



# UNIVERSIDAD TÉCNICA DE COTOPAXI

**FACULTAD DE CIENCIAS AGROPECUARIAS Y RECURSOS NATURALES**

**CARRERA DE TURISMO**

**PROYECTO DE INVESTIGACIÓN**

---

**“NIVEL DE ESTRÉS DEL TURISTA DE LA PROVINCIA DE CHIMBORAZO.  
EN TIEMPOS DE PANDEMIA”**

---

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

**Autora:**

Andrade Gaona Abigail Milagros

**Tutor:**

Sampedro Arrieta, Milton Alberto

**LATACUNGA – ECUADOR**

**Febrero 2024**

## DECLARACIÓN DE AUTORÍA

Andrade Gaona Abigail Milagros, con cédula de identidad N° 0503420689, declaro ser autora del presente proyecto de investigación: **“NIVEL DE ESTRÉS DEL TURISTA DE LA PROVINCIA DE CHIMBORAZO EN TIEMPOS DE PANDEMIA.”**, siendo el, Ing. Sampedro Arrieta Milton Alberto, Mgs, 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, 20 de febrero de 2024



Andrade Gaona Abigail Milagros  
CC: 0503420689  
**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 **ANDRADE GAONA ABIGAIL MILAGROS** identificada con cédula de ciudadanía **0503420689** 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 “**Nivel de estrés del turista de la provincia de Pichincha. En tiempos de Pandemia**”, 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: Octubre 2023 – Febrero 2024

Aprobación en Consejo Directivo: 28 de Noviembre del 2023

Tutor: Ing. Mg. Sampedro Arrieta Milton Alberto

Tema: “**NIVEL DE ESTRÉS DEL TURISTA DE LA PROVINCIA DE CHIMBORAZO. EN TIEMPOS DE PANDEMIA**”

**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

**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 20 días del mes de febrero del 2024.



Abigail Milagros Andrade Gaona

**LA CEDENTE**

Dra. Idalia Pacheco Tigselema, Ph.D.


**LA CESIONARIA**

## **AVAL DEL TUTOR DEL PROYECTO DE INVESTIGACIÓN**

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

“NIVEL DE ESTRÉS DEL TURISTA DE LA PROVINCIA DE CHIMBORAZO. EN TIEMPOS DE PANDEMIA” de Andrade Gaona Abigail Milagros, 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, 20 de febrero del 2024



Ing. Saucedo Arrieta Milton Alberto Mg.

C.C: 0602636987


**DOCENTE TUTOR**

## AVAL DE APROBACION DEL TRIBUNAL DE TITULACIÓN

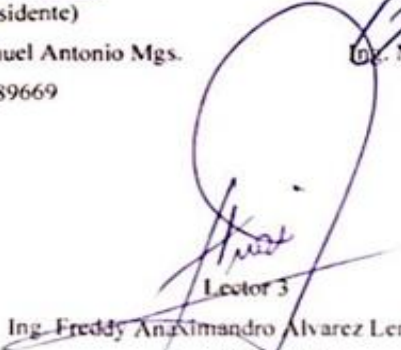
En calidad de Tribunal de Lectores, aprobamos el presente Informe de Investigación de acuerdo a las disposiciones reglamentarias emitidas por la Universidad Técnica de Cotopaxi; y, por la Facultad de Ciencias Agropecuarias y Recursos Naturales; por cuanto, la postulante: Andrade Gaona Abigail Milagros, con el título del Proyecto de Investigación: “NIVEL DE ESTRÉS DEL TURISTA DE LA PROVINCIA DE CHIMBORAZO. EN TIEMPOS DE PANDEMIA”, 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 realizar los empastados correspondientes, según la normativa institucional.

Latacunga, 20 de febrero del 2024

  
Lector I (Presidente)  
Lic. Abarca Zaquinaula Manuel Antonio Mgs.  
CC: 1103989669

  
Lector 2  
Ing. Matius Mendoza Poma, Mgs.  
CC: 1710448521

  
Lector 3  
Ing. Freddy Anximandro Alvarez Lema Mgs.  
CC: 1712930328

## **AGRADECIMIENTO**

*Nunca es fácil saber a quién empezar agradecer primero, ya que el corazón es una caja de bellos recuerdos, con personas valiosas. En este caso quiero agradecer a mi pequeña gran familia, empezando por mi papa, porque cada sacrificio que él ha hecho, a mí me ha ayudado a subir un peldaño más en mi vida, por siempre estar para mí, gracias. A mi mama, que, pese a las circunstancias, siempre me ha bendecido y me ha demostrado como ser una mujer de gran valor y sobre todo muy aguerrida. A mi hermana mayor, que me enseña que siempre es bueno mantener el corazón sano y seguir siendo buenos, porque la vida si te recompensa, el reflejo de ello es la familia que casa día crecen juntos. A mi hermano, que es mi confidente, mi mejor compañía, y, sobre todo, uno de los hombres más importantes de mi vida, y, por último, pero no menos importante a mi hermana menor, ella es un complemento muy importante en mi vida, pese a cualquier cosa, sé que va a estar para mí. A todos ustedes gracias por vivir esta vida conmigo.*

*Andrade Gaona Abigail Milagros*

## **DEDICATORIA**

*Esta pequeña gran victoria se la dedico a mi papa, que formo parte de todo este trayecto. Esto es por ti.*

*A mi mamita por cada aliento.*

*A mis hermanos por cada vivencia.*

*Y todas las personas que realmente me aman.*

*A mis docentes que me enseñaron e impartieron sus aprendizajes.*

*Andrade Gaona Abigail Milagros*



**UNIVERSIDAD TÉCNICA DE COTOPAXI**  
**FACULTAD DE CIENCIAS AGROPECUARIAS Y RECURSOS NATURALES**

**TÍTULO: “NIVEL DE ESTRÉS DEL TURISTA DE LA PROVINCIA DE  
CHIMBORAZO EN TIEMPOS DE PANDEMIA”**

**Autora:**

Andrade Gaona Abigail Milagros

**RESUMEN**

La presente investigación tuvo como fin definir el “Nivel De Estrés Del Turista De La Provincia De Chimborazo En Tiempos De Pandemia”, tomando como objetivo principal de estudio a los turistas que visitaron la provincia durante la Pandemia de Covid-19, la investigación tuvo un enfoque cualitativo con un nivel de investigación exploratorio, se recopiló información bibliográfica, se utilizó la técnica de la encuesta mediante un instrumento tomado del Instituto Mexicano de Salud Social, las variables de estudio fueron, el nivel de estrés, sintomatología, edad y género, el test se aplicó en 4 sitios considerados de acuerdo al número de visitantes registrados en el PDOT 2021-2023, la cantidad de encuestas es de 385 aplicando el muestreo no probabilístico, los resultados que se obtuvieron en el levantamiento de información en campo se puede determinar que: la cantidad de personas que no presentan estrés es el 6,5%, ya que se hallan en el nivel “sin estrés” se refiere que 25 individuos nunca han presentado alguno de los síntomas o sensaciones que se valoró manteniendo su vida en serenidad correspondiendo a la edad de 57-66 años, al igual que el 27,57% de sujetos de 24-35 años. Por otro lado, el 28,99% que representa a 112 personas, se encuentran en un estrés medio de 18-24 años de los cuales 66 son mujeres y 46 hombres, haciendo notar que las mujeres pasaban por más estrés presentando algunos de los síntomas y malestares, que afectan su vida y al mismo tiempo su entorno, aquí ya se empiezan a encender las luces de advertencia, puesto que si deja que el estrés avance podría ser irreversible. Con base a esto, se determinó 5 propuestas estratégicas acorde a las edades y los niveles de estrés en los que se encuentran, para reducir su sintomatología, acorde a las edades y los niveles en los que se encuentran, para reducir su sintomatología, acorde a los tipos de turismo; se concluye que, al conocer el nivel de estrés del turista, las actividades relacionadas al turismo puede ser una alternativa para la salud físico- emocional

