras se promueve el turismo sostenible y la apreciación de la biodiversidad.

En resumen, el ecoturismo se trata de viajar de manera responsable y consciente, con el propósito de apreciar y preservar la belleza y la biodiversidad del mundo natural, al tiempo que se contribuye al desarrollo sostenible de las comunidades locales.

5.2.5. Oferta Turística

El término "oferta turística" se refiere a un conjunto de bienes y servicios que se relacionan con un área geográfica y sociocultural determinada, y cuyo propósito es permitir, facilitar y promover el uso de los atractivos turísticos de esa área. Los proveedores o vendedores deben querer y poder vender estos bienes y servicios para poder participar en la industria turística (Puyó, 2021). La combinación de atractivos turísticos, productos y servicios de un lugar específico que se ofrecen en el mercado a un precio y por un tiempo específico para

ser utilizados o consumidos por los turistas, junto con la creación de una campaña de marketing efectiva dirigida a los potenciales clientes, una estrategia de distribución y una estructura de precios que tiene en cuenta las características del mercado objetivo, se denomina producto turístico.

5.2.6. Demanda Turística

La demanda se puede medir contabilizando el total de turistas que concurren a una región, país, zona, centro turístico o atractivo, y a los ingresos que generan, y si se quiere profundizar el análisis midiendo cómo se distribuyen esos datos entre los distintos tipos de servicios que se ofrecen en esas mismas unidades (Boullón, 2006, pág. 32). La demanda turística de un lugar como Bouillon puede variar según diversos factores, incluyendo la temporada, eventos locales, atracciones turísticas, accesibilidad, y la situación económica tanto local como global. Bouillon, ubicado en Bélgica y conocido por su impresionante castillo medieval y su entorno natural, suele atraer a turistas interesados en la historia, la cultura y el ecoturismo.

5.2.7. Producto Turístico

Al producto turístico lo definen la (OMT, s.f.) “Una combinación de elementos materiales e inmateriales, como los recursos naturales, culturales y antrópicos, así como los atractivos turísticos, las instalaciones, los servicios y las actividades en torno a un elemento específico de interés, que representa la esencia del plan de comercialización de un destino y genera una experiencia turística integral, con elementos emocionales, para los posibles clientes. Un producto turístico se comercializa a través de los canales de distribución, que también fijan el precio, y tiene un ciclo vital". Un producto turístico es un conjunto de elementos tangibles e intangibles que se combinan para satisfacer las necesidades y deseos de los turistas. Este producto puede incluir diversos componentes, como servicios de alojamiento, transporte,

actividades recreativas, gastronomía, atracciones turísticas, eventos culturales y otros servicios complementarios.

5.2.8. Infraestructura

La infraestructura la define como:

Infraestructura a la dotación de bienes y servicios con que cuenta un país para sostener sus estructuras sociales y productivas. Forman parte de la misma, la educación, los servicios de salud, la vivienda, los transportes, las comunicaciones y la energía. Dado el carácter de apoyo a la población de un país en su conjunto, también se denomina a las inversiones en infraestructura (teléfonos, carreteras, ferrocarriles, puentes, viviendas, escuelas, hospitales, represas, etc.), "capital social fijo" (Boullón, 2006, pág. 47).

La infraestructura de un país comprende los bienes y servicios esenciales necesarios para mantener sus estructuras sociales y productivas. Este conjunto incluye aspectos clave como la educación, la salud, la vivienda, el transporte, las comunicaciones y la energía. Las inversiones en infraestructura, que abarcan desde la construcción de carreteras y puentes hasta la provisión de servicios de salud y educación, se consideran parte del "capital social fijo". Este término refleja la naturaleza de apoyo que brinda esta infraestructura a la población en su conjunto, promoviendo el desarrollo económico y social del país. En resumen, la infraestructura representa la base sobre la cual se sustentan las actividades sociales y económicas de una nación, siendo esencial para su crecimiento y bienestar general.

5.2.9. Superestructura

La superestructura turística es entendida como aquel soporte del cual hacen parte los institutos e identidades públicas y privadas, nacionales e internacionales, que tienen como función principal el desarrollo y fomento del turismo (Sistema Turístico, s.f.). La

superestructura turística se refiere al conjunto de instituciones y entidades, tanto públicas como privadas, a nivel nacional e internacional, que están dedicadas principalmente al desarrollo y promoción del turismo. Estas entidades desempeñan un papel fundamental en la planificación, gestión y promoción de destinos turísticos, así como en la creación de políticas y programas que impulsan la actividad turística. En resumen, la superestructura turística proporciona el marco y el apoyo necesarios para facilitar el crecimiento y la sostenibilidad de la industria turística a nivel local, regional y global.

6. Salud Mental

La salud mental de una persona es un estado de bienestar mental que le permite manejar situaciones estresantes en la vida, desarrollar plenamente todos sus talentos, aprender y funcionar correctamente y mejorar su comunidad (Organización Mundial de la Salud, 2022). La capacidad de tomar decisiones, formar relaciones e influir en el mundo en el que vivimos es fundamental para nuestra salud y bienestar tanto individual como colectivo. Un derecho humano fundamental es el derecho a la salud mental. Un componente crucial para el desarrollo socioeconómico, comunal y personal de los individuos.

Más que simplemente estar libre de trastornos mentales define la salud mental. Cada persona lo experimenta de manera diferente, con diversos grados de dificultad y angustia y resultados sociales y clínicos potencialmente muy diferentes (UNICEF, 2021). Las condiciones de salud mental incluyen deficiencias psicosociales, trastornos y otros estados mentales relacionados con altos niveles de angustia, limitaciones funcionales o riesgo de conducta autolesiva. Aunque no siempre es así, es más probable que las personas que los padecen tengan niveles más bajos de bienestar mental.

6.1.Estrés

Cuando una persona está expuesta a demasiadas situaciones que están más allá de su capacidad de manejar, se piensa que el estrés es el mecanismo que se pone en marcha. Como

resultado, les resulta difícil cumplir con las demandas que se les hacen para poder superarlas. En estas situaciones, la persona se siente sobrecargada, lo que puede repercutir en su salud física, psicológica y emocional (Ponce, 2021).

Numerosos factores pueden provocar estrés, pero no todo el estrés es negativo; algo de estrés puede incluso ser beneficioso. En estas situaciones, el estrés sirve como mecanismo general por el cual las personas se adaptan a su entorno. Por ejemplo, el estrés puede manifestarse cuando alguien tiene frío y tensa los músculos para producir calor, cuando hay un esfuerzo para digerir o cuando alguien está estudiando y duerme menos.

6.1.1. Efectos comunes del estrés

Los síntomas del estrés pueden manifestarse en diferentes áreas de la vida, incluyendo el cuerpo, los pensamientos y sentimientos, así como el comportamiento. Reconocer estos síntomas puede ser fundamental para manejar adecuadamente el estrés. De hecho, el estrés no controlado puede desencadenar una serie de problemas de salud graves, como presión arterial alta, enfermedades cardíacas, accidentes cerebrovasculares, obesidad y diabetes. Por lo tanto, aprender a identificar y gestionar los síntomas del estrés es crucial para preservar la salud y el bienestar general. (Tabla 4)

Tabla 4*Efectos comunes del estrés.*

Sobre el cuerpo	Sobre el estado de ánimo	Sobre el comportamiento
Dolor de cabeza	Ansiedad	Comer en exceso o no comer lo suficiente
Tensión o dolor muscular	Desasosiego	Arrebatos de ira
Dolor en el pecho	Falta de motivación o concentración	Abuso de drogas o alcohol
Fatiga	Problemas de memoria	Consumo de tabaco
Cambios en el deseo sexual	Sentirse abrumado	Evitar a los amigos y quedarse en casa
Malestar estomacal	Malhumor o ira	Hacer ejercicio con menos frecuencia
Problemas de sueño	Depresión o tristeza	

Nota. Elaborado por: Ipatia Romero, tomado como referencia de (Press, s.f.).

6.1.2. Nivel de estrés

Las personas que experimentan estrés pueden experimentarlo de diversas formas, dependiendo de su intensidad cuando se presenta estrés, se puede clasificar como alto, medio o bajo, el nivel alto de estrés se considera perjudicial para la salud física y mental de una persona porque afecta el bienestar de la misma. La productividad diaria de las personas con este problema puede considerarse normal porque las personas son funcionales independientemente de la tensión que sientan. Se cree que el estrés y sus bajos niveles no perjudican la vida diaria de las personas.

6.1.3. Tipos de estrés

El estrés agudo es un tipo de estrés que se desarrolla rápida y en general desaparece rápidamente. Frecuentemente se manifiesta cuando atraviesas situaciones desafiantes, como rupturas, o cuando pasas por procesos novedosos o emocionantes. Por lo general, no provoca problemas de salud graves debido a lo breve que es su duración.

A diferencia del estrés agudo, el estrés crónico dura más tiempo. Esta duración puede variar desde unas pocas semanas hasta varios meses. Las personas que experimentan este tipo de estrés pueden acostumbrarse tanto a la situación de activación que no la reconocen como tal y terminan desarrollando problemas de salud. Por lo general, aparece cuando las personas no pueden ver una salida a una circunstancia difícil o deprimente, aunque también puede ocurrir como resultado de un trauma infantil internalizado que ha permanecido inactivo desde entonces (Valdez, et al., 2022). A diferencia del estrés agudo, el estrés crónico dura más tiempo. Esta duración puede variar desde unas pocas semanas hasta varios meses. Las personas que experimentan este tipo de estrés pueden acostumbrarse tanto a la situación de activación que no la reconocen como tal y terminan desarrollando problemas de salud. Por lo general, aparece cuando las personas no pueden ver una salida a una circunstancia difícil o deprimente, aunque también puede ocurrir como resultado de un trauma infantil internalizado que ha permanecido inactivo desde entonces.

6.2. Emociones

El concepto emoción lo sostiene como (Equipo Auditorial, 2021)“Llamamos emoción a cierto tipo de fenómenos psicológicos y fisiológicos que se manifiestan en nuestra conducta, nuestras percepciones corporales y nuestra conciencia, como reacción adaptativa ante un estímulo importante”. Las emociones son estados mentales caracterizados por sentimientos, intuición y pensamientos. Las emociones son universales. Por ejemplo, cuando alguien llora, la emoción que está expresando es tristeza. Además, nos ayudan a comunicarnos con los demás porque expresamos muchos pensamientos a través de gestos.

Se las define como “emociones universales porque se pueden identificar fácilmente a través de las expresiones faciales y corporales que acompañan a cada una. Pero, aunque todas las personas pueden experimentarlas, la forma en que las expresan y las experimentan puede ser totalmente diferente” (FORMA INFANCIA , 2023). Aunque todas las personas pueden

experimentarlas, la forma en que las expresan y sienten puede variar considerablemente entre individuos. Además, estas se clasifican en emociones básicas; Alegría, tristeza, ira, miedo, asco, sorpresa, desprecio estas emociones se presentan en todas las personas.

6.3. Test psicométrico

Los test psicométricos son pruebas que miden de forma tipificada y objetiva, ciertos aspectos psicológicos de las personas. Se aplican principalmente para evaluar rasgos de su personalidad, aptitudes o la forma de reaccionar ante determinadas situaciones (PANDAPE, s. f.). Las pruebas psicométricas son herramientas de evaluación psicológica que ponen a prueba las capacidades de las personas y se utilizan en la investigación científica para medir aptitudes, capacidades y rasgos y se consideran válidas y confiables. En este trabajo se utilizará test psicométricos para determinar el nivel de estrés de los turistas.

7. Marco teórico del tipo de investigación

7.1.2. Estudio Transversal

El estudio trasversal se lo menciona como:

El estudio transversal se define como un tipo de investigación observacional que analiza datos de variables recopiladas en un periodo de tiempo sobre una población muestra o subconjunto predefinido. Este tipo de estudio también se conoce como estudio de corte transversal, estudio transversal y estudio de prevalencia (Ortega, Cristina , s.f.).

7.1.3. Alcance Relacional

El alcance relacional. “Es un tipo de método de investigación no experimental en el cual un investigador mide dos variables. Entiende y evalúa la relación estadística entre ellas sin influencia de ninguna variable extraña” (Velázquez, Aldrin, s.f.). Esto permite analizar y

comprender la relación entre las dos variables específicas de interés de manera más precisa y directa.

7.1.4. Enfoque Cuantitativo

El método Cuantitativo se define como:

El enfoque cuantitativo utiliza la recolección y el análisis de datos para contestar preguntas de investigación y probar hipótesis establecidas previamente, y confía en la medición numérica, el conteo y frecuentemente en el uso de la estadística para establecer con exactitud patrones de comportamiento en una población (Facultad de Ciencias Sociales).

7.1.5. Método analítico-sintético

Jiménez y Jacinto (2017) mencionan que este método de investigación científica basado en la experimentación directa y el razonamiento empírico. Tanto en las ciencias naturales como en las ciencias sociales, es el método más utilizado. Al descomponer el fenómeno en sus partes constituyentes, este método analiza el fenómeno en estudio. Este enfoque implica el uso de mecanismos verificables, como estadísticas, la observación de fenómenos o la replicación experimental, para recopilar evidencia para apoyar o validar el razonamiento aplicando la experiencia directa.

7.1.6. Método descriptivo

Los métodos descriptivos son esenciales. Esto significa que recopila datos cuantitativos que pueden analizarse con fines estadísticos en su grupo objetivo. Por tanto, este tipo de encuestas adoptan la forma de preguntas cerradas, que limitan la posibilidad de obtener información exclusiva (Vaca, 2019). Sin embargo, si se usa correctamente, puede permitir que las organizaciones definan y evalúen mejor la importancia de un proyecto en relación con los grupos de partes interesadas y las personas que representan.

7.1.7. Investigación Documental

A la Investigación Documental se la establece como “Una técnica de investigación cualitativa que se encarga de recopilar y seleccionar información a través de la lectura de documentos, libros, revistas, grabaciones, filmaciones, periódicos, bibliografías, etc” (Ortega, Cristina, s.f.).

7.1.8. Investigación Bibliográfica

Se entiende como Investigación Bibliográfica “A la etapa de la investigación científica donde se explora la producción de la comunidad académica sobre un tema determinado. Supone un conjunto de actividades encaminadas a localizar documentos relacionados con un tema o un autor concretos” (Universidad de la República Uruguay, 2020).

7.1.9. Base de Datos EXCEL

Conforme menciona el portal de Excel que

Una base de datos es una herramienta para recopilar y organizar información. Las bases de datos pueden almacenar información sobre personas, productos, pedidos u otras cosas. Muchas bases de datos comienzan como una lista en una hoja de cálculo o en un programa de procesamiento de texto (Conceptos básicos sobre base de datos, s.f.).

7.1.10. SPSS

El programa (SPSS) Paquete Estadístico para las Ciencias Sociales es:

Un formato que ofrece IBM para un análisis completo. Es el acrónimo de Producto de Estadística y Solución de Servicio. Existen otros productos diferentes en la suite, cada uno de ellos ofrecen sus propias características únicas. SPSS es un software popular entre los usuarios de Windows, es utilizado para realizar la captura y análisis de datos para crear tablas y gráficas con data

compleja. El SPSS es conocido por su capacidad de gestionar grandes volúmenes de datos y es capaz de llevar a cabo análisis de texto entre otros formatos más (QuestionPro.com, s.f.).

IBM® SPSS® Statistics es una potente plataforma de software estadístico. Ofrece una interfaz fácil de usar y un sólido conjunto de funciones que permiten a su organización extraer rápidamente información procesable de sus datos. Los procedimientos estadísticos avanzados ayudan a garantizar una gran precisión y una toma de decisiones de calidad. Se incluyen todas las facetas del ciclo de vida analítico, desde la preparación y gestión de datos hasta el análisis y la elaboración de informes (IBM, s.f.).