**Palabras clave:** Covid-19, nivel de estrés, pandemia, turismo, salud.

**TECHNICAL UNIVERSITY OF COTOPAXI**  
**FACULTY OR AGRICULTURAL SCIENCES AND NATURAL RESOURCES**

**TITLE: “STRESS LEVEL OF THE TOURIST OF THE PROVINCE OF  
CHIMBORAZO IN TIMES OF PANDEMIC”**

**Author:**

Andrade Gaona Abigail Milagros

**ABSTRACT**

This research aimed to define the "Stress Level Of The Tourist Of The Province Of Chimborazo In Times Of Pandemic", taking as main objective of study the tourists who visited the province during the covid-19 pandemic. The study variables were stress level, symptomatology, age and gender, the test was applied in 4 sites considered according to the number of visitors registered in the PDOT 2021-2023, the number of surveys is 385 applying non-probabilistic sampling, the results obtained in the survey of information in the field can be determined that: The number of people who do not present stress is 6.5%, since they are in the level "without stress". It refers to 25 individuals who have never presented any of the symptoms or sensations that were evaluated keeping their life in serenity corresponding to the age of 57-66 years, as well as 27.57% of subjects of 24-35 years. On the other hand, 28.99% representing 112 people, are in an average stress of 18-24 years of which 66 are women and 46 men, noting that women went through more stress presenting some of the symptoms and discomforts, affecting their lives and at the same time their environment, here already start to turn on the warning lights, since if you let stress advance could be irreversible. Based on this, 5 strategic proposals were determined according to the ages and stress levels in which they are, to reduce their symptomatology, according to the ages and levels in which they are, to reduce their symptomatology, according to the types of tourism; It is concluded that, by knowing the stress level of the tourist, the activities related to tourism can be an alternative for physical and emotional health.

**Key words:** covid-19, stress level, pandemic, tourism, health.

## ÍNDICE 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
<i>AGRADECIMIENTO</i> .....	vii
<i>DEDICATORIA</i> .....	viii
1. INFORMACIÓN GENERAL .....	1
1.1. Título .....	1
1.2. Lugar de ejecución. ....	1
1.3. Institución.....	1
1.4. Facultad Académica .....	1
1.5. Carrera que Auspicia .....	1
1.6. Nombres de equipo de investigadores: .....	1
1.7. Área de Conocimiento:.....	2
1.8. Línea de investigación: .....	2
1.9. Sub- línea de investigación:.....	2
2. DESCRIPCIÓN DEL PROYECTO .....	2
3. JUSTIFICACIÓN DEL PROYECTO .....	3
4. BENEFICIARIOS .....	4
4.1. Beneficiarios directos e indirectos .....	4
5. PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN .....	5
6. OBJETIVOS.....	7
6.1. Objetivo General .....	7
6.2. Objetivos Específicos.....	7
7. ACTIVIDADES Y SISTEMA DE TAREAS EN RELACION A LOS OBJETIVOS PLANTEADOS .....	8
8. MARCO LEGAL .....	10
8.1 Constitución de la República del Ecuador .....	10
8.1.2. Derechos de la naturaleza – Sección novena - Capítulo séptimo .....	11
8.1.3. Régimen de competencias – Organización Territorial del Estado - Capítulo cuarto .....	11

8.2. Ley de turismo .....	11
8.2.1. Generalidades – Capítulo primero .....	11
8.2.2. Áreas Turísticas Protegidas – Capítulo sexto .....	12
8.2.4. Reglamentos.....	13
9. BASES TEÓRICAS DE LA INVESTIGACIÓN .....	15
9.1. Turismo.....	15
1.15.1. ¿Qué es el turismo para la sociedad? .....	15
9.1.2. ¿Qué es el turismo para la psicología?.....	16
9.1.3. Tipos de turismo en la Provincia de Chimborazo.....	16
9.1.4. Turismo Comunitario .....	17
9.1.5. Turismo Cultural.....	17
9.1.6. Turismo de aventura .....	18
9.2. Salud Mental .....	18
9.2.1. Estrés .....	19
9.2.2. Síntomas del estrés .....	19
9.2.3. Niveles de estrés .....	20
9.2.4. Consecuencias del estrés .....	20
9.3. COVID- 19.....	21
9.3.1. COVID-19 y su relación con el turismo; ¿cómo afecto al ser humano? .....	22
9.3.4. COVID-19 y su relación con el turismo, ¿cómo afecto al sector económico?.....	22
9.3.5. COVID-19 y su relación con el turismo; consecuencias ambientales.....	24
9.3.6. COVID- 19 y su relación con el turismo; consecuencias culturales.....	24
9.3.7. COVID-19 y su relación con el turismo; oportunidad de cambio en el área turística .....	25
9.3.8. ¿Cómo se puede transformar el sector turístico a raíz de la pandemia del COVID-19?.....	26
10. CUADRO DE OPERACIONALIZACION DE VARIABLE.....	28
10.1. Variables de estudio: Nivel de estrés en los turistas que visitan la Provincia de Chimborazo en tiempos de pandemia .....	28
11. PREGUNTA DE INVESTIGACIÓN .....	36
11.1. Metodologías/Diseño Experimental .....	37
11.1.2 Descripción del área de estudio.....	37
11.1.3. Descripción de los lugares seleccionados para la toma de muestra.....	38
11.1.4. Limites: .....	40
11.1.5. Altitud:.....	40

11.1.6. Superficie.....	40
11.1.7. Clima.....	40
11.1.8. Temperatura: .....	40
11.1.9. Cantonal y cabeceras cantonales.....	41
11.2. Métodos e instrumentos de investigación.....	41
11.2.1. Tipos de investigación científica .....	41
11.3. Objetivo uno.....	42
11.3.1. Actividades: Recopilar, síntesis y análisis de la información.....	42
11.4. Objetivo dos .....	42
11.4.1. Actividad uno: determinar los atractivos turísticos .....	42
11.4.2. Actividad dos: definir la población.....	43
11.5. Actividad tres: Calculo de la muestra.....	43
11.5. Actividad cuatro: Selección de la técnica de recolección de datos.....	44
11.6. Actividad quinta: Salidas de campo para la recolección de muestras .....	46
11.7. Objetivo tres.....	48
11.7.1. Actividad uno: Procesar la información obtenida del test de estrés .....	48
11.7.2. Actividad dos: Clasificación del nivel de estrés a partir de los resultados obtenidos por la encuesta .....	48
12. ANALISIS DE LOS RESULTADOS .....	49
12.1. Perfil del turista pre- pandemia de la Provincia de Chimborazo .....	49
12.2. Características de la variable de estudio.....	52
Variables de estado anímico y físico .....	54
12.3. Clasificación de los niveles de estrés .....	65
12.4. Propuesta de estrategia .....	76
13. IMPACTOS .....	78
14. CONCLUSIONES.....	78
RECOMENDACIONES .....	79
14. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS .....	80
15. ANEXOS .....	78