7.1.11. Pruebas Estadísticas

Las pruebas estadísticas se emplean con la finalidad de establecer la probabilidad de que una conclusión obtenida a partir de una muestra sea aplicable a la población de la cual se obtuvo. Sin embargo, la elección de la prueba estadística apropiada representa un reto para los investigadores principiantes (Flores & Miranda Maria Guadalupe, pág. 365).

Los autores (Oiseth, Jones, & Maza, 2022) menciona que “Las pruebas estadísticas son herramientas utilizadas por los investigadores para obtener información y significado de conjuntos de datos variables”. Estas pruebas permiten analizar y comprender la relación, la variabilidad y la posible significancia de los datos recopilados en el contexto de una investigación.

7.1.12. Coeficiente de correlación de rho de Spearman

Sperman desarrolló la técnica estadística conocida como análisis factorial, como complemento indispensable de su teoría. También aportó el coeficiente de correlación ordinal que lleva su nombre, que permite correlacionar dos variables por rangos en lugar de medir el rendimiento separado en cada una de ellas. El coeficiente de correlación de Spearman es

recomendable utilizarlo cuando los datos presentan valores extremos, ya que dichos valores afectan mucho el coeficiente de correlación de Pearson, o ante distribuciones no normales. No está afectada por los cambios en las unidades de medida (Martinez & Tuya Pendas, 2009). Además, el coeficiente de Spearman no se ve afectado por cambios en las unidades de medida de las variables, lo que lo hace útil en diversas situaciones de análisis estadístico.

7.1.13. Tau_b de Kendall

La prueba de Kendall:

La prueba W de Kendall se puede interpretar como el coeficiente de concordancia, que es una medida de acuerdo entre evaluadores. Cada caso es un juez o evaluador y cada variable es un elemento o persona que está siendo evaluada. Para cada variable, se calcula la suma de rangos. La W de Kendall varía entre 0 (no hay acuerdo) y 1 (acuerdo completo) (IBM, 2021).

7.1.14. Correlación

La correlación es una medida de la relación (covariación) lineal entre dos variables cuantitativas continuas (x, y). La manera más sencilla de saber si dos variables están correlacionadas es determinar si co-varían (varían conjuntamente). La correlación es en esencia una medida normalizada de asociación o covariación lineal entre dos variables. Esta medida o índice de correlación r puede variar entre -1 y +1, ambos extremos indicando correlaciones perfectas, negativa y positiva respectivamente. Un valor de $r = 0$ indica que no existe relación lineal entre las dos variables. Una correlación positiva indica que ambas variables varían en el mismo sentido. Una correlación negativa significa que ambas variables varían en sentidos opuestos (Vinuesa, 2016).

8. VALIDACIÓN DE LA HIPÓTESIS

La hipótesis que se planteó se refiere a las variables de estudio, y para ello se realizó dos pruebas estadísticas la primera de Spearman y la segunda de Kendall para saber si hay corrección entre las variables.

¿Existe correlación entre el nivel de estrés y el tipo de turismo?

Si es significativa en el nivel bilateral de 0,01 y se utilizó el método coeficiente de correlación de Spearman para las dos variables de estudio: Tipos de Turismo y el Nivel de estrés. La correlación es significativa al nivel de 0,01 (bilateral), mediante la prueba de Kendall también existe correlación de las dos Variables.

9. METODOLOGÍA

La presente investigación es transversal, debido a que se registrará los datos una sola vez durante el transcurso de la investigación, con un enfoque cuantitativo de alcance relacional, así mismo se va a trabajar con dos variables de estudio, en este caso el nivel de estrés es una variable aleatoria, y la otra variable fija que es el tipo de turismo empleado la metodología de tipo porcentual, que es representada mediante, diagramas de barras, gráficos utilizando el método inductivo/deductivo observación directa y trabajo de campo. Además, los datos obtenidos fueron ingresados en el programa SPSS para su correspondiente el análisis

9.1. Objetivo uno

Revisión Bibliográfica

Para la recopilación de la información se ha utilizado una metodología analítica – sintética basada en la técnica de la ficha de lectura para recopilar la información teórica necesaria para el desarrollo de la investigación, siendo importante el conocimiento del turista y su perfil antes y después de la pandemia, demostrando los cambios que existen en las personas, para lo cual se han empleado datos de SciELO, Redalyc, Google Académico, entre

otras bases libres para la recopilación documental. Para la elaboración del paquete de referencias de la investigación se ha utilizado la herramienta propia de Word y Mendeley misma que facilita la citación de cada documento encontrado y considerado relevante para la investigación.

9.1.1. Descripción del área de estudio

El estudio será desarrollado en su totalidad en la Provincia de Pichincha, centrada en el Distrito Metropolitano de Quito, Cantón Rumiñahui, San Miguel de los Bancos y el Cantón Mejía ya que los atractivos turísticos se localizan en dichas zonas.

Figura 1.

Mapa de cantones de la Provincia de Pichincha



9.1.2. Límites

La provincia de Pichincha limita en sus cuatro puntos cardinales con provincias de las tres regiones, al norte con Imbabura y Sucumbíos, al sur con Cotopaxi, al este la provincia de Napo y finalmente al oeste con la provincia de Santo Domingo de los Tsáchilas.

9.1.3. Altitud

Se encuentra a 2953 metros sobre el nivel del mar.

9.1.4. Superficie

Posee la onceava superficie más amplia del Ecuador, ya que cuenta con 9692 km².

9.1.5. Clima

Existe un clima húmedo, seco, semihúmedo, de páramo y un clima meso tropical glacial en las regiones central y oriental.

9.1.6. Temperatura

Temperaturas que oscilan entre los 8°C y los 24°C.

9.1.7. Turismo

La Provincia de Pichincha cuenta con una gran variedad de atractivos turísticos como lagunas, nevados, ríos, cascadas, biodiversidad, parques naturales, entre otros. El territorio provincial abarca zonas de sierra y costa, que brindan una variedad de climas, temperaturas y paisajes. A diferencia de otros lugares del mundo, en la provincia de Pichincha, el turista puede trasladarse, en pocas horas, desde las altas montañas y nevados hasta las exuberantes tierras del noroccidente. Su territorio es, sin duda un paraíso de contrastes naturales, en donde la hospitalidad de su gente y la exquisita gastronomía hacen que la estadía del turista sea confortable y placentera. (PDOT, 2019-2023, pág. 164).

De acuerdo a las estadísticas regionales del Banco Central del Ecuador, dentro de las actividades económicas de la provincia el turismo contribuye al VAB con el 2,5%, para el 2018 representó 664 millones de dólares. En los ocho cantones de la provincia de Pichincha existe variedad de atractivos turísticos donde los visitantes pueden apreciar la diversidad de flora y fauna, espacios recreativos naturales y de valor cultural. (PDOT, 2019-2023, pág. 164)

9.1.8. Tipos de Turismos

La provincia de Quito es una de las ciudades más grandes de la provincia de Pichincha y cuenta con parroquias urbano-rurales, lo que la convierte en una de las más importantes a nivel nacional con sus diversos atractivos arqueológicos, gastronómicos, culturales, ecológicos y turísticos públicos. Quito, la capital de Ecuador, no sólo es rica en arquitectura e historia, sino también en hermosos paisajes que se pueden disfrutar desde una perspectiva natural. Existen

importantes atractivos dentro del campamento que hacen de la zona un importante destino turístico.

Además, toda la ciudad y el distrito se ubican entre estilos moderno y colonial, lo que distingue al centro histórico de Quito con sus emblemáticas iglesias, museos, bibliotecas y casas que preservan el patrimonio cultural de la ciudad. Por otra parte, en Pichincha se puede evidenciar los distintos tipos de turismo, debido a la extensión que posee, y en los diferentes cantones se puede apreciar los turismos, como por ejemplo en Puerto Quito, existe el turismo de Aventura, Ecoturismo, Naturaleza, y así se encuentra en los otros cantones, a continuación, se diseña la siguiente matriz del tipo de turismo turismos.

Tabla 5

Tipos de turismos en la Provincia de Pichincha.

Tipo de Turismo	
Turismo Cultural	Este es un tipo de turismo dirigido a un hecho histórico público o un lugar de atracción cultural.
Turismo Arqueológico	El turismo arqueológico es un tipo de turismo que se caracteriza por el viaje, la consideración y el estudio de los elementos arqueológicos de un destino turístico.
Turismo Religioso	El turismo religioso está directamente relacionado con la fe y las creencias de las personas.
Turismo Naturaleza	El turismo natural está estrechamente relacionado con el medio ambiente. Los turistas quieren estar en contacto con la naturaleza mientras disfrutan de su entorno.

Turismo Aventura	Este tipo de turismo se caracteriza por que los turistas prueban actividades apasionantes, incluidas actividades recreativas como el entrenamiento físico y los deportes.
Turismo Comunitario	El turismo comunitario se considera una alternativa donde las actividades turísticas, la prestación de servicios y el manejo de los recursos naturales y culturales están bajo el control de la comunidad.
Ecoturismo	El ecoturismo es un método de turismo ecológicamente responsable destinado a visitar y descubrir atractivos naturales y desarrollar actividades al aire libre para ver y apreciar los atractivos naturales.
Turismo Gastronómico	El turismo gastronómico se basa en aprender a preparar y degustar alimentos específicos de interés para los turistas.

Nota. Elaborado por: Ipatia Romero

Para la selección de atractivos se utilizó los documentos Manual de atractivos para la jerarquía de atractivos turísticos y una metodología guiada de creación de espacios turísticos. Además, se obtuvo un documento llamado Corte mayo 2023 e incluye 109 atractivos turísticos de las siguientes provincias: Metropolitana de Quito, Mejía, Provincia de Pedro Moncayo, San-Miguel de los Banco, Cayambe, Rumiñahui.

Tabla 6*Jerarquías.*

Rangos	Jerarquía
86 – 100	IV
61 – 85	III
36 – 60	II
11 – 35	I
0 – 10	Recurso

Nota: Datos Obtenidos de (MINTUR, 2018, pág. 14)

Las jerarquías pueden aplicarse tanto a los atractivos turísticos que están actualmente disponibles para los visitantes como a aquellos que aún no están en funcionamiento. En el primer caso, se refiere a los atractivos que están atrayendo flujos de turistas, lo que indica una demanda existente.

Jerarquía III

Atractivo con rasgos excepcionales capaz de motivar por sí solo o en conjunto con otros atractivos contiguos una corriente actual o potencial de visitantes nacionales o extranjeros y presenta las condiciones adecuadas para el desarrollo de productos turísticos enfocados al mercado nacional e internacional (MINTUR, 2018, pág. 15). El concepto resaltado se refiere a un atractivo turístico que cuenta con características excepcionales, las cuales tienen el potencial de atraer por sí solas o en conjunto con otros atractivos cercanos a una corriente actual o potencial de visitantes, tanto nacionales como extranjeros. Además, este atractivo ofrece las condiciones óptimas para el desarrollo de productos turísticos dirigidos tanto al mercado nacional como internacional.

Jerarquía II

Atractivo con algún rasgo llamativo que presente condiciones básicas para la generación de productos turísticos capaz de interesar a visitantes que hubiesen llegado a la zona por otras

motivaciones turísticas o de motivar corrientes turísticas nacionales (MINTUR, 2018, pág. 15). El concepto destacado se refiere a un atractivo que posee un rasgo distintivo o particularmente atractivo, el cual tiene el potencial de generar productos turísticos interesantes para los visitantes. Estos atractivos pueden ser capaces de captar la atención de turistas que inicialmente llegaron a la zona por otras motivaciones turísticas, o incluso de motivar corrientes turísticas nacionales.

9.1.9. Atractivos Seleccionados

Selección de los atractivos más visitados y de mejor jerarquía para el estudio.

La provincia de Pichincha posee una gran cantidad de atractivos turísticos de todo tipo, es decir, naturales, históricos, artísticos y demás, el GAD Provincial (2020) en su última publicación explica que existen 62 atractivos turísticos en toda la provincia, los mismos que se encuentran separados en los diferentes cantones quedando el cantón Quito con 13 atractivos turísticos, el cantón Mejía con 8 atractivos turísticos y el cantón San Miguel de los Bancos 7 atractivos turísticos, como los más numerosos en cuanto a los atractivos turísticos que poseen, a los cuales les siguen los cantones de Puerto Quito, Cayambe, Pedro Moncayo, Pedro Vicente Maldonado, Mejía y Rumiñahui. Los siguientes atractivos se eligió de los cantones de la Provincia de Pichincha ya que pertenecen a la Jerarquía III y II que poseen rasgos excepcionales, además poseen un alto índice de visitantes.

Tabla 7*Atractivos Seleccionados con Jerarquía III de la Provincia de Pichincha.*

Atractivos	Categoría	Tipo	Subtipo	Tipo de Turismo
Monumento Virgen de Panecillo	Manifestaciones Culturales	Arquitectura	Monumentos	Cultural
Monumento a la mitad del mundo	Manifestaciones Culturales	Arquitectura	Monumentos	Cultural
Plaza Central de Sangolquí	Manifestaciones Culturales	Arquitectura	Espacio Publico	Cultural
Iglesia de la Compañía de Jesús	Manifestaciones Culturales	Arquitectura	Histórica/Vernácula	Religioso
Iglesia Matriz de Machachi	Manifestaciones Culturales	Arquitectura	Histórica/Vernácula	Religioso
Hornado Sangolquí	Manifestaciones Culturales	Acervo Cultural y Popular	Gastronomía	Gastronómico
Mindo Canopy Adventure	Manifestaciones Culturales	Arquitectura	Infraestructura Recreativa	Aventura
Cascada Mindo Nambillo	Atractivos Naturales	Ríos	Cascada	Ecoturismo

Nota. Elaborado por: Ipatia Romero

En la siguiente tabla se muestra los atractivos seleccionados de jerarquía III que pertenecen a los distintos tipos de turismo; Aventura, Gastronómico, Religioso, Cultural, Ecoturismo.

Tabla 8

Atractivos Seleccionados con Jerarquía III de la Provincia de Pichincha.

Atractivos	Categoría	Tipo	Subtipo	Tipo de Turismo
Monumento a la Independencia	Manifestaciones Culturales	Arquitectura	Monumentos	Cultural
Cascada del Amor	Atractivos Naturales	Ríos	Cascada	Natural

Nota. Elaborado por: Ipatia Romero

En resumen, la Jerarquía II de los atractivos turísticos se caracteriza por contar con un elemento distintivo que los hace destacar y atraer la atención de los visitantes, convirtiéndolos en destinos de interés turístico significativo. Estos rasgos llamativos pueden ser diversos y contribuir a la satisfacción y disfrute de la experiencia turística.

9.1.10. Instrumento de la recolección de Datos

Para encontrar test de estrés, se tomó como referencia de otros documentos e investigaciones en las cuales su objetivo principal era conocer el nivel de estrés de las personas, los siguientes test de estrés son elaborados por psicólogos para general información segura sobre el estrés y la personalidad, para que el test sea fiable la persona debe contestar con sinceridad a las preguntas. A continuación, se presenta los autores y nombre de los test utilizados para realizar la base de datos teóricas.

Tabla 9*Matriz de Comparación*

Nombre	Autor	Ventajas	Desventaja	Puntuación
Escala de estrés percibido de Cohen- Perceived stress scale (PSS)	Sheldon Cohen & Williamson, G. (1988)	-Este test es el más utilizado en psicología para evaluar la percepción de estrés de una persona durante la vida diaria. -Escoger la opción que refleja los sentimientos y pensamientos durante el último mes.	-Consta de 10 Ítems -Preguntas Largas y estresantes.	Escala de 5 puntos
El DASS-21 (Escala de Ansiedad, Depresión y Estrés)	Lovibond, S.H. & Lovibond, P.F. (1995)	-Mide tres escalas; La depresión, la ansiedad, y el estrés.	-Consta de 21 ítems	Escala de 0 a 3 puntos
Test BMS-10 / Test Burnout Maslach- Pines- Cuestionario de Maslach Burnout Inventory	Maslach- Pines Burnout Measure short version (1986)	-El Cuestionario de Maslach utilizado en todo el mundo. -Fiabilidad del 90%	-Cuestionario de 10 ítems -Mide más el estrés laboral.	Escala de 7 puntos
Escala de estrés de Holmes y Rahe.	Dr Thomas Holring & Richard Rahe (1967)	-Miden acontecimientos vitales y puntuales en unidades de estrés -Consta de 7 preguntas	-Listado de 43 acontecimientos estresantes.	Puntuación relativa
Test GAD 7 / Test de Ansiedad Generalizada	Spitzer RL, Kroenke k, Williams JB, Lowe B (2006)	-Fácil aplicación -Predice el comportamiento de la persona que se le aplica.	-Debe ser aplicado por especialistas	Puntuacion de 10 puntos

Nota. Elaborado por: Ipatia Romero

En la siguiente tabla se presenta los test de estrés, y a continuación se explicará de mejor manera cada uno.