## INDICE DE TABLAS

Tabla 1 <i>Beneficiarios indirectos</i> .....	4
Tabla 2 <i>Sistematización de tareas</i> .....	8
Tabla 3 <i>Operacionalización de la variable de estudio: Nivel de estrés</i> .....	28
Tabla 4 <i>Calificaciones para evaluar el estrés</i> .....	46
Tabla 5 <i>Cronograma para las salidas de campo</i> .....	47
<i>Imposibilidad de conciliar el sueño</i> .....	66
Tabla 7 <i>Jaquecas y dolores de cabeza</i> .....	67
Tabla 8 <i>Indigestión o molestias gastrointestinales</i> .....	67
Tabla 9 <i>Sensación de cansancio extremo o agotamiento</i> .....	68
Tabla 10 <i>Tendencia a comer, beber o fumar más de lo habitual</i> .....	68
Tabla 11 <i>Disminución del interés sexual</i> .....	69
Tabla 12 <i>Respiración entrecortada o sensación de ahogo</i> .....	70
Tabla 13 <i>Disminución del apetito</i> .....	70
Tabla 14 <i>Temblores musculares (por ejemplo, tics nerviosos o parpadeos)</i> .....	71
Tabla 15 <i>Pinchazos o sensaciones dolorosas en distintas partes del cuerpo</i> .....	71
Tabla 16 <i>Tentaciones fuertes de no levantarse por la mañana</i> .....	72
Tabla 17 <i>Tendencias a sudar o palpitaciones</i> .....	72
Tabla 18 <i>Frecuencia total del nivel de estrés por pregunta</i> .....	74
Tabla 19 <i>Número y nivel de personas con estrés</i> .....	75
Tabla 20 <i>Actividades y estrategias</i> .....	77
Tabla 21 <i>Impactos</i> .....	78

## INDICE DE FIGURAS

Figura 1 <i>Mapa político de la Provincia de Chimborazo</i> .....	37
Figura 2 <i>Efectos y resultados según la semaforización en el nivel de estrés:</i> .....	49
Figura 3 <i>Rango de edades del perfil del turista</i> .....	50
Figura 4 <i>Clasificación de los miembros de la familia</i> .....	50
Figura 5 <i>Cantones que vas visitan la Provincia de Chimborazo</i> .....	51
Figura 6 <i>Edad</i> .....	52
Figura 7 <i>Genero</i> .....	53
Figura 8 <i>Imposibilidad de conciliar el sueño</i> .....	54
Figura 9 <i>Jaquecas y dolores de cabeza</i> .....	55
Figura 10 <i>Indigestiones o molestias gastrointestinales</i> .....	56
Figura 11 <i>Sensación de cansancio extremo o agotamiento</i> .....	57
Figura 12 <i>Tendencia de comer, beber o fumar más de lo habitual</i> .....	58
Figura 13 <i>Disminución del interés sexual</i> .....	59
Figura 14 <i>Respiración entrecortada o sensación de ahogo</i> .....	60
Figura 15 <i>Disminución del apetito</i> .....	61
Figura 16 <i>Temblores musculares (tics nerviosos o parpadeos</i> .....	62
Figura 17 <i>Pinchazos o sensaciones dolorosas en distintas partes del cuerpo</i> .....	63
Figura 18 <i>Tentaciones fuertes de no levantarse por la mañana</i> .....	64
Figura 19 <i>Tendencias a sudar o palpitaciones</i> .....	65
Figura 20 <i>Semaforización del nivel de estrés causadas por estrés laboral</i> .....	66

## 1. INFORMACIÓN GENERAL

### 1.1. Título

“NIVEL DE ESTRÉS DEL TURISTA DE LA PROVINCIA DE CHIMBORAZO.  
EN TIEMPOS DE PANDEMIA”.

### 1.2. Lugar de ejecución.

Provincia: Chimborazo

Zona: 3

### 1.3. Institución

Universidad Técnica de Cotopaxi

### 1.4. Facultad Académica

Ciencias Agropecuarias y Recursos Naturales

### 1.5. Carrera que Auspicia

TURISMO

**Proyecto vinculado:** Proyecto Vinculado con la Universidad Técnica de Cotopaxi

### 1.6. Nombres de equipo de investigadores:

Tutor: Milton Alberto Sampedro Arrieta

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

Número telefónico: 0984509068

Estudiante- Investigador: Abigail Milagros Andrade Gaona

Correo electrónico institucional: abigail.andrade0689@utc.edu.ec

**Número telefónico:** 0983712963



**1.7. Área de Conocimiento:**

Servicios

**1.8. Línea de investigación:**

Planificación y gestión del servicio sostenible

**1.9. Sub- línea de investigación:**

Análisis del turismo

**2. DESCRIPCIÓN DEL PROYECTO**

El actual plan investigativo, designado “Nivel de Estrés del Turista de la Provincia de Chimborazo en Tiempos de Pandemia” es para dar a conocer a las personas acerca de los niveles de estrés surgidos por el brote repentino de COVID-19. Tomando como referencia a los turistas que visitan la Provincia de Chimborazo. Razón por la cual, se aplicará un método investigativo del tipo cuantitativo, transversal y no experimental. Se usará un diseño de tipo descriptivo como menciona Alto López & Benavete (2013). Usando métodos como la encuesta, tomando muestras representativas y aplicando un método probabilístico para la recolección de datos.

En el primer objetivo se llevará a cabo la recopilación documental la cual consiste en copilar información sobre las variables investigativas por medio de: libros, revistas científicas, periódicos; artículos: papers, documentos, revistas indexadas, focus group; acerca del fenómeno investigado. (Gallardo, 2017). Teniendo como finalidad delimitar el perfil del turista que visita la Provincia de Chimborazo.

En el segundo objetivo se aplicará la investigación descriptiva, en donde Tamayo & Tamayo (2003), concluye que:

La investigación descriptiva comprenderá con la descripción, registro, análisis e interpretación. Se enfocará sobre conclusiones dominantes, o como un grupo o persona se maneja y funciona en el presente. Con la investigación descriptiva se trabajará sobre realidades de hecho, ya que una de sus características fundamentales es la interpretación correcta. (pág. 46)

Con esta definición podemos decir que se ejecutara una descripción con enfoque cuantitativo, en el cual se calcula la formula muestral aplicando el test de estrés del (Instituto Mexicano de Seguro Social, 2021). El cual se aplicará a los turistas que visitan la Provincia de Chimborazo.

Y así conocer en qué nivel comienzan a padecer síntomas que se asocia con el estrés, evaluando las conductas emocionales y físicas como: el insomnio, dolores de cabeza, problemas gastrointestinales, agotamiento, desanimo al realizar actividades, etc. Tomando en cuenta varios de estos síntomas se dará un valor sumando los padecimientos y para así ubicar el nivel de estrés (Instituto Mexicano de Seguro Social, 2021).

Con el tercer objetivo se desarrollará y se ordenara de manera cuantitativa el rango de semaforización, en base a las doce preguntas que se relacionan con los signos de estrés, por lo cual se recopilara datos cuantitativos. Entre cada ítem elegido y la contestación de las personas que intervendrán en el cuestionario, con el fin de saber el nivel de estrés del turista que llega a la provincia.

### **3. JUSTIFICACIÓN DEL PROYECTO**

La importancia del proyecto investigativo recae en conocer de manera clara como repercutió el estrés a los turistas que visitaron la provincia de Chimborazo y como afecto a su salud, durante la pandemia de Covid-19, puesto que en el transcurso de la misma no se podían realizar actividades de ningún tipo. Generando diversos síntomas en las personas, siendo esto un indicador para poder clasificar el nivel de estrés en base a la semaforización y los rangos de: “sin estrés, estrés leve, estrés medio o estrés grave”.

Toda la información recabada dará paso a estrategias para reducir y aliviar el nivel de estrés, poniendo como pilar fundamental la salud mental de los turistas que visitan la provincia de Chimborazo.

Por lo tanto, la investigación servirá como una guía para futuros estudios que se relacionen con el tema, ayudará en el área turística de la Provincia de Chimborazo, identificando y organizando el nivel de estrés que manifiesten los turistas frente a la pandemia COVID-19. Clasificando y permitiendo conocer los síntomas que se conectan con el estrés que pueden estar más presentes en los turistas. A través de un test con semaforización

del Instituto Mexicano del Seguro, cuyo fundamento de información aporta de manera directa a la indagación de demanda turística. Lo cual sirve para elevar las actividades turísticas que se enfocan en los tipos de turismo que se ejecutan en la provincia, mediante las medidas de bioseguridad que se han establecido en el COE Nacional, teniendo como fin aliviar los niveles de estrés.

## 4. BENEFICIARIOS

### 4.1. Beneficiarios directos e indirectos

La división de los beneficiarios se distribuye en dos: beneficiarios directos e indirectos.

Los beneficiarios directos son aquellos turistas que visitaron la Provincia de Chimborazo en la emergencia sanitaria ocasionada por el Covid-19 en el transcurso de la pandemia, con la ausencia de registros que especifiquen el ingreso de turistas a los principales atractivos turísticos, se tomara como referencia las 471.933 personas viven en Chimborazo, según el (Instituto Nacional de Estadísticas y Censos, 2023) los cuales también se les considerara beneficiarios, tomando en cuenta los casos que dieron positivo en la provincia son 10.034, el total de fallecidos son 300, haciendo que la tasa de letalidad sea 13,5% (Ministerios de Salud Pública, 2022).

Podemos considerar beneficiarios indirectos a los estudiantes de la Universidad Técnica de Cotopaxi y a los residentes de la provincia, puesto que pueden utilizar como referencia, para las diversas investigaciones y que el turista tenga mejores tratos con un servicio de calidad.

**Tabla 1**

Beneficiarios indirectos

<b>Beneficiarios indirectos</b>	
Estudiantes de la F-CAREN	250 alumnos

*Nota.* Beneficiarios indirectos, estudiantes de la Universidad Técnica de Cotopaxi.

## **5. PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN**

La falta o carente información existente respecto al nivel de estrés que presentan los turistas que visitan la provincia de Chimborazo y reconocer cual es el nivel de estrés que han alcanzado las personas. De acuerdo (Suiza, 2021) el turismo aporta alrededor de 4 billones de dólares a la economía.

Ya que no existen precedentes de estudio acerca del nivel de estrés que este enfocado en los turistas, o que ponderen el nivel de todas las afecciones que este puede causar, sin embargo, existen indagaciones en trabajadores que ayudan a desarrollar la metodología para cumplir con los objetivos. La información de variadas fuentes funciona para sustentar y vincular al estrés como una enfermedad notoria.

Un estudio aplicado en Estados Unidos el cual se enfocó en Norte América demuestra que el 70% de los turistas tienen un nivel de estrés medio y alto, por otro lado, en Centro América, no existe una recopilación de información completa sobre el nivel de estrés, pero para América Latina, su nivel se encuentra en un rango medio, el país que va en primer lugar es Colombia, seguido por Ecuador, Panamá, Honduras, Perú, y Uruguay (Vanguardia, 2013).

Según la Vanguardia (2013), el Ecuador es el sexto país con el mayor número de estrés a nivel de Latinoamérica, teniendo un incremento por la pandemia de Covid- 19 y por todas las medidas restrictivas aplicadas, las cuales ocasionaron el aislamiento obligatorio para toda la población, comprometiendo de manera notable la industria turística. Anteriormente el país había registrado en el año 2019 el arribo de 2,043.993 turistas, comparado con el 2020 en donde hubo una notable disminución con 468.894 turistas. Siendo este un decrecimiento del 77% de la demanda turística, por la pandemia (Ministerio de Turismo, 2020).

De acuerdo con la OMS (2020), debido a la pandemia, existió una disminución respecto al arribo de turistas, con un 73% en 2020 en comparación con otros años. De modo que hoy por hoy la crisis sanitaria hizo que la actividad turística, se vea severamente comprometida: por el cierre de fronteras, sitios de hospedaje y alimentación. Así mismo generando incontables perdidas económicas, incrementando que los turistas tengan un aumento del nivel de estrés, respecto al aislamiento forzoso, alterando las actividades diarias;

ocasionando que el número de turistas aminore. Folkman, Lazarus, Gruen & Long (1984) dicen que:

Los distintos acontecimientos de la vida tienen como dominio ser factores que causan estrés, creando un desequilibrio emocional. El estrés se muestra cuando la persona reconoce o encuentra una situación que lo coloca en una situación amenazante, excediendo sus recursos para afrontar la situación, poniendo en riesgo confort. (pág. 173)

Cabe recalcar que, el estrés en los seres humanos es algo que siempre aparece en situaciones donde el sujeto sufre de gran presión. Logrando evidenciar en el transcurso de la pandemia. La población y familias, desarrollaron estado de irritabilidad causada por el miedo y la incertidumbre constantes, añadiendo los factores económicos. Aumentando los casos de violencia intrafamiliar y el estrés social, provocando grandes estragos y deterioro en la salud mental de las personas. (Inter- Agency Standing Committe, 2020).

No obstante, a pesar del entendimiento ya existente y fuerte impacto que surgió en Ecuador por la pandemia, no se han efectuado muchas indagaciones acerca de los efectos psicológicos que causaron en las personas por motivos del aislamiento obligatorio, manifestando ansiedad, crisis de pánico, insomnio, entre otros. (Marquina & Jaramillo, 2021).

La Revista Ecuatoriana de Neurología presenta un artículo sobre los hechos a partir de la llegada del COVID-19, por Hermosa et al. (2021) dice que:

Los datos arrojan que la región litoral fue la más perjudicada en los primeros meses de pandemia, solo meses posteriores que la pandemia se hizo notoria, en la región interandina del país. Aumentando las disposiciones de aislamiento, segregación, regresión económica, y la tensión existente en los servidores de la salud, todo esto relacionándose para que exista un malestar psicológico más grande. (pág. 42).

Como consecuencia a la carente información e indagaciones que se han hecho para ahondar en los efectos reales que corresponden a la colectiva en común, producto de esta crisis, llevando a una recuperación casi inexistente en la sociedad, por ello también en el área turística. Por consiguiente, Guevara (2021), presenta estudios con respecto a:

La afección por la epidemia, la comunidad ha padecido varios efectos los cuales han limitado las políticas públicas, que ayudan al desarrollo del redito turístico del lugar. Sumándole la endeble explotación turística, con un porcentaje bajo de aprovechamiento de los sitios naturales, gestión carente para la creación de paquetes, añadiendo una publicidad muy pobre o escasa. Lo cual recae en una afluencia escasa, generando poca rentabilidad. (pág. 17)

En presencia de este problema, se debe estar obligado a contestar a la interrogante de investigación: ¿Cómo sabemos cuál es el nivel de estrés de los turistas que visitan la Provincia de Chimborazo? La enfermedad por COVID-19 acento varios precedentes negativos en la población, ya que no solo afecto a nivel económico haciendo que todo se detenga, de igual forma afectando de manera silenciosa pero notoria la salud mental. Aunque el turismo no es la única actividad de ocio y recreación que ayuda a disminuir el nivel de estrés, llega a ser una alternativa muy buena. Ya que el aislamiento afecta el estado anímico de las personas, ya que no gozan al momento de realizar sus actividades, o las dejan de lado.