- **Escala de estrés percibido de Cohen- Perceived stress scale (PSS)**

La Escala de Estrés Percibido de (Cohen, 1983) también conocida como Perceived Stress Scale (PSS), es una herramienta ampliamente utilizada para medir la percepción de estrés en individuos. La escala consta de varias afirmaciones relacionadas con situaciones estresantes comunes en la vida cotidiana. Los encuestados indican en qué medida cada afirmación refleja sus experiencias durante un período de tiempo específico, como las últimas dos semanas. Las respuestas se puntúan en una escala de 0 a 4, donde 0 indica "nunca" y 4 indica "muy a menudo". Al sumar los puntajes de las respuestas, se obtiene un puntaje total que indica el nivel percibido de estrés, donde puntajes más altos indican niveles más altos de estrés percibido. La PSS se ha utilizado en una variedad de campos, incluida la psicología, la salud pública y la investigación médica, para evaluar el impacto del estrés en la salud física y mental, así como para identificar poblaciones en riesgo de estrés crónico.

- **El DASS-21 (Escala de Ansiedad, Depresión y Estrés)**

El DASS-21, que significa Escala de Ansiedad, Depresión y Estrés de 21 ítems, es una herramienta de evaluación utilizada para medir los niveles de ansiedad, depresión y estrés en individuos. Fue desarrollado por (Lovibond, 1995) e como una versión más breve del DASS original, que consta de 42 ítems.

El DASS-21 consta de tres subescalas, cada una de las cuales evalúa un constructo psicológico diferente:

Ansiedad: mide los síntomas de ansiedad, como la inquietud, la tensión y los temores excesivos.

Depresión: evalúa los síntomas de la depresión, como la desesperanza, la tristeza y la falta de interés en actividades.

Estrés: aborda los síntomas relacionados con el estrés, como la irritabilidad, la agitación y la dificultad para relajarse.

Cada subescala consta de 7 ítems que se puntúan en una escala de 0 a 3, reflejando la frecuencia o gravedad de los síntomas experimentados durante la última semana. Los puntajes totales se obtienen sumando los puntajes de los ítems correspondientes a cada subescala, lo que proporciona una medida de la gravedad de la ansiedad, la depresión y el estrés percibidos.

El DASS-21 se utiliza en entornos clínicos y de investigación para evaluar la salud mental, identificar trastornos psicológicos y monitorizar la respuesta al tratamiento psicológico o farmacológico. Es una herramienta útil para ayudar a los profesionales de la salud a entender y abordar los problemas de salud mental en los individuos.

- **Test BMS-10 / Test Burnout Maslach- Pines- Cuestionario de Maslach Burnout Inventory**

El Test BMS-10, también conocido como Cuestionario de (Maslach, 1980)“Es una herramienta de evaluación utilizada para medir el síndrome de burnout en individuos. Fue desarrollado por Christina Maslach y Susan E. Jackson y se ha convertido en una de las medidas más utilizadas para evaluar el agotamiento laboral”. El BMS-10 evalúa tres dimensiones principales del síndrome de burnout: Agotamiento emocional: se refiere al sentimiento de estar emocionalmente agotado y agobiado por las demandas del trabajo. Despersonalización: implica la adopción de actitudes negativas, cínicas o distantes hacia las personas con las que se interactúa en el trabajo, como clientes, pacientes o colegas. Realización personal: se relaciona con la percepción del individuo sobre su eficacia y competencia en el trabajo, así como con el sentido de logro y satisfacción personal en el trabajo.

El BMS-10 consta de 10 ítems que se puntúan en una escala de frecuencia de 7 puntos, desde "nunca" hasta "todos los días". Los puntajes en cada dimensión se suman para obtener una puntuación total para cada una de las tres dimensiones del burnout.

Este cuestionario se utiliza en entornos clínicos y de investigación para evaluar el nivel de burnout en profesionales de la salud, educadores, trabajadores sociales y otros profesionales que experimentan altos niveles de estrés laboral. Ayuda a identificar el agotamiento laboral y puede guiar intervenciones para reducir el riesgo y promover el bienestar laboral.

- **Escala de estrés de Holmes y Rahe.**

La Escala de Estrés de Holmes y Rahe, también conocida como Inventario de Eventos Vitales de (Thomas & Richard, s.f.) “Es una herramienta utilizada para medir el estrés percibido en base a los eventos vitales que una persona ha experimentado en un período de tiempo determinado”. Esta escala identifica una serie de eventos vitales estresantes, como la muerte de un ser querido, cambios importantes en el trabajo o en la vida personal, enfermedades graves, problemas financieros, entre otros. Cada evento se asocia con una puntuación de estrés, que varía dependiendo de la severidad percibida del evento. Los individuos que han experimentado estos eventos en un período específico de tiempo suman las puntuaciones correspondientes a esos eventos para obtener un puntaje total de estrés. Cuanto más alto sea el puntaje total, mayor será el nivel percibido de estrés.

La Escala de Estrés de Holmes y Rahe se utiliza principalmente en investigación y práctica clínica para evaluar la carga de estrés de una persona y su posible impacto en la salud física y mental. Ayuda a identificar situaciones estresantes específicas que pueden requerir intervención para reducir el estrés y promover el bienestar

- **Test GAD 7 / Test de Ansiedad Generalizada**

El Test GAD-7, también conocido como Test de Ansiedad Generalizada de 7 ítems, “es una herramienta de evaluación ampliamente utilizada para medir los síntomas de ansiedad generalizada en individuos” (Robert, Spitzer, & Kurt, 2006). El GAD-7 consta de 7 ítems que evalúan la frecuencia con la que el individuo ha experimentado ciertos síntomas de ansiedad durante las últimas dos semanas. Estos síntomas incluyen la sensación de nerviosismo, la incapacidad para relajarse, la preocupación excesiva y la dificultad para controlar la preocupación, entre otros.

Cada ítem se puntúa en una escala de 0 a 3, reflejando la frecuencia de los síntomas, donde 0 indica "nunca", 1 indica "varios días", 2 indica "más de la mitad de los días" y 3 indica "casi todos los días". Los puntajes totales se obtienen sumando los puntajes de los ítems, lo que proporciona una medida de la gravedad de la ansiedad generalizada, donde puntajes más altos indican niveles más altos de ansiedad.

El GAD-7 se utiliza en entornos clínicos y de investigación para evaluar la presencia y severidad de la ansiedad generalizada, así como para monitorizar la respuesta al tratamiento psicológico o farmacológico. Es una herramienta útil para identificar individuos que puedan beneficiarse de intervenciones para reducir la ansiedad y mejorar el bienestar psicológico.

9.1.11. Instrumento de recolección de datos con respecto al nivel de estrés.

Mediante la matriz de comparación se procede a elegir el test más apropiado para la investigación, se escogió el Test de Cohen “La Escala de Estrés Percibido (PSS-10) es un cuestionario de 10 ítems” (1983, s. f; citado por VIVIR SIN ANSIEDAD, 2022). Este Test mide la percepción del estrés, incluye una serie de consultas del nivel del estrés durante el último año, además la escala brinda cinco repuestas como opción: Nunca=0, Casi nunca=1, De vez en nunca=2, A menudo=3, Muy a menudo=4, a mayor puntuación, mayor estrés percibido. La aplicación de la escala dura 10 minutos o menos y las normas de interpretación es Sin estrés

leve (10puntos); Sin estrés medio (15puntos); estrés leve(20puntos); estrés medio(25puntos); estrés alto(30puntos); estrés crónico(35puntos).

Para el resultado final se verifica la respuesta y se califica del 0 al 4 y una vez hecho con los 10itms se suma y se identifica el nivel de estrés está la persona que se le aplica el test.

Tabla 10

Test de estrés Percibido (Test de Cohen).

Durante el último mes	Nunca	Casi Nunca	De vez en Nunca	A menudo	Muy A menudo
1.En el último mes, ¿con qué frecuencia ha estado afectado por algo que ha ocurrido inesperadamente?	0	1	2	3	4
2.En el último mes, ¿con qué frecuencia se ha sentido incapaz de controlar las cosas importantes en su vida?	0	1	2	3	4
3.En el último mes, ¿con qué frecuencia se ha sentido nervioso o estresado?	0	1	2	3	4
4.En el último mes, ¿con qué frecuencia ha manejado con éxito los pequeños problemas irritantes de la vida?	0	1	2	3	4
5.En el último mes, ¿con qué frecuencia has sentido que las cosas le van bien?	0	1	2	3	4
6.En el último mes, ¿con qué frecuencia has sentido que no podía afrontar todas las cosas que tenía que ser?	0	1	2	3	4
7.En el último mes, ¿con qué frecuencia ha podido controlar las dificultades de su vida?	0	1	2	3	4
8.En el último mes, ¿con qué frecuencia se ha sentido que tenía todo bajo control?	0	1	2	3	4
9.En el último mes, ¿con qué frecuencia ha estado enfadado porque las cosas que le ha ocurrido estaban fuera de su control?	0	1	2	3	4
10.En el último mes, ¿con qué frecuencia has sentido que las dificultades se acumulan tanto que no puede superarlas?	0	1	2	3	4

Nota. Elaborado por: Ipatia Romero

9.2. Objetivo dos

Sistematizar los datos obtenidos en la aplicación de instrumentos de recolección de datos, para la caracterización de las variables de estudio.

9.2.1. Encuesta- Cuestionario

Para la recolección de datos necesarios para la investigación se ha seleccionado la encuesta como técnica a emplearse, la misma que se compone de un banco de preguntas previamente definido para la medición del estrés que enfrentan los turistas que visitan la provincia de Pichincha, como instrumento se utilizó el Test del Autor Cohen. Y el cuestionario consta de la Siguiete Manera.

Test de estrés Percibido (Test de Cohen)

Escoge la opción que mejor refleje tus sentimientos y pensamientos durante el último mes. El mejor enfoque es contestar con bastante rapidez y sé sincero no se guarda ningún dato. La fiabilidad del test de estrés de Cohen es increíble.

- 1. En el último mes, ¿con qué frecuencia ha estado afectado por algo que ha ocurrido inesperadamente?**
 - Nunca
 - Casi nunca
 - De vez en nunca
 - A menudo
 - Muy a menudo
- 2. En el último mes, ¿con qué frecuencia se ha sentido incapaz de controlar las cosas importantes en su vida?**
 - Nunca
 - Casi nunca
 - De vez en nunca
 - A menudo
 - Muy a menudo
- 3. En el último mes, ¿con qué frecuencia se ha sentido nervioso o estresado?**
 - Nunca
 - Casi nunca
 - De vez en nunca
 - A menudo

- Muy a menudo
- 4. En el último mes, ¿con qué frecuencia ha manejado con éxito los pequeños problemas irritantes de la vida?**
- Nunca
 - Casi nunca
 - De vez en nunca
 - A menudo
 - Muy a menudo
- 5. En el último mes, ¿con qué frecuencia has sentido que las cosas le van bien?**
- Nunca
 - Casi nunca
 - De vez en nunca
 - A menudo
 - Muy a menudo
- 6. En el último mes, ¿con qué frecuencia has sentido que no podía afrontar todas las cosas que tenía que ser?**
- Nunca
 - Casi nunca
 - De vez en nunca
 - A menudo
 - Muy a menudo
- 7. En el último mes, ¿con qué frecuencia ha podido controlar las dificultades de su vida?**
- Nunca
 - Casi nunca
 - De vez en nunca
 - A menudo
 - Muy a menudo
- 8. En el último mes, ¿con qué frecuencia se ha sentido que tenía todo bajo control?**
- Nunca
 - Casi nunca

- De vez en nunca
- A menudo
- Muy a menudo

9. **En el último mes, ¿con qué frecuencia ha estado enfadado porque las cosas que le ha ocurrido estaban fuera de su control?**

- Nunca
- Casi nunca
- De vez en nunca
- A menudo
- Muy a menudo

10. **En el último mes, ¿con qué frecuencia has sentido que las dificultades se acumulan tanto que no puede superarlas?**

- Nunca
- Casi nunca
- De vez en nunca
- A menudo
- Muy a menudo

La encuesta aplicada empleará una escala de Likeart puntuada de 1 a 5 de acuerdo con la siguiente escala:

- Nunca
- Casi nunca
- De vez en nunca
- A menudo
- Muy a menudo

El uso de esta escala permitirá medir los niveles de estrés presentes en cada uno de los participantes de la investigación.

Tabla 11*Escala de los niveles de estrés.*

Rangos de Estrés	Puntuación
Sin estrés leve	10
Sin Estrés medio	15
Estrés Leve	20
Estrés medio	25
Estrés Alto	30
Estrés Crónico	35

Nota: Elaborado por Ipatia Romero

El uso de esta tabla permitirá conocer el nivel exacto de cada uno de los turistas en la provincia, lo mismo arrojará cual es nivel de estrés más frecuente dentro de los turistas tras la pandemia para la actuación oportuna en el grupo poblacional.

9.2.2. Cálculo del tamaño de la Muestra

El estudio se enfoca en los turistas que visitan la provincia de Pichincha. Dado que el tamaño exacto de esta población es desconocido debido a la falta de un registro de turistas, se utiliza un enfoque de muestreo basado en el cálculo de una población infinita para determinar el tamaño de la muestra:

Formula:

$$n = \frac{Z^2 * p * q}{e^2}$$

Parámetros

- $n \rightarrow$ Tamaño de la muestra que buscamos
- $Z \rightarrow$ Parámetro estadístico que depende el nivel de confianza (1,96)
- $e \rightarrow$ Error de estimación aceptado (0,05)
- $p \rightarrow$ Probabilidad de que ocurra el evento estudiado (0,5)
- $q \rightarrow$ Probabilidad de que no ocurra el evento estudiado (0,5)

Cálculo de la muestra

Z	95%=1,96
P	0,5
Q	0,5
E	5%=0,05

Desarrollo:

$$n = \frac{Z^2 * p * q}{e^2}$$

$$n = \frac{(1,96)^2 * 0,5 * 0,5}{(0,05)^2}$$

$$n = \frac{0,9604}{0,0025}$$

$$n = 384,16$$

Mediante la aplicación de la fórmula se ha deducido que el total de la muestra con la que se va a trabajar corresponde a 385 turistas que visiten de manera frecuente la provincia de Pichincha.

9.2.3. Actividad cuatro: Elaboración de un cronograma.

Para la aplicación de las encuestas se han tomado como referencia 10 atractivos turísticos más concurridos en la provincia de Pichincha, lo cual ha permitido crear la siguiente tabla de información:

Tabla 12

Cronograma de recolección de datos en los atractivos turísticos seleccionados.