## **6. OBJETIVOS**

### **6.1. Objetivo General**

Describir el nivel de estrés en los turistas, a través de la estadística descriptiva, proporcionando información importante de la demanda turística en la Provincia de Chimborazo

### **6.2. Objetivos Específicos**

- Realizar la recopilación bibliográfica para conocer el perfil del turista que visita la Provincia de Chimborazo en tiempos de pandemia.
- Aplicar una encuesta a la muestra representativa de turistas que visitan la Provincia de Chimborazo, para la caracterización de la variable de estudio.

- Identificar el nivel de estrés de los turistas que visitan la Provincia de Chimborazo, clasificando su magnitud para establecer posibles estrategias.

## 7. ACTIVIDADES Y SISTEMA DE TAREAS EN RELACION A LOS OBJETIVOS PLANTEADOS

En la siguiente tabla se presentarán las actividades que se van a realizar para saber el nivel de estrés que muestran los turistas de la Provincia de Chimborazo, conforme a los objetivos planteados.

**Tabla 2**

*Sistematización de tareas*

OBJETIVOS	ACTIVIDADES	RESULTADOS ESPERADOS	TIPO DE INVESTIGACIÓN
Determinar el perfil del turista que visita la Provincia de Chimborazo en tiempos de pandemia, a través de investigación documental.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Revisión bibliográfica</li> <li>• Clasificación de Información.</li> <li>• Examinar la información.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Perfil del turista</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Cuantitativa</li> <li>• Cualitativa</li> </ul>
Aplicar una encuesta a la muestra representativa de turistas que visitan la Provincia de Chimborazo, para la caracterización de la variable de estudio.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Delimitar los atractivos turísticos del área de estudio. Según criterio propio</li> <li>• Calcular el tamaño de la muestra</li> <li>• Seleccionar la técnica de</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Muestra de encuesta</li> <li>• Salidas de campo</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Fórmula de cálculo de la muestra (población infinita)</li> </ul>

---

	recopilación de datos.		
	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Realización de las salidas de campo.</li> </ul>		
	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Procesar la información.</li> </ul>		
Identificar el nivel de estrés de los turistas que visitan la Provincia de Chimborazo, clasificando su magnitud para establecer posibles estrategias.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Clasificar el nivel de estrés.</li> <li>• Interpretar los resultados.</li> <li>• Proponer actividades relacionadas al turismo, que disminuyan el estrés.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Nivel de estrés en los turistas que visitan la provincia de Chimborazo</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Estadística descriptiva y rangos de nivel del estrés.</li> </ul>

---



## **8. MARCO LEGAL**

En el marco legal de la actual investigación se acoge la Leyes que rigen en el Ecuador, afianzado en el Estado, siendo único en áreas biológicas, físicas y geológicas. Exigiendo la protección y promoción de los atractivos; por lo cual se buscará un equilibrio entre todos los ámbitos económicos, ambientales y socioculturales, que se enfocan en el turismo.

### **8.1 Constitución de la República del Ecuador**

Artículo 24.- Toda persona tiene derecho al descanso, la recreación, al deporte y al tiempo libre. Artículo 30.- Toda persona, independientemente de su condición social y económica, tiene derecho a un medio ambiente seguro y saludable, con una vivienda adecuada y digna.

Artículo 31.- Los ciudadanos tienen derecho al uso pleno de las ciudades y sus espacios públicos de acuerdo con los principios del desarrollo sostenible, la justicia social, el respeto a las diferentes culturas urbanas y el equilibrio urbano-rural. La realización del derecho a la ciudad se basa en la gobernabilidad democrática, las funciones ecológicas y sociales de la propiedad, y de las ciudades en pleno ejercicio de la ciudadanía.

Art. 66.- Se reconoce y garantizará a las personas:

2. Gozar de una vida digna, con salud, alimentación y nutrición, agua potable, vivienda, saneamiento, educación, trabajo, recreación y deporte, bienes materiales, vestido, seguridad social y demás servicios sociales necesarios.

5. La libertad individual de desarrollo no está más limitada que los derechos de otras personas.

25. El derecho para acceder con eficiencia, eficacia y de calidad a los bienes y servicios públicos y privados, además recibir información pertinente y auténtica sobre su contenido y características.

27. El derecho a vivir en un ambiente limpio, ecológicamente sostenible, libre de contaminación y en armonía con la naturaleza.

Art. 383.- Garantiza el derecho de los individuos y las comunidades a disfrutar del tiempo libre, a mejorar las condiciones físicas, sociales y ambientales, para su disfrute y a promover actividades para el esparcimiento, la recreación y el desarrollo personal.

### **8.1.2. Derechos de la naturaleza – Sección novena - Capítulo séptimo**

Art.74.- “Las personas, comunidades, pueblos y nacionalidades tendrán derecho a beneficiarse del ambiente y de las riquezas naturales que les permitan el buen vivir” (Constitución de la República del Ecuador, 2011, pág. 34)

### **8.1.3. Régimen de competencias – Organización Territorial del Estado - Capítulo cuarto**

Art. 261.- “El Estado central tendrá competencias exclusivas sobre: El registro de personas, nacionalización y de control migratorio” (Constitución de la República del Ecuador, 2011, pág. 85)

## **8.2. Ley de turismo**

### **8.2.1. Generalidades – Capítulo primero**

Art.1.- “La presente Ley tiene por objeto determinar el marco legal que regirá para la promoción, el desarrollo y la regulación del sector turístico; las potestades del Estado y las obligaciones y derechos de los prestadores y de los usuarios” (Ley de Turismo, 2014, pág. 1)

Art. 3.- Son principios de la actividad turística, los siguientes: C. El fomento de la infraestructura nacional y el mejoramiento de los servicios públicos básicos para garantizar la adecuada satisfacción de los turistas; E. La iniciativa y participación comunitaria indígena, campesina, montubia o afro-ecuatoriana, con su cultura y tradiciones preservando su identidad, protegiendo su ecosistema y participando en la prestación de servicios turísticos, en los términos previstos en esta Ley y sus reglamentos. (Ley de Turismo, 2014, pág. 1)

Art. 4.- “La política estatal con relación al sector del turismo, debe cumplir los siguientes objetivos: A. Proteger al turista y fomentar la conciencia turística. B. Promover la capacitación técnica y profesional de quienes ejercen legalmente la actividad turística” (Ley de Turismo, 2014, pág. 1)

Art. 5.- Se consideran actividades turísticas las desarrolladas por personas naturales o jurídicas que se dediquen a la prestación remunerada de modo habitual a una o más de las siguientes actividades: A. Alojamiento; B. Servicio de alimentos y bebidas; C. Transportación, cuando se dedica principalmente al turismo; inclusive el transporte aéreo, marítimo, fluvial, terrestre y el alquiler de vehículos para este propósito; D. Operación, cuando las agencias de viajes provean su propio transporte, esa actividad se considerará parte del agenciamiento; E. La de intermediación, agencia de servicios turísticos y organizadoras de eventos congresos y convenciones; F. Casinos, salas de juego (bingo mecánico) hipódromos y parques de atracciones estables. (Ley de Turismo, 2014, pág. 2)