Atractivo Turístico	Fecha	Hora	Número de Encuestas
Iglesia Matriz de Machachi	3 de Julio	8:00 am a 15:00 pm	35
Plaza Central de Sangolquí	4 de Julio	8:00 am a 15:00 pm	30
Hornado de Sangolquí	5 de Julio	8:00 am a 15:00 pm	40
Monumento de la Virgen del Panecillo	6 y 7 de Julio	8:00 am a 17:00 pm	80
Iglesia de la Compañía de Jesús	7 y 8 de Julio	8:00 am a 15:00 pm	20
Monumento a la Independencia	8 y 9 de Julio	8:00 am a 15:00 pm	40
Monumento a la Mitad del Mundo	10 y 11 de Julio	8:00 am a 15:00 pm	35
Mindo Canopy Adventure	12 y 13 de Julio	8:00 am a 15:00 pm	25
Cascada Mindo – Nambillo	14 y 15 de Julio	8:00 am a 15:00 pm	35
Cascada del Amor	16 de Julio	8:00 am a 15:00 pm	45

Nota: Elaborado por Ipatia Romero

La Tabla explica detalladamente los sitios en los cuales se recolectará la información necesaria, se ha seleccionado una franja horaria delimitada ya que, es la más concurrida, y sobre todo durante los fines de semana.

9.3. Objetivo tres

9.3.1. Actividad uno: Prueba estadística

Tras la recolección de información necesaria para la investigación se desarrollará una base de datos de Excel, misma que facilitará el análisis y la respectiva tabulación para determinar la frecuencia de estrés en cada uno de los ítems planteados, además del nivel de estrés con mayor frecuencia en los turistas de la provincia de Pichincha.

Se interpreta los valores obtenidos de la siguiente manera que se presenta a continuación.

El coeficiente de correlación va entre -1 y +1 y el 0 indica que no hay asociación entre las dos variables, una de las escalas más utilizadas que sirve como referencia es la siguiente:

Correlación negativa perfecta	-1
Correlación negativa fuerte moderada débil	-0,5
Ninguna correlación	0
Correlación positiva moderada Fuerte	+0,5
Correlación positiva perfecta	+ 1

9.3.2. Actividad dos: Analizar la correlación de las variables

Finalmente, tras la recolección de datos y el análisis realizado en el programa de SPSS, se determinará la relación entre el tipo de turismo y el nivel de estrés presente en la provincia de Pichincha, mediante la realización de las encuestas en los 10 atractivos turísticos seleccionados previamente.

10. ANÁLISIS Y DISCUSIÓN DE RESULTADOS

10.1. Perfil del Turista

La información sobre la demanda turística es importante para la toma de decisiones tanto en instituciones públicas como privadas, ya que brinda elementos para la planificación y desarrollo de productos y servicios especializados (Proaño, et al., 2018). Esta información necesita comprender el comportamiento de los turistas en el espacio, sus relaciones y aspectos que determinan el perfil de los turistas según el destino, teniendo en cuenta variables socioeconómicas y demográficas.

Muñoz, et al., (2018) explican que el análisis del perfil del turista permite comprender los gustos, deseos, expectativas y necesidades de los turistas, sin olvidar variables psicosociales como la motivación o personalidad de los turistas, y otras categorías de turismo. Debido a la importancia de estudiar el perfil de los turistas por tipo de recreación para maximizar la oferta

de productos profesionales, orientados a la satisfacción del cliente y promover el desarrollo de las comunidades aledañas a la región.

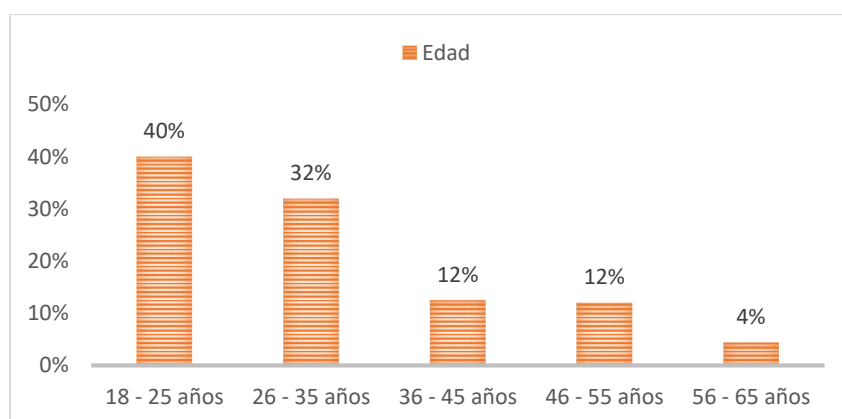
10.2. Caracterización de la variable de estudio

El desarrollo del siguiente capítulo se centra en la tabulación gráfica de las respuestas de cada una de las preguntas realizadas en la encuesta, tanto de las que definen a las personas geográficamente y las que permiten medir el nivel de estrés que sufren.

Preguntas Demográficas

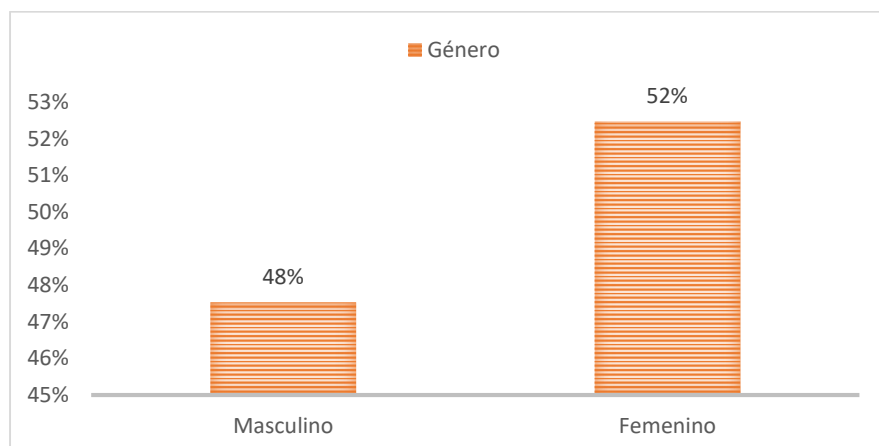
Figura 2

Edad



Nota. Frecuencia de la edad de los encuestados

Se indica que, el 40% de los encuestados pertenecen al grupo de 18-25 años, 32% al grupo de 26-35 años, 12% al grupo de 36-45 años, así mismo 12% al grupo de 46-55 años y solo el 4% al grupo de 56-65 años. Es decir, que la mayor parte de turistas en la provincia de Pichincha son jóvenes que buscan aventuras y deciden viajar a lugares con diversos atractivos, como lo es Pichincha y cada uno de sus cantones.

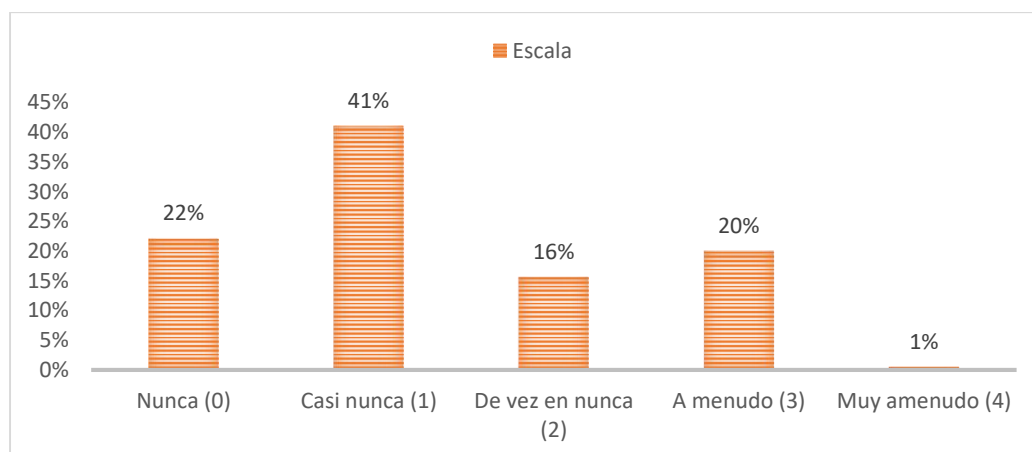
Figura 3*Género*

Nota. Frecuencia del género de los encuestados

Las encuestas indican que el 48% de los encuestados son de género masculino, mientras que el 52% pertenece al género femenino, es decir, que la mayor parte de turistas son de género femenino sobre todo por las actividades que ofrece la provincia de Pichincha que se centran en lugares que permiten que las mujeres realicen actividades que no pongan en riesgo su seguridad.

Preguntas sobre el Nivel de Estrés

Pregunta 1

Figura 4*Afecciones de ánimo*

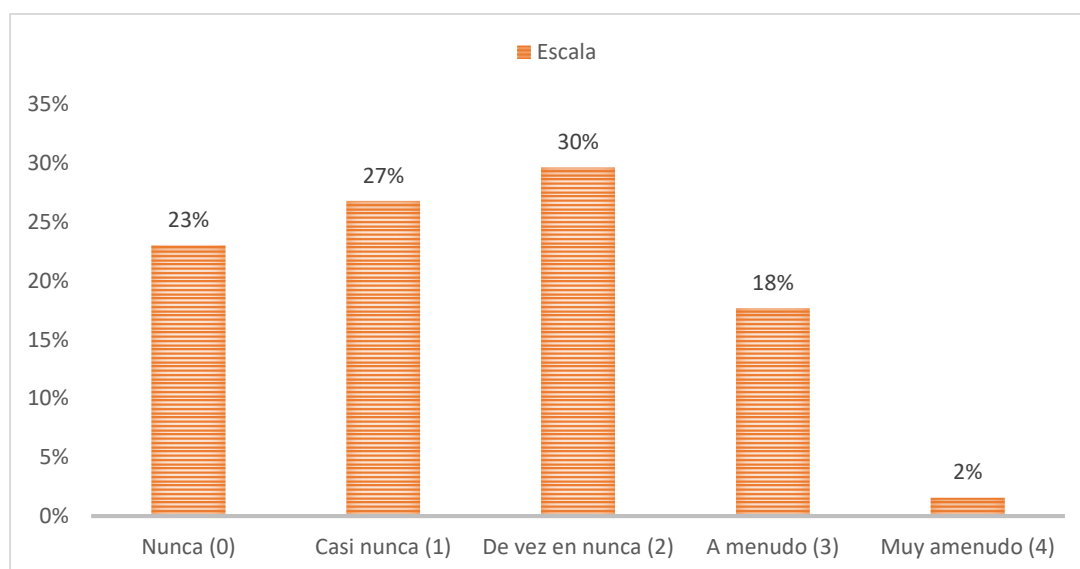
Nota. Frecuencia de las afecciones de ánimo de los encuestados

La tabla anterior presenta los resultados sobre las afecciones de ánimo que sufren los turistas al momento de visitar la provincia de Pichincha, 22% de los encuestados nunca han presentado afecciones de ánimo, 41% casi nunca las han presentado, 16% de vez en nunca presentan las afecciones, 20% a menudo las presentan y solo el 1% las presenta muy a menudo. Es decir que las afecciones de ánimo en los turistas no son muy frecuentes al momento de encontrarse paseando o viajando, ya que, lo ven como una forma de distracción.

Pregunta 2

Figura 5

Incapacidad de controlar las situaciones



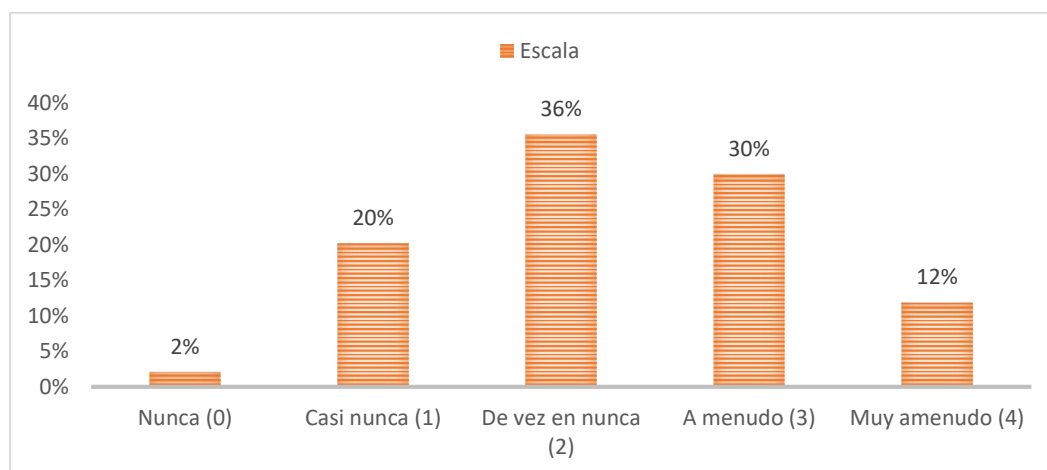
Nota. Frecuencia de la incapacidad de controlar las situaciones de los encuestados

Se indica que el 23% de los encuestados han sentido incapacidad de controlar las situaciones de su vida, 27% casi nunca, 30% de vez en nunca, 18% a menudo y el 2% muy a menudo presenta dicha incapacidad. Lo que explica que la mayor parte de turistas en la provincia se sienten incapaces de controlar situaciones de imprevisto durante la visita, demostrando así que el estrés que sufren los mismos puede provocar una dificultad en cuanto al manejo de las emociones.

Pregunta 3

Figura 6

Frecuencia de nerviosismo o estrés



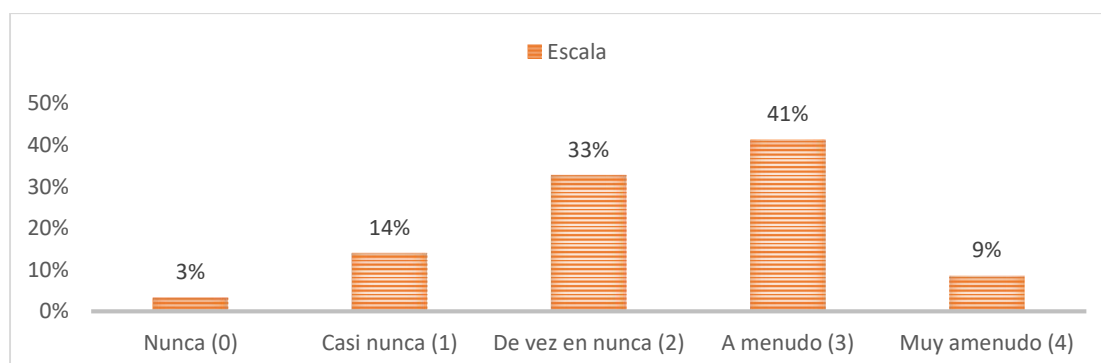
Nota. Frecuencia de nerviosismo o estrés de los encuestados

Se indica, que el 2% de los encuestados nunca se ha sentido nervioso o estresado, 20% casi nunca, 36% de vez en nunca se ha sentido de esta forma, 30% a menudo y el 12% muy a menudo. El nerviosismo o el estrés son factores que acompañan a los turistas, por lo que muchas veces prefieren salir de paseo o viajar para calmarse, aunque en estas situaciones de igual forma se presentan tienden a que las personas se sientan nerviosos o estresados por las nuevas situaciones.