### **8.2.2. Áreas Turísticas Protegidas – Capítulo sexto**

Art. 24.- La operación turística en las áreas naturales del Estado, zonas de reserva acuáticas y terrestres parques nacionales y parques marinos estará reservada para armadores y operadores nacionales, pudiendo extenderse a los extranjeros que obtengan la correspondiente autorización con sujeción a lo dispuesto en el Artículo 50 de la Ley de Seguridad Nacional. Si fueran personas jurídicas deberán ser de nacionalidad ecuatoriana o sucursales de empresas extranjeras legalmente domiciliadas en el país. (Ley de Turismo, 2014, pág. 5)

Tomando en cuenta los artículos y las leyes que se encuentran en la Ley de Turismo y en el Congreso Nacional, podemos evidenciar que como principal objetivo dentro del área turística es la comercialización y el resguardo, creando fuentes de ingresos económicos para el país. Considerando el cuidado que obtiene cada espacio que visitan personas nacionales y extranjeras, de esta manera logrando salvaguardar, nuestra diversidad- biodiversidad.

#### 8.2.4. Reglamentos

Dicta el reglamento del Art. 14.- “Actividades específicas cuyo ejercicio puede ser contratado con la iniciativa privada. De acuerdo a lo establecido en el Artículo 18 de la Ley de Turismo” (Reglamento General a la Ley de Turismo, 2015, pág. 5), el Ministerio de Turismo, podrá contratar con la iniciativa privada la prestación de los siguientes servicios técnicos y administrativos:

a) “La determinación de la clasificación y categoría que le corresponde a cada establecimiento” (Reglamento General a la Ley de Turismo, 2015, pág. 5)

b) “La verificación del uso de los bienes turísticos exentos de impuestos” (Reglamento General a la Ley de Turismo, 2015, pág. 5)

c) “La calificación de proyectos turísticos que se acojan a los beneficios tributarios” (Reglamento General a la Ley de Turismo, 2015, pág. 5)

d) “Los centros de información turística” (Reglamento General a la Ley de Turismo, 2015, pág. 5). e) “La determinación pericial de las inversiones para efectos tributarios” (Reglamento General a la Ley de Turismo, 2015, pág. 5)

f) “Otros que resuelva el Ministerio de Turismo, excepto aquellos que se transfieran a los gobiernos provincial y cantonal producto del proceso de descentralización de competencias” (Reglamento General a la Ley de Turismo, 2015, pág. 5)

De acuerdo con el Reglamento General a la Ley de Turismo (2015), dicta en el Art. 43.- “Definición de las actividades de turismo. - Para efectos de la aplicación de las disposiciones de la Ley de Turismo, las siguientes son las definiciones de las actividades turísticas previstas en la ley” (pág. 11)

##### a. Alojamiento

“Se entiende por alojamiento turístico, el conjunto de bienes destinados por la persona natural o jurídica a prestar el servicio de hospedaje no permanente, con o sin alimentación y servicios básicos y/o complementarios, mediante contrato de hospedaje” (Reglamento General a la Ley de Turismo, 2015, pág. 11)

b. Servicio de alimentos y bebidas

“Se entiende por servicio de alimentos y bebidas a las actividades de prestación de servicios gastronómicos, bares y similares, de propietarios cuya actividad económica esté relacionada con la producción, servicio y venta de alimentos y/o bebidas para consumo. Además, podrán prestar otros servicios complementarios como diversión, animación y entretenimiento” (Reglamento General a la Ley de Turismo, 2015, pág. 11)

c. Transportación

“Comprende la movilización de pasajeros por cualquier vía (terrestre, aérea o acuática) que se realice directamente con turistas en apoyo a otras actividades como el alojamiento, la gastronomía, la operación y la intermediación”. (Reglamento General a la Ley de Turismo, 2015, pág. 11)

d. Operación

“La operación turística comprende las diversas formas de organización de viajes y visitas, mediante modalidades como: Turismo cultural y/o patrimonial, etnoturismo, turismo de aventura y deportivo, ecoturismo, turismo rural, turismo educativo - científico y otros tipos de operación o modalidad que sean aceptados por el Ministerio de Turismo”. (Reglamento General a la Ley de Turismo, 2015, pág. 11)

e. Intermediación

La actividad de intermediación es la ejercida por agencias de servicios turísticos, las sociedades comerciales, constituidas por personas naturales o jurídicas y que, debidamente autorizadas, se dediquen profesionalmente al ejercicio de actividades referidas a la prestación de servicios, directamente o como intermediarios entre los viajeros y proveedores de los servicios. (Reglamento General a la Ley de Turismo, 2015, pág. 11)

## **9. BASES TEÓRICAS DE LA INVESTIGACIÓN**

### **9.1. Turismo**

Según la OMT Organización Mundial de la Salud (2016) el turismo se comprende como aquel “fenómeno social, cultural y económico que se relaciona con el movimiento y traslado de personas a sitios que se encuentran ajenos a su lugar de residencia usual, sea por motivos personales o de negocio, involucrando actividades turísticas” (p.1).

Podemos decir, que el turismo se ha transformado en un suceso que continuamente toma fuerza, ya que permite al sujeto percibir y conocer lugares cercanos y alejados al sitio en el que reside. Favoreciendo y enriqueciendo el conocimiento, creando nuevos vínculos con personas y lugares.

#### **1.15.1. ¿Qué es el turismo para la sociedad?**

Amadasi menciona (1997):

La sociedad no es un mercado en el cual podemos escoger que nos gusta o nos disgusta. Es más básico son “personas” las cuales pueden resolver las cosas como puedan, tienen necesidades como el esparcimiento. Y la manera de resolverlo es viajar y realizar turismo. (pág. 103)

Por lo cual, las personas siempre buscan opciones para solucionar sus necesidades. Existen alternativas enfocadas en el turismo, el turista explora opciones para distraerse de su cotidianidad, el cual incluye hoteles, hostales, glamping, etc., disfrutar de la diversa gastronomía, áreas de diversión y recreamiento, entre otros. Los sujetos siempre buscan saciar esta necesidad de esparcimiento, muchos no cuentan con los medios que demanda el turismo (Amadasi, 1997).

Las sociedades siempre se han considerado dignas de este tipo de entretenimiento, poniendo a esto como un progreso en su modo de vida. Por lo cual, el turismo aparte de ser una acción económica, también constituye al desarrollo social del ser humano (Amadasi, 1997).

### **9.1.2. ¿Qué es el turismo para la psicología?**

El turismo y la psicología se relacionan con el estilo de vida del ser humano, por ende, existen distintas ramas que se enfocan en diferentes espacios, el turismo ofrece experiencias nuevas con mucho aprendizaje de por medio, lo cual siempre impacta en la salud mental de la persona:

La psicología social- comunitaria observa la influencia del turista en el destino, de igual forma la afluencia del destino en el sujeto, de esta manera ayuda al turista a decidirse por un destino en concreto con la información que se le presenta, haciendo que si experiencia sea grata llenando sus expectativas. (Argueta, 2015, pág. 2)

Por sí mismo el turismo trae consigo muchos beneficios para quien lo realiza, en lo que atañe a su salud física, mental y emocional.

Salud integral, la cual incluye a la salud mental de cada individuo que realice turismo es abatido por su perspectiva personal y correlación con el sitio que visite. Siendo este de manera positiva, con una agradable visita, conforme a su expectativa, que cause la diversión del ocio, ya sea placer o cualquier otra emoción que se busque, Por otro lado, este también puede ser negativo ya que, si se llega a sufrir un accidente o alguna desgracia, no solo no estaría cumpliendo con las expectativas ya latentes, afectaría también la seguridad. (Argueta, 2015, pág. 2)

Por ello que, cuando hablamos de turismo entendemos que este posee una influencia muy clara en la existencia del ser humano. Teniendo así un juicio más grande y amplio, logrando entender que es lo que busca el turista cuando piensa en viajar. Tomando en cuenta que para las personas el turismo se considera una actividad de ocio y recreación, la cual motiva y relaja, ayudando al sujeto a ser más simpático y poder relacionarse con otras personas, ambientes y experiencias las cuales lo enriquecerán y vigorizarán su trato con el atractivo y la población con la que interactúa.

### **9.1.3. Tipos de turismo en la Provincia de Chimborazo**

Acorde con la información facilitada por el Gobierno de Chimborazo (2023). Se puede señalar que en la provincia existe una gran variedad de atractivos turísticos, entre los cuales

están: paisajes con volcanes, cascadas lagunas y ríos; también tiene una cultura muy variada con costumbres y tradiciones diversas. En la Provincia de Chimborazo también podemos encontrar museos e iglesias que están abierto a todo tipo de turista, de esta forma expandir su emoción al momento de visitar la misma.

En la Provincia de Chimborazo se puede realizar: Turismo Comunitario, Turismo Cultural y Turismo de Aventura.

#### **9.1.4. Turismo Comunitario**

Podemos entender como Turismo Comunitario a la actividad que favorece al progreso y conservación de las comunidades y pueblos, protegiendo su patrimonio de amenazas externas.

La Federación Plurinacional de Turismo Comunitario del Ecuador FEPTCE (2002), el turismo comunitario es la acción turística solidaria la cual permite una participación incluyente de toda la colectiva; desde la interculturalidad, manejando el Patrimonio Natural de manera apropiada, apreciando el Patrimonio Cultural, basándose en principios de equidad para todo el beneficio local.

El Turismo Comunitario es una opción muy ventajosa, ya que así se puede guardar los saberes ancestrales, su cosmovisión, su diversidad y su pluriculturalidad.

#### **9.1.5. Turismo Cultural**

Según la Organización Mundial del Turismo OMT (2016), menciona que el Turismo Cultural es “todos los movimientos de las personas para satisfacer la necesidad humana de diversidad, orientado a elevar el nivel cultural del individuo, facilitando conocimiento” (pág. 1).

El Turismo Cultural es una de las actividades que más acogida tiene en la provincia de Chimborazo, puesto que aquí podemos encontrar la Catedral de Riobamba, el Museo de la Momia de Guano, entre otros forman parte de sus atractivos culturales. Donde el turista puede ahondarse en la historia e imaginar cómo era la vida antes.



### **9.1.6. Turismo de aventura**

Tourism & Leisure - Europraxis (2007), dice que el Turismo de Aventura es el tipo de viaje que el turista ejecuta con el fin de realizar actividades que se relacionen con el esfuerzo físico, dentro de los cuales pueden estar deportes aéreos como; salto en bungee, acuáticos como; buceo, etc.

Este tipo de Turismo de Aventura motiva a las personas a realizar actividades fuera de lo común, saliendo un poco del molde, llenándose de adrenalina y una experiencia irrepetible, beneficiando su forma de vida.

## **9.2. Salud Mental**

La salud mental es un asunto que siempre va a tocar temas fuertes y que muchas de las veces son consideradas todavía un tabú, por ello se mantiene en un permanente análisis. En general todos aquellos que saben del tema y lo estudian, señalan que impacta en circunstancias, genéticas, ambientales, sociales intrapersonales y económicas. En el área de la salud, específicamente en el área enfermería hay muchos elementos que favorecen el desequilibrio mental. Lo cual termina siendo admisible ya que los profesionales de la salud atraviesan por jornadas extenuantes llenas de estrés y fatiga. Mostrando en diferentes indagaciones que el equipo de salud muestra un incremento en afecciones por estrés físico y mental (Vera, 2020).

Cuando se habla de salud mental, gran mayoría de la sociedad tiene estigmatizado el tema, ya que consideran que no es un tema relevante o que no es tan importante de tratar, puesto que, al no ser una afección que se pueda divisar a simple vista, se le resta importancia. Sin salud mental no puede existir salud física, ya que ambas deben ir de la mano, esto ayuda a que exista un desarrollo óptimo y una conexión personal con el entorno. Motivo por el cual la salud mental amerita más atención, para que el entorno social no se vea afectado, previniendo reacciones negativas. Un sujeto con un soporte mental es más propenso a tener una buena salud.

### **9.2.1. Estrés**

Al hablar del estrés podemos recalcar que el mismo causa un sin número de síntomas físicos y emocionales, afectando el comportamiento de la persona, ocasionando ansiedad, pensamientos apáticos, depresión, y aislamiento, en casos severos desarrollando síntomas por el mismo, los cuales pueden llegar a ser:

Dolores de cabeza, dolor muscular, diarrea, colon irritado, náuseas, insomnio, agitación, poca concentración, irritabilidad, fatiga, libido bajo o ausencia del mismo, falta de apetito, uso de sustancias para entrar en un estado de relajación, pérdida o incremento de peso. (Ballesteros, 2021, pág. 1)

El malestar provocado por el estrés mucha de las veces no es notorio a simple vista, porque pasa desapercibido por personas ajenas a la dolencia, pero esto no significa que su estado anímico este bien, puesto que su estado puede empeorar, mientras más pasa el tiempo, si es dejada de lado su condición se agrava, transformándose en una enfermedad incurable o permanente, perjudicando no solo al estado emocional, también su estado físico, en donde es más notorio el deterioro que causa el estrés en el cuerpo.

### **9.2.2. Síntomas del estrés**

El estrés es un tema muy serio de salud, no solo afecta de manera psicológica, provoca afecciones físicas que se relacionan con el mismo. El más notorio para el individuo es la ansiedad, ya que este se presenta cuando el cuerpo a alcanzado un pico alto de presión, provocando cambios en el comportamiento de la persona.

Cano (2002) menciona que los síntomas más comunes son:

1. Síntomas mentales: intranquilidad e inquietud, falta de confianza, pensamientos apáticos y compulsivos.
2. Síntomas físicos: náuseas, dolores de cabeza, taquicardias, afecciones estomacales, afecciones respiratorias, hiperventilación o falta de aire.
3. Síntomas perceptibles: irritabilidad, tensión muscular, falta de concentración, poco apetito o atracones, etc.

### **9.2.3. Niveles de estrés**

Se refiere a los niveles de estrés, Rupay (2018) ha ejecutado un estudio de variables que permiten decidir los diferentes valores.

Nivel bajo de estrés: provoca un estado anímico bajo, dificultando la realización de actividades cotidianas como, levantarse de la cama, comer, ir a estudiar o trabajar. Se presentan molestias físicas, tensión muscular, fatiga y agotamiento.

Nivel intermedio de estrés: se relacionan con los sentimientos y emociones del individuo y sus conexiones interpersonales, provocando un desprecio hacia la persona. Todo esto conlleva a desatar en el individuo, ansiedad, intranquilidad, poca concentración y atención.