Pregunta 4

Figura 7

Manejo de problemas



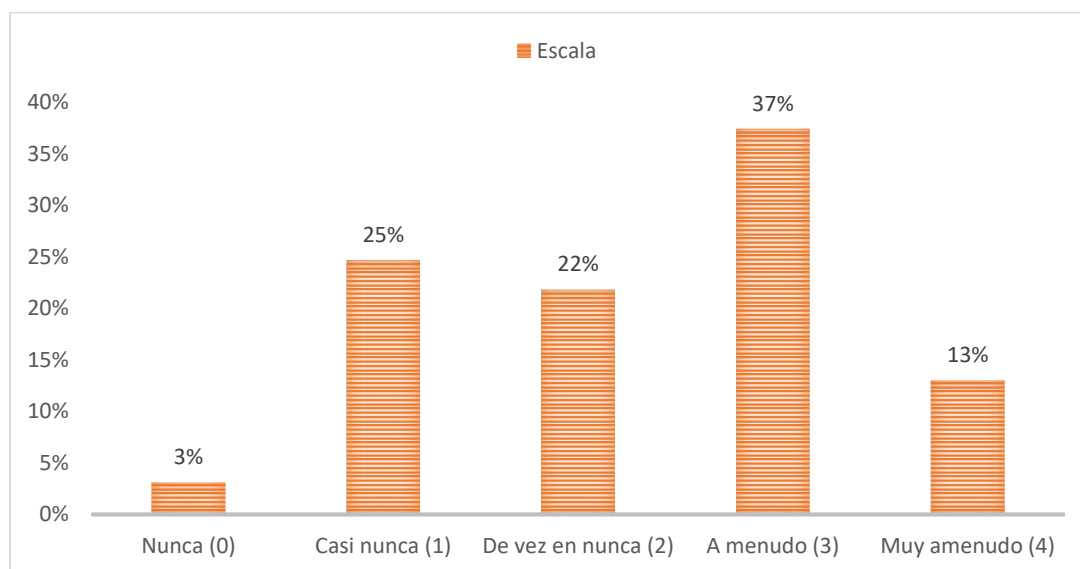
Nota. Frecuencia del manejo de problemas de los encuestados

La figura explica el porcentaje de como las personas manejan los problemas siendo el 3% los que nunca presentan problemas, el 14% los presenta casi nunca, 33% de vez en nunca, 41% los presenta a menudo y el 9% los presenta muy a menudo. Es decir, que el manejo de problemas es un detonante para los turistas y el estrés que pueden sufrir durante sus viajes debido a la falta de control y la falta de soluciones necesarias en cada caso.

Pregunta 5

Figura 8

Sentido de eficiencia



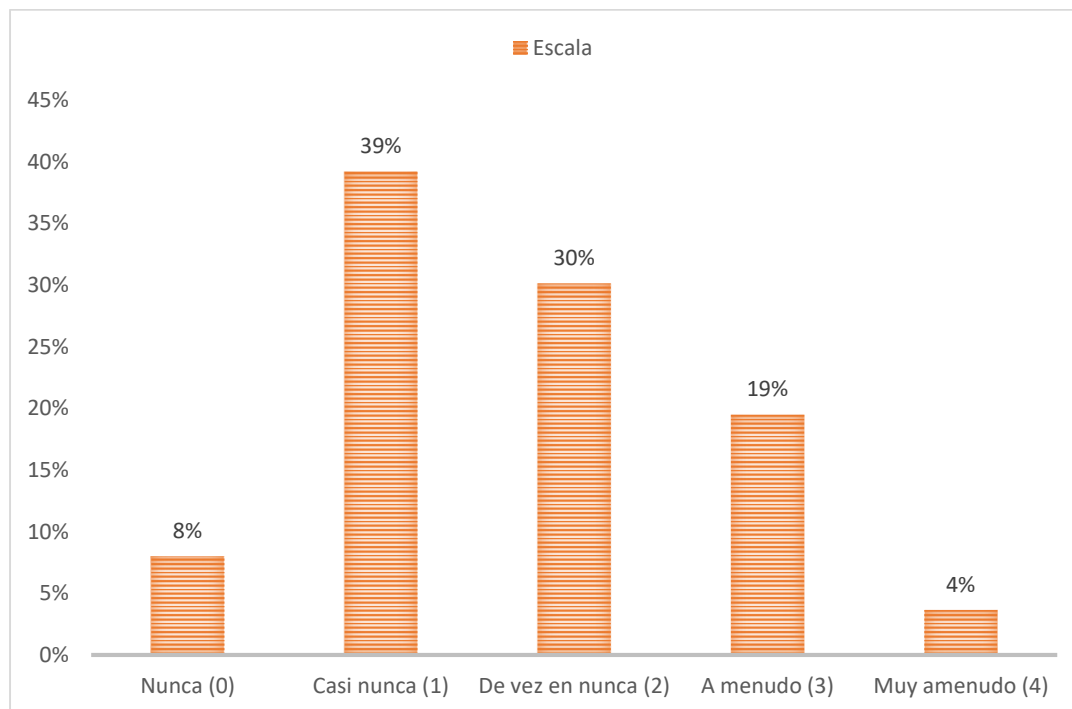
Nota. Frecuencia del sentido de eficiencia de los encuestados

El sentido de la eficiencia tiene diversos conceptos y panoramas, en el caso de los turistas se relaciona más con la forma en la que afrontan dichas problemáticas, la encuesta menciona que el 3% nunca ha presentado este sentido de ineficiencia, 25% casi nunca la ha sentido, 22% de vez en nunca la ha sentido, 37% la ha sentido a menudo y el 13% la ha sentido muy a menudo. Es decir, el sentido de ineficiencia para los turistas es una de las formas en las cuales se presenta el nerviosismo o el estrés cuando visitan la provincia.

Pregunta 6

Figura 9

Afrontamiento de situaciones



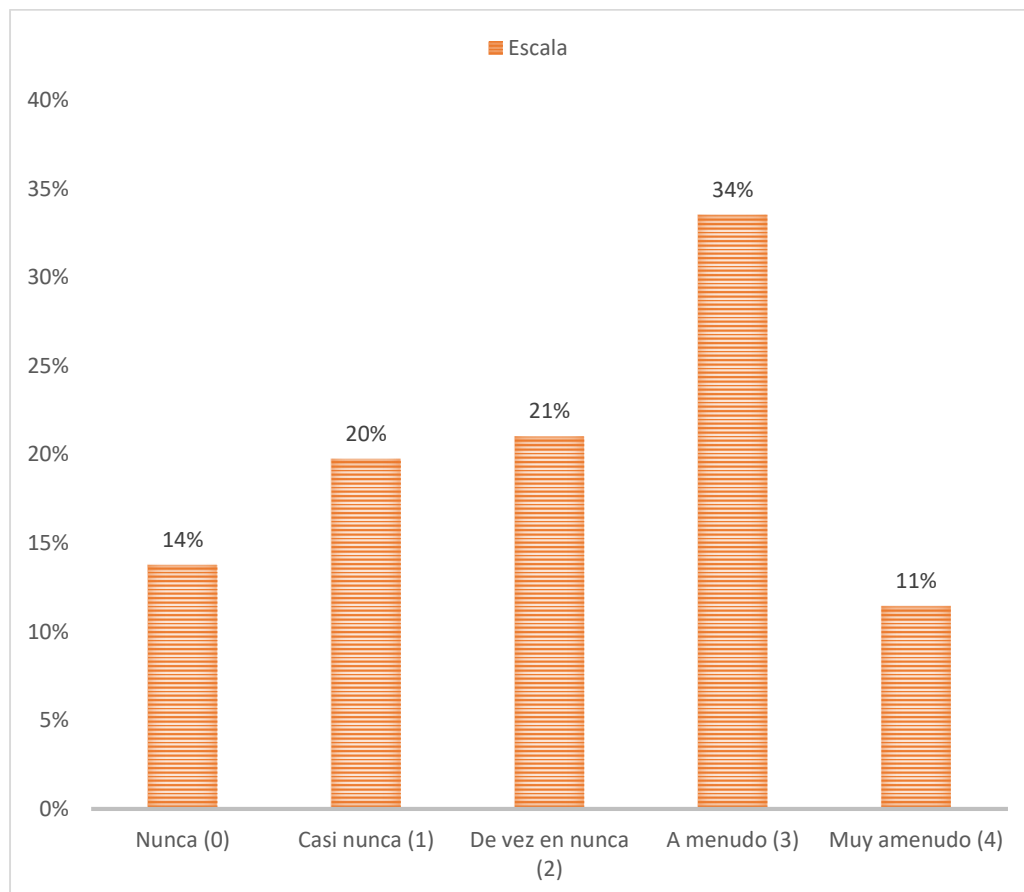
Nota. Frecuencia del afrontamiento de las situaciones para los encuestados

Se indica que el 8% nunca ha sentido temor por afrontar situaciones de la vida cotidiana, 39% casi nunca, 30% de vez en nunca, 19% a menudo y el 4% muy a menudo. El afrontar situaciones difíciles es una de las cosas más complicadas para las personas, muy pocas veces existe un afrontamiento adecuado y a la altura de las situaciones que se den, lo que se demuestra en la forma en la cual los turistas al tener una mayor versatilidad tienen una ventaja en afrontar situaciones difíciles.

Pregunta 7

Figura 10

Control de dificultades de la vida



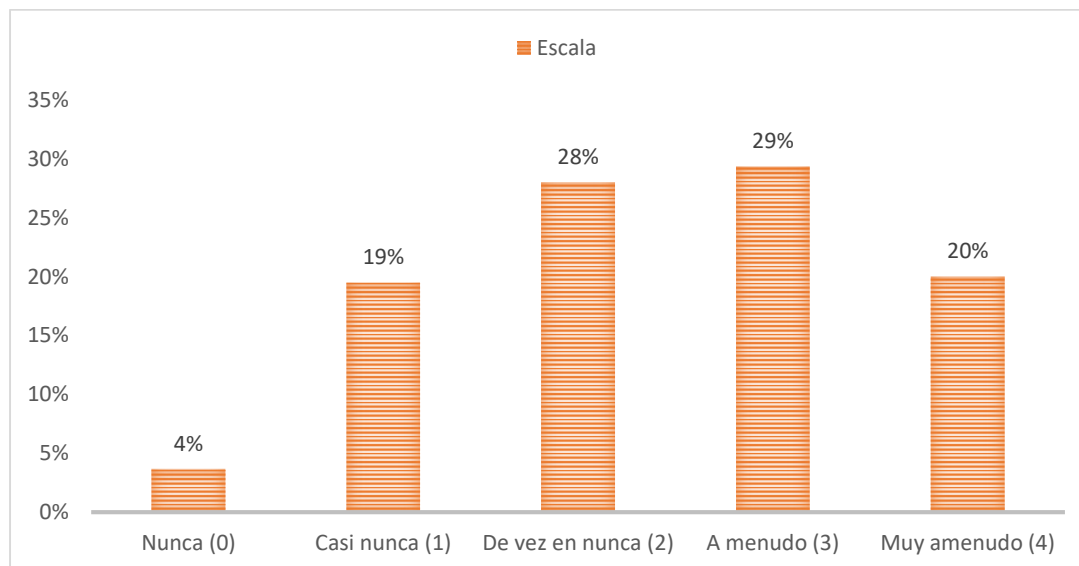
Nota. Frecuencia del control de dificultades de la vida de los encuestados

Se indica que el 14% de los encuestados nunca ha presentado dificultad para el control de dificultades, 20% casi nunca las ha presentado, 21% de vez en nunca, 34% las presenta a menudo y 11% muy a menudo. Es decir, para los turistas y para las personas en general el control de las dificultades en la vida es una situación de preocupación, ya que, la mayor parte de los encuestados prefiere evadir los problemas que surgen a controlarlos de manera adecuada.

Pregunta 8

Figura 11

Control de situaciones de ira



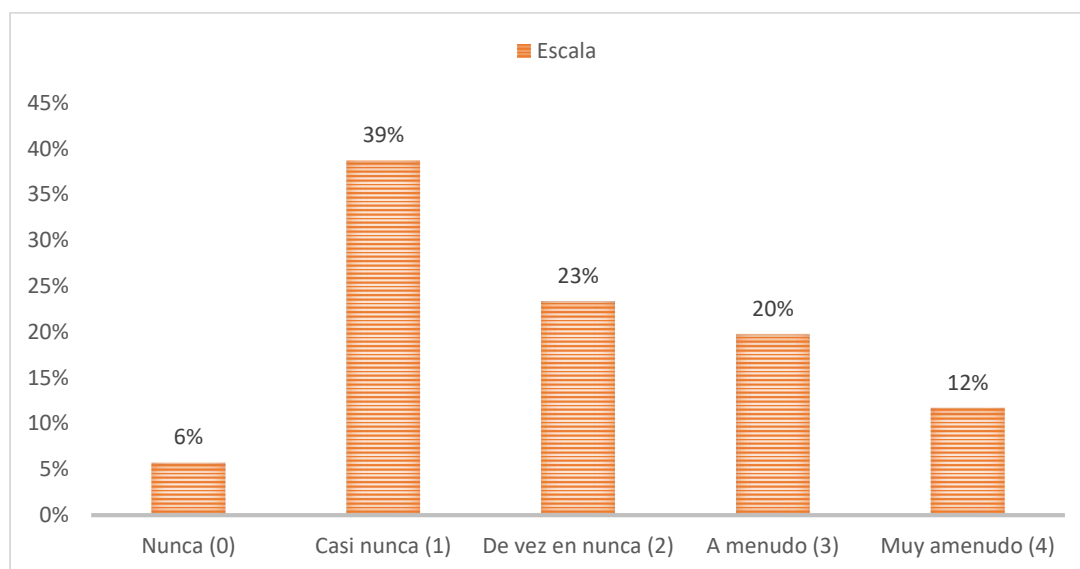
Nota. Frecuencia del control de las situaciones de ira de los encuestados

Se explica que el 4% nunca posee dificultad para el control de las situaciones de ira, 19% casi nunca posee dificultades, 28% de vez en nunca las presenta, 29% presenta dificultades a menudo, 20% las presenta muy a menudo. Lo que quiere decir que los turistas presentan problemas del control de la ira y de situaciones que les provoquen dicho sentimiento por el estrés e inclusive el nerviosismo que viven continuamente por situaciones ajenas al turismo que deciden realizar.

Pregunta 9

Figura 12

Enfado en las situaciones de la vida



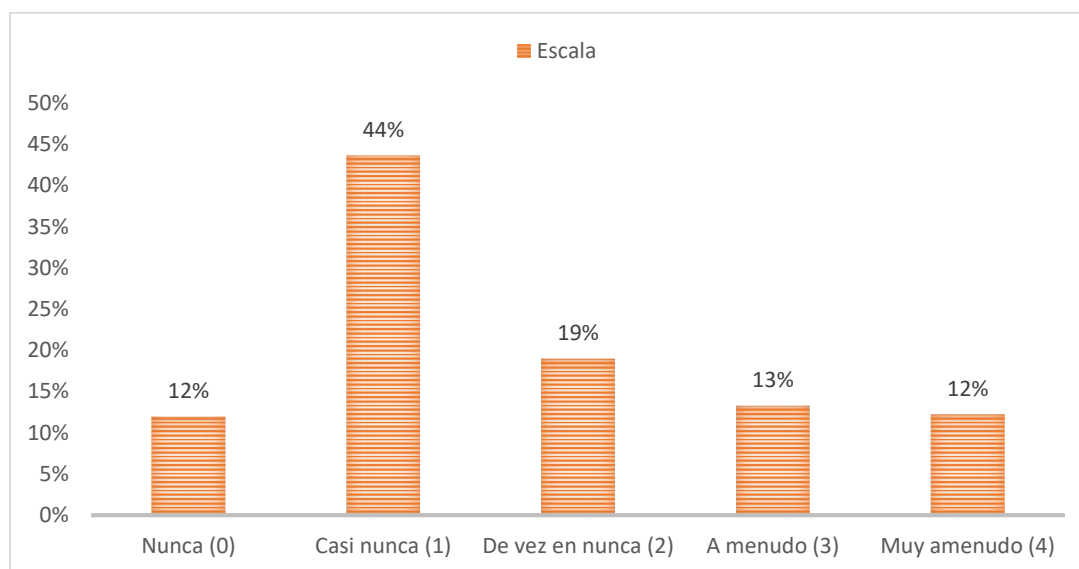
Nota. Frecuencia del enfado en las situaciones de los encuestados

Se indica que el 6% nunca se ha enfadado en situaciones cotidianas, 39% casi nunca las ha presentado, 23% de vez en nunca las ha presentado, 20% las presenta muy a menudo y el 12% las presenta muy a menudo. Es decir, las situaciones de enfado son comunes en la población, no obstante, los turistas poseen un control de esto y casi nunca poseen una dificultad para que se controle dicha situación.

Pregunta 10

Figura 13

Acumulación de situaciones graves



Nota. Frecuencia de la acumulación de situaciones graves de los encuestados

Se indica, que el 12% nunca ha sentido acumulación de las situaciones graves que suceden en su vida, 44% casi nunca ha sentido dicha acumulación, 19% siente tal acumulación de vez en nunca, 13% la siente a menudo y 12% la siente muy a menudo. Es decir, la acumulación de situaciones de gravedad es un factor de importancia en la sociedad, no obstante, muy pocos turistas sienten que estas situaciones se acumulan con gran medida que les imposibilita atenderlas oportunamente.

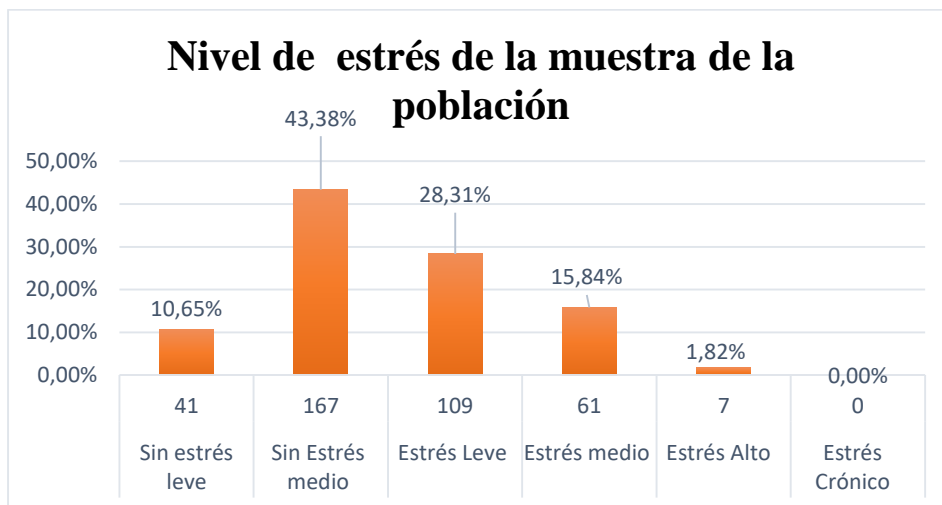
10.3. Nivel de estrés según los tipos de turismo

En las siguientes figuras, se presentan el número de turistas con nivel de estrés; Sin estrés leve, Sin estrés medio, Estrés Leve, Estrés medio, Estrés Alto, Estrés Crónico de todo el tamaño de la muestra y además por cada tipo de turismo, para identificar el nivel de estrés de los turistas que visitan la provincia de Pichincha.

10.3.1. Nivel de estrés del tamaño de la muestra.

Figura 14

Nivel de estrés de toda la Población

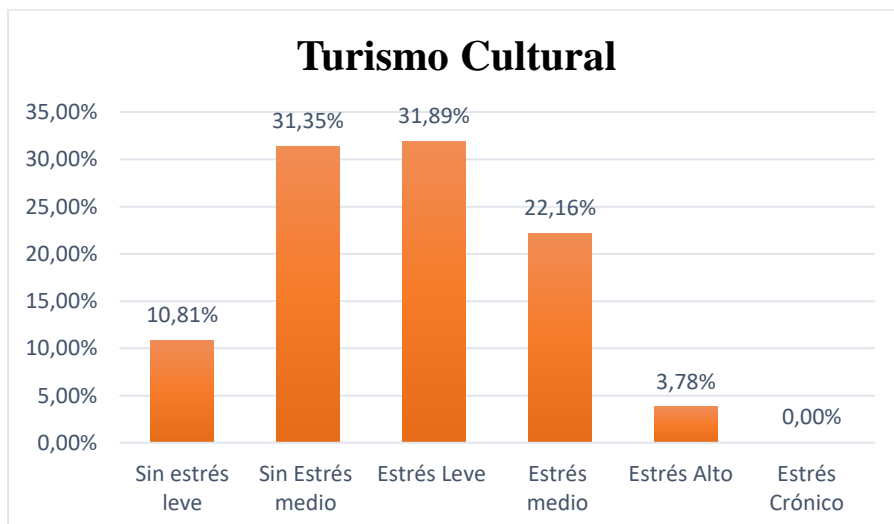


En la siguiente figura se puede evidenciar el nivel de estrés del tamaño de la muestra de estudio con un 43,38% sin estrés medio que arroja un total de 167 personas, seguido por un estrés leve de 28,31% con un total de 109 personas, estrés medio con un 15,84% total de personas 61, le sigue el sin estrés leve con 10,65% de los cuales pertenece 41 personas, y finalmente un 1,82% con 7 personas que tienen estrés alto, el estrés crónico no se registró debido a que ninguna persona lo posee.

10.3.2. Turismo Cultural

Figura15

Nivel de estrés en el Turismo Cultural

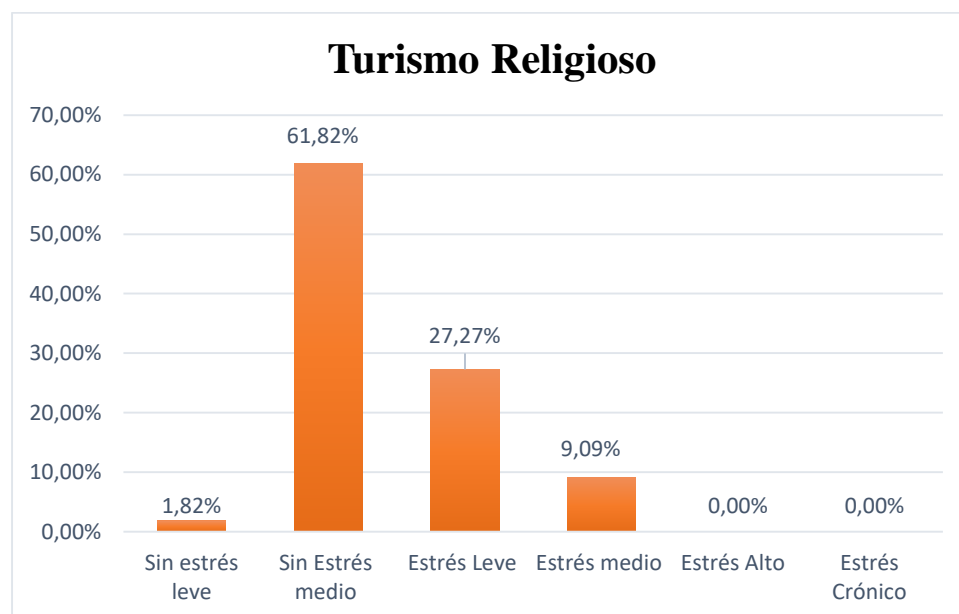


De acuerdo con los datos obtenidos hay un estrés leve con un 31.89% en el turismo cultural, la preferencia de los turistas es optar por este tipo de turismo siendo que estén o no estresados, De forma que se puede concluir que con sus fiestas, tradiciones e historia son preferidos por la población joven dado que este ambiente es de diversión, de alegría.

10.3.3. Turismo Religioso

Figura16

Nivel de estrés en el turismo Religioso

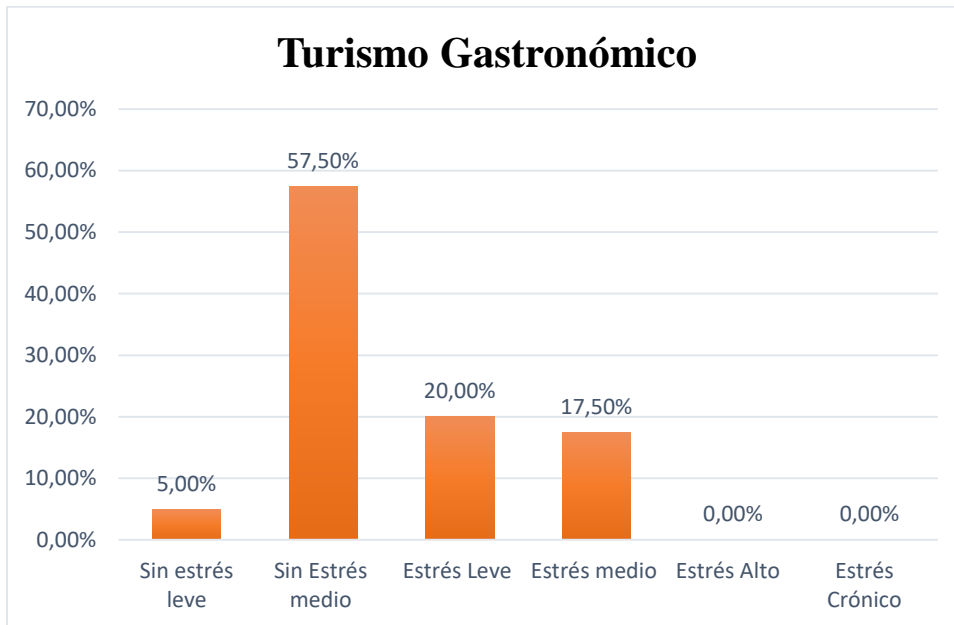


Se muestra en la figura un nivel Sin Estrés medio con un 61,82%, seguido de un estrés leve con un 27,27%, A través de esto se puede mencionar que las personas que visitan los lugares religiosos como santuario e iglesias encuentran paz y tranquilidad de acuerdo a su creencia.

10.3.4. Turismo Gastronómico

Figura17

Nivel de estrés en el Turismo Gastronómico

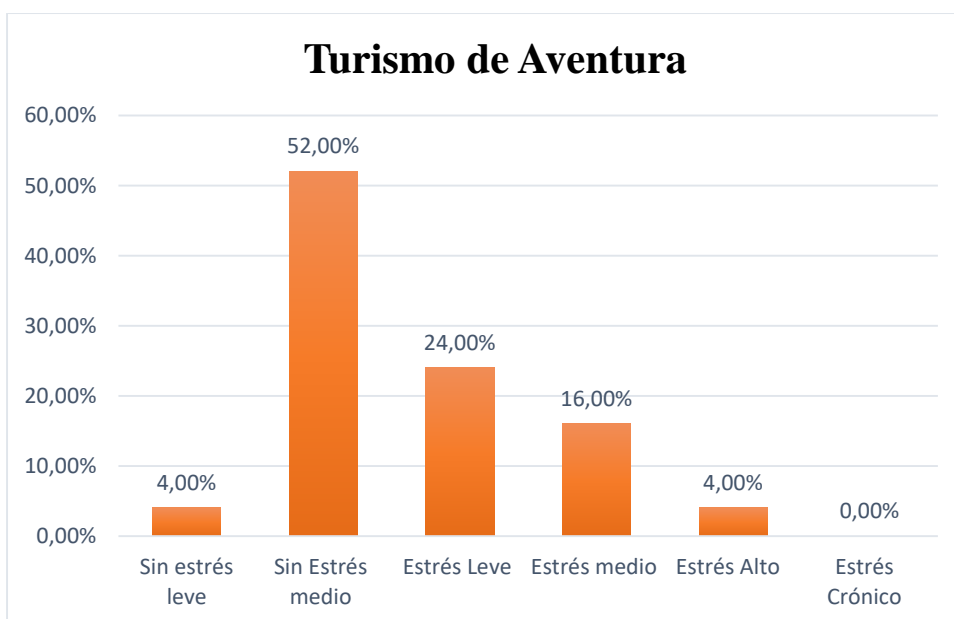


En esta figura se evidencia un 57,50% sin estrés medio seguido de un 20% estrés leve, se concluye que al degustar de los esquisitos platillos de la provincia ayuda a menorar su estrés.

10.3.5. Turismo de Aventura

Figura18

Nivel de estrés en el Turismo de Aventura

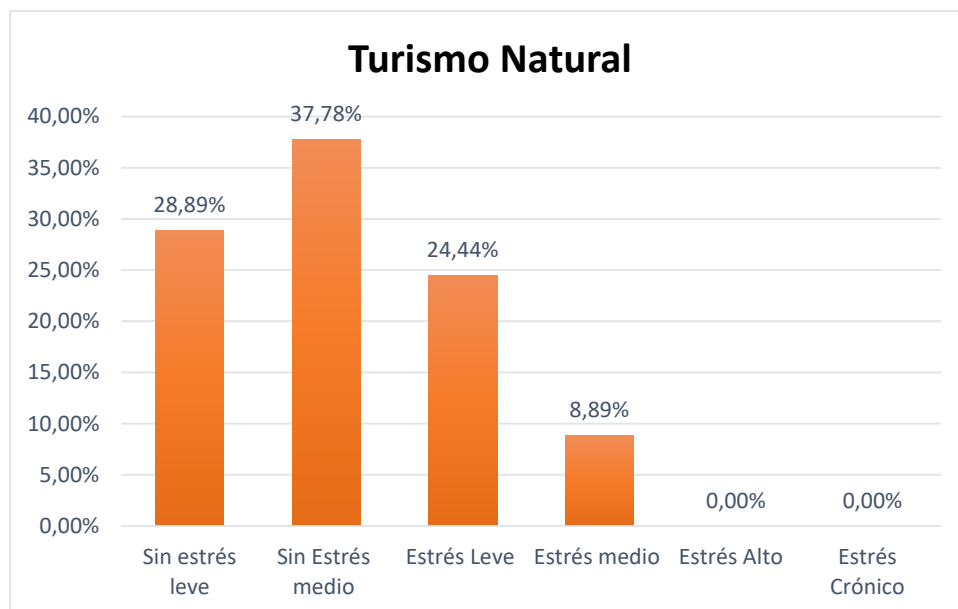


Se evidencia un 52% sin estrés medio seguido de un 24% estrés leve, concluyendo que las actividades y deportes de aventura relaja a un determinado grupo de personas.

10.3.6. Turismo Natural

Figura19

Nivel de estrés en el Turismo Natural

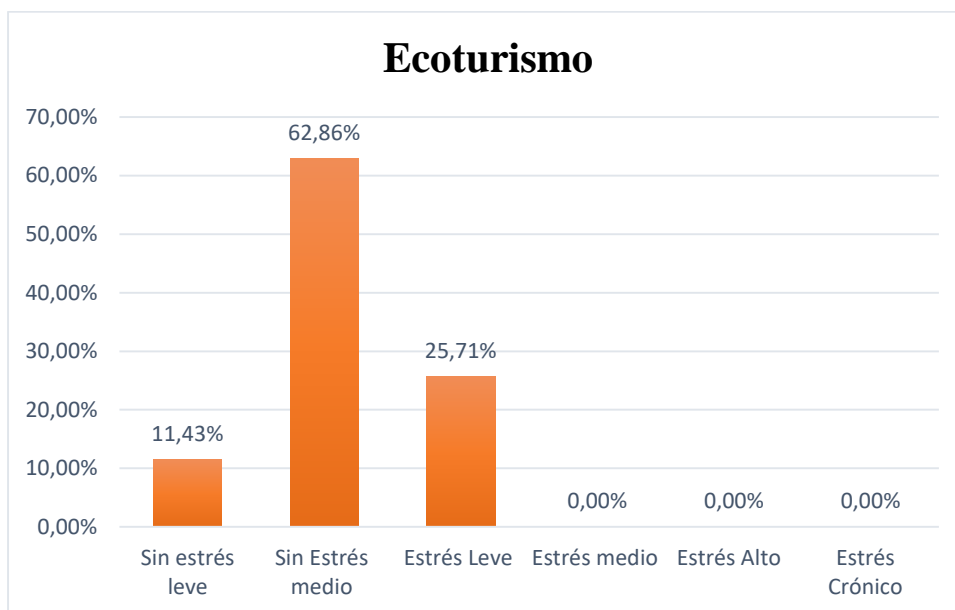


De acuerdo a los datos obtenidos en el turismo de Naturaleza arroja un 37,78% sin estrés medio seguido de un sin estrés medio con un 28,89%, concluyendo que las personas con estrés o sin estrés se encuentran en este tipo de turismo, ya sea para relajarse, despejar la mente o sentir paz estando en contacto con la naturaleza.

10.3.7. Ecoturismo

Figura 20

Nivel de estrés en el Ecoturismo



De acuerdo a la gráfica se menciona que hay un 62,86% sin estrés medio, seguido de un estrés leve con un 25,71%, así concluyendo que el ecoturismo es un medio de relajación, ya que es un tipo de turismo responsable con el ambiente que los rodea.

10.4. Clasificación de los niveles de estrés

Los niveles de estrés se clasifican de forma numérica y de forma cualitativa, para lo cual se detalla a continuación el grado de estrés en cada uno de los ítems que se han seleccionado para el análisis, teniendo en cuenta el total de respuestas que se han generado de acuerdo con la siguiente franja de color:

Figura 21

Semaforización de los niveles de estrés de un turista



Nota: La figura representa la semaforización de los niveles de estrés de acuerdo con la forma en la que se presente.

Para el conocimiento del nivel de estrés, cada uno de los ítems presentados presenta un nivel diferente, por lo cual, a continuación, se desarrollará la clasificación del nivel de estrés de los turistas en cada una de las preguntas realizadas en la encuesta.

Tabla 13

Nivel de estrés de la pregunta 1

Pregunta 1. En el último mes, ¿con qué frecuencia ha estado afectado por algo que ha ocurrido inesperadamente?		
Semaforización	Rangos de Estrés	Porcentaje
Nunca	Sin estrés	22%
Casi nunca	Estrés leve	41%
De vez en nunca	Estrés medio	16%
A menudo	Estrés alto	20%
Muy a menudo	Estrés grave	1%

Nota: Elaborado por Ipatia Romero.

Referente a la primera pregunta que se relaciona con las afecciones de ánimo, los encuestados presentan un estrés leve con un 41%, a diferencia de los que poseen un estrés grave con un 1%, que son dos niveles distintos, sin embargo, esto demuestra un nivel no tan problemático para este tipo de situaciones.

Tabla 14

Nivel de estrés de la pregunta 2

Pregunta 2. En el último mes, ¿con qué frecuencia se ha sentido incapaz de controlar las cosas importantes en su vida?		
Semaforización	Rangos de Estrés	Porcentaje
Nunca	Sin estrés	23%
Casi nunca	Estrés leve	27%
De vez en nunca	Estrés medio	30%
A menudo	Estrés alto	18%
Muy a menudo	Estrés grave	2%

Nota: Elaborado por Ipatia Romero.

La pregunta dos en relación con la frecuencia de la incapacidad de control de las situaciones importantes el nivel de estrés medio corresponde al 30%, mientras que un estrés

grave lo representan un 2%, es decir, que los turistas presentan un estrés considerable cuando no pueden controlar situaciones importantes.

Tabla15

Nivel de estrés de la pregunta 3

Pregunta 3. En el último mes, ¿con qué frecuencia se ha sentido nervioso o estresado?		
Semaforización	Rangos de Estrés	Porcentaje
Nunca	Sin estrés	2%
Casi nunca	Estrés leve	20%
De vez en nunca	Estrés medio	36%
A menudo	Estrés alto	30%
Muy a menudo	Estrés grave	12%

Nota: Elaborado por Ipatia Romero.

La pregunta tres de acuerdo con la frecuencia de nerviosismo o estrés demuestra que el 36% poseen un nivel de estrés medio, mientras que el 12% posee un nivel de estrés grave, lo que demuestra que el nerviosismo o el estrés dentro de los turistas es frecuente, lo que causa una alteración del ánimo de las personas por los sucesos.

Tabla16

Nivel de estrés de la pregunta 4

Pregunta 4. En el último mes, ¿con qué frecuencia ha manejado con éxito los pequeños problemas irritantes de la vida?		
Semaforización	Rangos de Estrés	Porcentaje
Nunca	Sin estrés	3%
Casi nunca	Estrés leve	14%
De vez en nunca	Estrés medio	33%
A menudo	Estrés alto	41%
Muy a menudo	Estrés grave	9%

Nota: Elaborado por Ipatia Romero.

El manejo de los pequeños problemas representa un nivel de estrés alto para los turistas con un 41%, y un nivel de estrés grave para el 9%. Es decir, que esta situación en particular es algo de estrés para los turistas, más aún cuando estas situaciones se dan en el contexto de viaje.

Tabla 17

Nivel de estrés de la pregunta 5

Pregunta 5. En el último mes, ¿con qué frecuencia has sentido que las cosas le van bien?		
Semaforización	Rangos de Estrés	Porcentaje
Nunca	Sin estrés	3%
Casi nunca	Estrés leve	25%
De vez en nunca	Estrés medio	22%
A menudo	Estrés alto	37%
Muy a menudo	Estrés grave	13%

Nota: Elaborado por Ipatia Romero.

El sentimiento de las cosas que resultan bien para los turistas representa un estrés alto con un 37% y un estrés grave con un 13%, lo que resulta en un problema grave, por la forma en la que suceden las cosas, ya que si estás no salen bien es un estrés para los turistas.

Tabla 18

Nivel de estrés de la pregunta 6

Pregunta 6. En el último mes, ¿con qué frecuencia has sentido que no podía afrontar todas las cosas que tenía que ser?		
Semaforización	Rangos de Estrés	Porcentaje
Nunca	Sin estrés	8%
Casi nunca	Estrés leve	39%
De vez en nunca	Estrés medio	30%
A menudo	Estrés alto	19%
Muy a menudo	Estrés grave	4%

Nota: Elaborado por Ipatia Romero.

La relación con la frecuencia de afrontamiento de las cosas representa un nivel de estrés leve con un 39%, un estrés medio con un 30% y un estrés grave con un 4%, es decir, que el

afrontamiento de las situaciones dependiendo a como se vaya dando esto representa un estrés en aumento para todos los turistas.

Tabla 19

Nivel de estrés de la pregunta 7

Pregunta 7. En el último mes, ¿con qué frecuencia ha podido controlar las dificultades de su vida?		
Semaforización	Rangos de Estrés	Porcentaje
Nunca	Sin estrés	14%
Casi nunca	Estrés leve	20%
De vez en nunca	Estrés medio	21%
A menudo	Estrés alto	34%
Muy a menudo	Estrés grave	11%

Nota: Elaborado por Ipatia Romero.

El control de las situaciones de la vida representa un estrés alto para el 34%, y un estrés grave con 11%, lo que demuestra que el control de situaciones difíciles es un factor de estrés detonante para los turistas ya que no se encuentran en un lugar donde conozcan las cosas de mejor forma.

Tabla 20

Nivel de estrés de la pregunta 8

Pregunta 8. En el último mes, ¿con qué frecuencia se ha sentido que tenía todo bajo control?		
Semaforización	Rangos de Estrés	Porcentaje
Nunca	Sin estrés	4%
Casi nunca	Estrés leve	19%
De vez en nunca	Estrés medio	28%
A menudo	Estrés alto	29%
Muy a menudo	Estrés grave	20%

Nota: Elaborado por Ipatia Romero.

El control de las situaciones es una situación de estrés, lo que representa un estrés alto para el 29% y un estrés grave para el 20%, es decir, el sentimiento de que las cosas al no tenerlas

bajo control o como estaban previstas es una causa de estrés por la falta de una mentalidad abierta a cambios, si no, que se rigen bajo un estricto control.

Tabla 21

Nivel de estrés de la pregunta 9

Pregunta 9. En el último mes, ¿con qué frecuencia ha estado enfadado porque las cosas que le ha ocurrido estaban fuera de su control?		
Semaforización	Rangos de Estrés	Porcentaje
Nunca	Sin estrés	6%
Casi nunca	Estrés leve	39%
De vez en nunca	Estrés medio	23%
A menudo	Estrés alto	20%
Muy a menudo	Estrés grave	12%

Nota: Elaborado por Ipatia Romero.

El sentimiento de enfado hacia las actividades o hacia las cosas propiamente causa estrés, un 39% está en un nivel de estrés leve, a diferencia del 20% que posee un estrés alto y el 12% que posee un estrés grave, es decir que el enfadarse o irritarse provoca estrés desmesurado en los turistas, sus familias o acompañantes.

Tabla 22

Nivel de estrés de la pregunta 10

Pregunta 10. En el último mes, ¿con qué frecuencia has sentido que las dificultades se acumulan tanto que no puede superarlas?		
Semaforización	Rangos de Estrés	Porcentaje
Nunca	Sin estrés	12%
Casi nunca	Estrés leve	44%
De vez en nunca	Estrés medio	19%
A menudo	Estrés alto	13%
Muy a menudo	Estrés grave	12%

Nota: Elaborado por Ipatia Romero.

Finalmente, la última pregunta que se relaciona con la acumulación de situaciones difíciles de superarlas representa un nivel leve de estrés con un 44% a diferencia del 12% que posee un nivel de estrés grave. Lo que demuestra que el control de las situaciones tiene a manejarse de mejor forma siempre y cuando las situaciones permitan dicho manejo.

Ahora bien, después de analizar cada una de las preguntas, se ha realizado una tabla general (Tabla 23) en la que se ejemplifica cual es el nivel de estrés más común en los turistas, siendo una forma de conocer qué tipo de turismo es el adecuado para los turistas de acuerdo con el nivel de estrés que puedan sufrir por las diversas actividades.

Tabla 23

Niveles de estrés generales de cada pregunta

Variable o Ítem de Control	Nunca	Casi nunca	De vez en nunca	A menudo	Muy a menudo	
Afecciones de ánimo	22%	41%	16%	20%	1%	
Incapacidad de controlar las situaciones de la vida	23%	27%	30%	18%	2%	
Frecuencia de nerviosismo o estrés	2%	20%	36%	30%	12%	
Manejo de problemas	3%	14%	33%	41%	9%	
Sentido de eficiencia	3%	25%	22%	37%	13%	
Afrontamiento de situaciones	8%	39%	30%	19%	4%	
Control de dificultades de la vida	14%	20%	21%	34%	11%	
Control de situaciones de ira	4%	19%	28%	29%	20%	
Enfado en las situaciones	6%	39%	23%	20%	12%	
Superación de situaciones graves	12%	44%	19%	13%	12%	
SUBTOTAL	97%	288%	258%	261%	96%	1000%
TOTAL	10%	29%	26%	26%	10%	100%

Nota: Elaborado por Ipatia Romero

La tabla presentada explica de forma detallada el nivel de estrés más frecuente en los turistas que visitan la provincia de Pichincha, donde el 10% del total de los encuestados nunca poseen estrés, el 29% casi nunca, el 26% de vez en nunca, así también el 26% a menudo y solo el 10% muy a menudo. Es decir que el nivel de estrés varía en cada caso, y en cada situación que depende de la forma en que cada uno de los turistas perciba la situación y como está influye en el nivel de estrés para cada uno. En la tabla siguiente, en cambio se realiza una condensación general de los niveles de estrés que pueden tener los turistas, siendo una forma de control en cuanto a la semaforización existente y al nivel de estrés que corresponde cada una de estas en relación con el semáforo presentado.

Tabla 24

Datos estadísticos de los niveles de estrés más frecuentes en el turista

Semaforización	Rangos de Estrés	Puntuación	Frecuencia	Porcentaje
Nunca	Sin estrés	10	38	10%
Casi nunca	Estrés leve	20	111	29%
De vez en nunca	Estrés medio	25	99	26%
A menudo	Estrés alto	30	99	26%
Muy a menudo	Estrés grave	35	38	10%

Nota: Elaborado por Ipatia Romero. La tabla explica el nivel de estrés más frecuente en los turistas de la provincia de Pichincha.

El nivel de estrés de los turistas en Pichincha tras el paso de dos años de la pandemia de COVID-19 ha cambiado drásticamente, ya que, en los años siguientes como son 2020 y 2021 el estrés de los turistas era alto y grave por la preocupación de contagio, a diferencia de que hoy en día la pandemia ha desaparecido, lo que ha demostrado un cambio en el nivel de estrés, ya que, la Tabla 24 demuestra que el 10% que corresponde a 38 personas de los encuestados no poseen estrés, el 29% que corresponde a 111 personas corresponde a un nivel de estrés leve, el 26% con 99 personas corresponde a un nivel de estrés medio, igualmente el

26% con 99 personas corresponde a un nivel de estrés alto y finalmente el 10% con 38 personas corresponde a un nivel de estrés grave.

11. Análisis de la Prueba Estadística

Figura 22

Prueba estadística SPSS

Correlaciones			TipoTurismo	NivelEstrés
Tau_b de Kendall	TipoTurismo	Coefficiente de correlación	1,000	-,191**
		Sig. (bilateral)	.	,000
	NivelEstrés	N	385	385
		Coefficiente de correlación	-,191**	1,000
Rho de Spearman	TipoTurismo	Sig. (bilateral)	,000	.
		N	385	385
	NivelEstrés	Coefficiente de correlación	1,000	-,225**
		Sig. (bilateral)	.	,000
	TipoTurismo	N	385	385
		Coefficiente de correlación	-,225**	1,000
NivelEstrés	Sig. (bilateral)	,000	.	
	N	385	385	

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

Se realizó la prueba estadística en la herramienta SPSS de acuerdo al coeficiente de correlación de Spearman para determinar la correlación entre el tipo de turismo y el nivel de estrés de los turistas. Se interpreta los valores obtenidos de la siguiente manera que se presenta a continuación.

El coeficiente de correlación va entre -1 y +1 y el 0 indica que no hay asociación entre las dos variables, una de las escalas más utilizadas que sirve como referencia es la siguiente:

Correlación negativa perfecta	-1
Correlación negativa fuerte moderada débil	-0,5
Ninguna correlación	0

Correlación positiva moderada Fuerte	+0,5
Correlación positiva perfecta	+ 1

Es importante considerar la significancia del valor de Spearman, si el valor obtenido de la prueba es $< 0,001$ cumple ya que es menor a $0,005$ lo que menciona que la correlación entre las dos variables es verdadera. Las personas que tiene más estrés en su cuerpo están actualmente seleccionando los atractivos culturales por el cambio de ambiente, esto se refiere a que viajar a destinos con patrimonio cultural rico puede ofrecer un cambio de escenario que aleje a las personas de su rutina diaria, lo que puede ayudar a reducir el estrés. Además, Participar en actividades culturales como visitar museos, galerías de arte, sitios arqueológicos, conciertos, festivales y espectáculos teatrales puede proporcionar una sensación de satisfacción y enriquecimiento personal, lo que contribuye a reducir el estrés y mejorar el bienestar emocional. La siguiente correlación es con el turismo religioso que implica visitar lugares sagrados, como templos, iglesias, o lugares de peregrinación. Estos entornos ofrecen un ambiente favorable para la reflexión espiritual y la conexión con lo divino, lo cual puede ayudar a reducir el estrés al proporcionar consuelo y esperanza. En tercer lugar, existe correlación con el turismo de naturaleza ya que proporciona una oportunidad para escapar del estrés de la vida cotidiana y sumergirse en entornos tranquilos y rejuvenecedores. La conexión con la naturaleza y la participación en actividades al aire libre pueden tener efectos positivos en el bienestar emocional y contribuir a una sensación de calma y equilibrio. En cuarto lugar, está el turismo gastronómico, disfrutar de la comida es una experiencia placentera que estimula los sentidos. Probar nuevos sabores, texturas y aromas puede ser muy gratificante y ayudar a reducir el estrés al proporcionar un momento de disfrute y satisfacción. Sentarse a disfrutar de una comida deliciosa en un entorno agradable puede ser una forma efectiva de relajarse y desconectar del estrés diario. La siguiente correlación es con el turismo de aventura, este turismo ofrece experiencias emocionantes y desafiantes, estas actividades que pueden liberar adrenalina y

proporcionar una sensación de emoción y logro, lo que puede ayudar a reducir el estrés al proporcionar una distracción emocionante de las preocupaciones diarias. Por último, está la correlación con el ecoturismo este ofrece una amplia gama de actividades al aire libre, como senderismo, observación de aves, observación de vida silvestres, entre otros. Estas actividades no solo ofrecen ejercicio físico, que es beneficioso para reducir el estrés, sino que también permiten a las personas conectar con la naturaleza de manera más profunda y apreciar su belleza y diversidad.

En conclusión, el turismo ofrece la oportunidad de escapar de la rutina diaria y sumergirse en entornos nuevos y emocionantes. Viajar a lugares diferentes puede proporcionar un cambio de escenario que ayude a reducir el estrés asociado con la monotonía de la vida cotidiana. El turismo ofrece la oportunidad de escapar de la rutina diaria y sumergirse en entornos nuevos y emocionantes. Viajar a lugares diferentes puede proporcionar un cambio de escenario que ayude a reducir el estrés asociado con la monotonía de la vida cotidiana.

12. IMPACTOS DEL PROYECTO

Los impactos que se esperan generar en base al desarrollo del proyecto son los siguientes:

12.1. Impactos Sociales

Mediante el desarrollo de la investigación el mayor impacto social se da en la provincia de Pichincha en general, ya que, mediante esto se busca que la sociedad en general apoye a la reactivación del turismo que se ha afectado por la pandemia de COVID-19, siendo importante para las personas que viven en la provincia mantenerla en buenas condiciones para que los turistas disfruten al venir y pasearse por la ciudad.

12.2. Impactos Económicos

El mayor impacto económico que se espera es el aumento de la tasa de PIB que produce el sector del turismo en el país, ya que, al ser la capital del país los turistas visitan diariamente la ciudad y ayudan a los comerciantes y demás personas a que posean una actividad económica para dejar de lado el desempleo ocasionado por la pandemia.

13. CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

13.1. Conclusiones

El desarrollo de la investigación ha proporcionado las siguientes conclusiones en base a cada uno de los objetivos específicos planteados:

- La delimitación del área de estudio se derivó de una investigación documental que abarcó fuentes primarias, como el Plan de Desarrollo y Ordenamiento Territorial, así como fuentes secundarias. La provincia de Pichincha está ubicada en la parte central-norte del Callejón Interandino en la República del Ecuador, donde existen diversos sitios turísticos distribuidos en los cantones aledaños como son Cayambe, Pedro Moncayo, Puerto Quito, Rumiñahui y Mejía, seguidamente se definió los tipos de turismo que se desarrolla en la provincia los cuales fueron; Turismo Cultural, Turismo Religioso, Turismo Natural, Gastronómico, Turismo de Aventura y Ecoturismo. Además, los atractivos seleccionados fueron 10 de jerarquía II y III en los distintos cantones de la Provincia de Pichincha: Monumento Virgen el Panecillo, Monumento a la Mitad del Mundo, Monumento a la Independencia, Plaza Central de Sangolquí, Iglesia de la Compañía Jesús, Iglesia Matriz de Machachi, Hornado de Sangolquí, Cascada del Amor, Cascada Mindo Nambillo y Mindo Canopy Adventure. También se elaboró una base de datos teóricos, para la elección del instrumento de estrés, para ello se tomó en cuenta las ventajas y desventajas y la puntuación, con esto se llegó a elegir el Test de Estrés Percibo versión española por el doctor Cohen.
- Para la sistematización de los datos se utilizó como técnica la encuesta y el cuestionario como instrumento, que consto de dos variables la primera demográfica: edad y género y 10 preguntas sobre el nivel de estrés para el cálculo del tamaño de la muestra se utilizó la fórmula para población infinita el cual dio como resultado 385 encuestas que se aplicó , continuamente se elaboró un cronograma de salida de campo y por último se

realizó una base de datos en la herramienta Excel de los resultados obtenidos, en el cual refleja de las 385 encuestas que, el 40% de los encuestados pertenecen al grupo de 18-25 años, 32% al grupo de 26-35 años, 12% al grupo de 36-45 años, así mismo 12% al grupo de 46-55 años y solo el 4% al grupo de 56-65 años. Es decir, que la mayor parte de turistas en la provincia de Pichincha son jóvenes, Por otra parte, el 48% de los encuestados son de género masculino, mientras que el 52% pertenece al género femenino, es decir, que la mayor parte de turistas son de género femenino. Además, dependiendo el tipo de turismo hay el nivel de estrés como es el turismo Cultural con un Estrés leve 31,89%, Turismo Religioso Sin estrés medio 61,82%, Turismo Gastronómico Sin estrés medio 57,5%, Turismo natural Sin estrés medio 52%, Turismo aventura sin estrés medio 37,78% y Ecoturismo sin estrés medio 62,85% de las encuestas fueron realizadas en los atractivos seleccionados.

- Finalmente, se realizó la prueba estadística mediante el método de Spearman, si el valor obtenido de la prueba es $< 0,001$ cumple ya que es menor a 0,005 lo que menciona que la correlación entre las dos variables es verdadera y se determinó correlación significativa en el nivel 0,01 bilateral, el cual significa que el tipo de turismo si depende del nivel de estrés, de manera que los turistas al estar en sitio de pernoctación se sienten estresados y buscan otra forma de turismo alternativo, que les ayuden a relajarse y sentirse tranquilos.

13.2. Recomendaciones

Ahora bien, con las conclusiones previamente redactadas las recomendaciones que se pueden realizar en este caso son:

- Se recomienda realizar estudios profundos en temas de estrés y la relación con el tipo de turismo, debido a que no hay mucha información, esta investigación es de mucha importancia para futuros investigadores, y además para los prestadores de servicio, ya que pueden implantar actividades, para la tranquilidad de los turistas.
- Se recomienda analizar actividades de turismo en más atractivos de la provincia de Pichincha, lo cual ayuda a tener diversos enfoques de cómo puede manejarse cada uno de los niveles de estrés, al tener diversos paquetes de actividades los turistas pueden tener una mayor gama a elección.
- Finalmente, la última recomendación que se puede realizar referente a esto es que los turistas que visiten la provincia de Pichincha vengan con una mentalidad de aventura y dispuestos a conocer más de la cultura, gastronomía y diversas actividades, ya que puede ser una forma de distracción y manejo de las emociones para que el estrés no sea una razón limitante para realizar las actividades.

14. REFERENCIAS

- Acerenza . (2010). Retrieved from file:///C:/Users/seba1/Downloads/Dialnet-DelTurismoTradicionalAlTurismoComunitario-8121579.pdf
- American Psychological Association. (2010). *APA Organization*. Retrieved from <https://www.apa.org/topics/stress/estres-problema#:~:text=El%20estr%C3%A9s%20est%C3%A1%20afectando%20enormemente,por%20sus%20siglas%20en%20ingl%C3%A9s>.
- Boullón, R. C. (2006). Trill.
- CAMARA DE DIPUTADOS. (n.d.). Retrieved from https://archivos.diputados.gob.mx/Centros_Estudio/Cesop/Eje_tematico/4_Turismo.htm#:~:text=Turismo%20interno%20o%20dom%C3%A9stico%3A%20comprende,que%20se%20registran%20las%20cuentas.
- Canive, T. (2019). *Sinnaps*. Retrieved from <https://www.sinnaps.com/blog-gestion-proyectos/metodologia-cualitativa>
- Capdevila, M. J. (2005). Estrés. *Offram*, 24(8), 96-104. Retrieved from <https://www.elsevier.es/es-revista-offarm-4-articulo-estres-13078580>
- CEUPE. (n.d.). Retrieved from <https://www.ceupe.com/blog/turismo-cultural.html>
- Coba, G. (2020, Marzo 31). La economía ecuatoriana creció 0,1% en 2019. *PRIMICIAS*. Retrieved from <https://www.primicias.ec/noticias/economia/economia-ecuador-crecimiento-banco-central/>
- (1999). *Código Ético Mundial para el Turismo (GCET)*. Chile.
- Cohen, S. y. (1983).

Conceptos básicos sobre base de datos. (n.d.). Retrieved from Microsoft.com:
<https://support.microsoft.com/es-es/topic/conceptos-b%C3%A1sicos-sobre-bases-de-datos-a849ac16-07c7-4a31-9948-3c8c94a7c204#:~:text=datos%20de%20Access-,%C2%BFQu%C3%A9%20es%20una%20base%20de%20datos%3F,programa%20de%20procesamiento%20de%20texto.>

(2008). *Constitución de la República del Ecuador.* Quito: Asamblea Constituyente.

CTC, E. C. (n.d.). Retrieved from <https://www.unwto.org/es/gastronomia-turismo-enologico#:~:text=El%20Comit%C3%A9%20de%20Turismo%20y,con%20productos%20y%20actividades%20afines.>

CURSOS TURISMO. (n.d.). Retrieved from <https://cursosdeturismoonline.es/turismo/turismo-internacional/>

Cursos Turismos. (n.d.). Retrieved from <https://cursosdeturismoonline.es/turismo/turismo-internacional/>

ECOTURISMO. (2007). *ANDECO,*
<https://www.ecoturismoenandalucia.org/Esp/ecoturismo.php>.

Equipo Auditorial, E. (2021). Emoción. <https://concepto.de/emocion/>.

Europa Press Turismo. (2019, Julio 1). *Europa Press.* Retrieved from <https://www.europapress.es/turismo/nacional/noticia-viajar-ayuda-liberar-estres-mejora-autoestima-aumenta-creatividad-20190701135554.html>

Facultad de Ciencias Sociales. (n.d.). *Metodo Cuantitativo.* Retrieved from https://www.google.com/search?q=enfoque+Cuantitativo+que+significa+&sca_esv=3c772ec24dbff4e5&rlz=1C1GCEA_enEC1093EC1093&ei=8Oi1ZcaoA5-VwbkPjb6NmA8&ved=0ahUKEwjG4OPMr_

DAxWfSjABHQ1fA_MQ4dUDCBA&uact=5&oq=enfoque+Cuantitativo+que+signif
ica+&gs_lp=Egxnd3Mtd2l

Flores, E., & Miranda Maria Guadalupe, V. M. (n.d.). Retrieved from
<https://www.scielo.org.mx/pdf/ram/v64n3/2448-9190-ram-64-03-0364.pdf>

FORMA INFANCIA . (2023, Abril 19). Retrieved from [https://formainfancia.com/7-
emociones-basicas-cuales-son/](https://formainfancia.com/7-emociones-basicas-cuales-son/)

GAD Provincial. (2020). *Guía Provincial de Turismo de Pichincha*. Quito: GAD Pichincha.

Hernández Mogollón, J. M. (n.d.). Retrieved from file:///C:/Users/seba1/Downloads/Dialnet-
TurismoCulturalYDeNaturaleza-5997857%20(1).pdf

IBM. (2021, 12 07). Retrieved from [https://www.ibm.com/docs/es/spss-
statistics/beta?topic=sslvmb-subs-statistics-mainhelp-ddita-spss-base-tests-for-
several-related-samples-test-types-html](https://www.ibm.com/docs/es/spss-statistics/beta?topic=sslvmb-subs-statistics-mainhelp-ddita-spss-base-tests-for-several-related-samples-test-types-html)

IBM. (n.d.). *SPSS Statistics*. Retrieved from [https://www.ibm.com/es-es/products/spss-
statistics](https://www.ibm.com/es-es/products/spss-statistics)

Jiménez, A., & Jacinto, A. (2017). Métodos científicos de indagación y de construcción del
conocimiento. *Re. esc. adm. neg*(82), 179-200. Retrieved from
<http://www.scielo.org.co/pdf/ean/n82/0120-8160-ean-82-00179.pdf>

(2014). *Ley de Turismo*. Quito: Asamblea Constituyente.

Lovibond, L. y. (1995).

Martinez, M., & Tuya Pendas, L. (2009, Abril). Retrieved from
<https://www.redalyc.org/pdf/1804/180414044017.pdf>

Maslach, B. -P. (1980).

MINTUR. (2018). *Manual Metodología para Jerarquización de Atractivos y Generación de Espacios Turísticos* .

Moreno, A. (2022, Febrero). Retrieved from <https://www.entornoturistico.com/que-es-el-turismo-arqueologico/>

Muñoz, G., Carvache, W., Torres, M., & López, T. (2018). SOCIODEMOGRAPHIC ANALYSIS OF THE PROFILE AND THE MOTIVATIONS OF TOURISTS VISITING QUITO, ECUADOR. *Innovar*, 28(68), 77-90. Retrieved from <http://www.scielo.org.co/pdf/inno/v28n68/0121-5051-inno-28-68-00077.pdf>

Oiseth, S., Jones, L., & Maza, E. (2022, Agosto 1). Retrieved from <https://www.lecturio.com/es/concepts/pruebas-estadisticas-y-representacion-de-datos/>

Oldhand, R. (2021, Agosto 12). *Cursos de Turismo*. Retrieved from <https://cursosdeturismoonline.es/turismo/caracteristicas-y-beneficios-del-turismo-sostenible/>

OMT. (n.d.). Retrieved from <https://www.unwto.org/es/desarrollo-productos-turisticos#:~:text=Seg%C3%BAn%20la%20definici%C3%B3n%20de%20la,de%20i nter%C3%A9s%2C%20que%20representa%20la>

OMT. (2002). Retrieved from <https://www.entornoturistico.com/que-es-el-turismo-de-aventura/>

Organización Mundial de la Salud. (2022, Junio 17). *WHO INTERNATIONAL*. Retrieved from <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/mental-health-strengthening-our-response>

Ortega, Cristina . (n.d.). *Estudio Transversal*. Retrieved from <https://www.questionpro.com/blog/es/estudio-transversal/>

- Ortega, Cristina. (n.d.). *Investigacion Documental*. Retrieved from QuestionPro:
<https://www.questionpro.com/blog/es/investigacion-documental/>
- Parker, B. (2021, Agosto 5). *Concepto*. Retrieved from <https://concepto.de/turismo/>
- Parra, L., & Vázquez, M. (2017). *MUESTREO PROBABILÍSTICO Y NO PROBABILÍSTICO*. Ixtepec: Universidad de ISTMO. Retrieved from <https://www.gestiopolis.com/wp-content/uploads/2017/02/muestreo-probabilistico-no-probabilistico-guadalupe.pdf>
- PDOT. (2019-2023). Retrieved from https://www.pichincha.gob.ec/images/2023/pdf/rendicion_cuentas_2022/PDOT%202019-2023_2.pdf
- PDOT. (2019-2023). Retrieved from De acuerdo a las estadísticas regionales del Banco Central del Ecuador, dentro de las actividades económicas
- Ponce, I. (2021). *Cuidate Plus*. Retrieved from <https://cuidateplus.marca.com/enfermedades/psicologicas/estres.html>
- Press, M. C. (n.d.). Retrieved from Control del estres : <https://www.mayoclinic.org/es/healthy-lifestyle/stress-management/in-depth/stress-symptoms/art-20050987>
- Proaño, P. L., Pazmiño, P. M., & Tapia, F. C. (2018). Perfil del turista en función de las motivaciones para productos turísticos patrimoniales – caso Ruta del Hielo II. *Siembra*. doi:<http://dx.doi.org/https://doi.org/10.29166/siembra.v5i1.1431>
- Puchaicela, S., Loza, J., Fiallo, I., Benítez, A., & Amaya, A. (2022). Evaluación de estrés, ansiedad y depresión en Ecuador durante la pandemia de COVID-19. *La Ciencia al Servicio de la Salud y la Nutrición*, 13(1), 13-25. Retrieved from <http://revistas.esPOCH.edu.ec/index.php/cssn/article/view/667>
- Puyó, V. (2021, Marzo 10). *Linkedin*. Retrieved from <https://es.linkedin.com/pulse/la-oferta-tur%C3%ADstica-valeria->

Velázquez, Aldrin. (n.d.). *Alcance relacional*. Retrieved from QuestionPro:
<https://www.questionpro.com/blog/es/investigacion-correlacional/>

Vinueza, P. (2016, Octubre 14). Retrieved from
https://www.ccg.unam.mx/~vinueza/R4biosciences/docs/Tema8_correlacion.pdf