Nivel regular de estrés: aquí ya se hacen notorios varios trastornos como los de sueño, digestivos, alimenticios, problemas en la piel, etc.

Nivel alto de estrés: dependencia de fármacos o drogas para aliviar los síntomas, para poder mezclarse entre la sociedad, ya que en este nivel las personas tienden inclinaciones adictivas.

### **9.2.4. Consecuencias del estrés**

Una porción de personas que sufren estrés, presentan afecciones físicas, psicológicas, sociales y emocionales. Varias veces los síntomas físicos son confundidos, con otras enfermedades. Por ello las repercusiones mentales son más visibles, llegando a requerir atención médica para conocer las cuales son las verdaderas alteraciones por el estrés. Si no se llegase a tener una atención adecuada, el estrés podría influir en la vida de la persona de manera negativa, deteriorando la calidad de la misma y aislándola.

El estrés interfiere de manera directa en el estado anímico de quien la adolece, cambiando su estilo y relación con su vida cotidiana, llevando a depender de sustancias adictivas, como el alcohol, tabaco, algunos fármacos y drogas, manifestando insomnio, trastornos alimenticios: anorexia, bulimia, obesidad. Añadiendo las enfermedades

psicosomáticas como: mareos, dolores de cabeza, vértigo, tensión muscular, colon irritado, libido bajo, y un sistema inmunológico débil, susceptible a infecciones (Cano, 2002).

En el ámbito social el individuo puede presentar aislamiento, bajo rendimiento en actividades como: trabajo, escuela y actividades cotidianas, irritabilidad o comportamiento irracional. Donde se presentan conductas asociales, ya que se tiene una percepción diferente del mundo mostrando alteraciones como la ansiedad (Cano, 2002).

## **Pandemia**

Esto refiere a cuando una enfermedad de cualquier tipo en un inicio es una epidemia, y su alcance se hace más grande, ya que se llega a propagar de país a continentes enteros englobando a todo el mundo (Kaffure, 2010). La palabra pandemia, etimológicamente viene del griego pandêmonnosêma, que significa “enfermedad de pueblo entero”. A simple vista se refiere a elementos concisos y que trascienden en el tiempo y no provoca discusiones.

### **9.3. COVID- 19**

El Covid-19 forma parte de los coronavirus de la familia Coronaviridae, estos virus son capaces de transmitir varias afecciones respiratorias, desde un resfriado común, hasta síndromes respiratorios más agudos como el Síndrome Respiratorio de Medio Oriente (MERS) y el Síndrome Respiratorio Agudo Severo (SARS). Por ese motivo se les ha catalogado como virus parcialmente inocuos, por lo mismo tienen la atención de los científicos e investigadores en todo el mundo (Ruiz & Jiménez, 2020).

Como ha informado el Director General de la Organización Mundial de la Salud (OMS) en conjunto con la Organización Panamericana de la Salud OPS (2020):

La pandemia por Covid-19, condujo a la OMS a reconocer al virus como mortal declarando emergencia sanitaria a nivel mundial el 30 de enero de 2020. El término “pandemia” hace referencia que la epidemia se ha extendido por varios continentes y países. Afectando a un sin número de gentes. (pág. 1)

En el Ecuador uno de los primeros contagios confirmados fue informado el 29 de febrero del 2020, casi un mes después de la declaratoria de la OMS, por medio de la Ministra

de Salud Pública. El informe mantiene que el contagio fue por una ciudadana del Ecuador que se trasladó desde España. Rápidamente el Instituto Ecuatoriano de Seguridad Social (IESS), puso en marcha el cumplimiento de las normas sanitarias para que no se propague el virus. (Secretaría General de Comunicación de la Presidencia, 2020).

Puesto que, la pandemia por Covid- 19 desencadenó un cambio a nivel mundial en varios aspectos. Para los ecuatorianos la crisis económica fue una de las más visibles, ya que se manifestó un cambio en la calidad de vida, acompañado de un deterioro en la salud mental y física, por el confinamiento obligatorio, para detener los contagios y las muertes. Viéndose también afectados muchos núcleos familiares por sus múltiples pérdidas. Pese haber ya transcurrido dos años, la gente aún tiene el miedo latente ya que le temen a que el virus mute o salga una nueva cepa, como ya ocurrió en un periodo temporal, marcando a todos como un hecho histórico que no puede ser olvidado.

### **9.3.1. COVID-19 y su relación con el turismo; ¿cómo afecto al ser humano?**

El programa de Promoción de la Salud Mental (2020), menciona que la poca compasión en el conjunto familiar, al minimizar las emociones, hace que no se mencione o hable de lo que le sucede a la persona, no se permite sentir: estar triste, llorar o tener depresión; y suponer que todas las dificultades que se vive no son relevantes y se pueden resolver de manera rápida y coherente. La opinión de familiares o amigos mucha de las veces suele pasar por alto ya que cuando la depresión, ansiedad y la angustia se manifiestan, no pueden manejar o salir de su padecimiento. No existen investigaciones que precisen todos los efectos que conlleva el estrés, existiendo una falta al manejar el tema. Además, los lazos con amigos o familia tienen a volverse más lejanos y disminuye su interacción con el entorno.

### **9.3.4. COVID-19 y su relación con el turismo, ¿cómo afecto al sector económico?**

Según los datos de la OMT (2020) menciona que:

El 7% del comercio mundial es generado por el turismo, dando trabajo a una de cada diez personas, en cada parte del mundo, conectado todo a través de varios medios que ayudan a la subsistencia de miles de individuos en países desarrollados y en vías de desarrollo. Cuando se cerraron todos los aeropuertos y fronteras, hoteles, restaurantes entre otros,

tuvieron que reducir personal, los cinco primeros meses del año 2020, el porcentaje de turistas disminuyó un 56%, perdiendo un total de 320.000 millones de dólares, en turismo, triplicando la pérdida de la crisis económica a nivel mundial en el 2009 (pág. 2)

Duran y Romero (2021) resaltan que: La magnitud al analizar todos los impactos que presentó la pandemia por Covid-19 en el área turística en diferentes sectores. Los autores muestran cuál fue el impacto económico, que causó el encierro forzoso en el sector turístico, provocando la pérdida de un millón de empleos, existiendo un aumento notorio de desempleo.

Una porción del sufrimiento social ha sido la desigualdad económica, existiendo un aumento de la pobreza. Las principales fuentes de ingresos como, alojamiento, comida y transporte tuvieron un golpe más fuerte siendo este de alto y medio-alto. Añadiendo el desgaste en la salud mental y el poco empleo respecto a una baja demanda acorde a ciertos servicios (Centro de Desarrollo OCDE, 2020).

El encierro por la pandemia no solo desgastó y dañó la vida de cientos y miles de personas, también impactó y deterioró la economía de un centenar de personas. El turismo fue una de las áreas más perjudicadas; por el cierre fronterizo que fue inevitable en todos los países: muchos dejaron de viajar por el riesgo al contagio, muchos comerciantes cerraron sus negocios llevándoles a la bancarrota. Ocurriendo todo lo contrario con las transnacionales, las cuales tienen el poder adquisitivo para mantenerse a flote en medio de la pandemia.

El Gobierno del Ecuador decretó medidas forzosas, pero esto no ayudó a que no existan necesidades a nivel local y nacional, siendo que el turismo es una de las actividades que más contribuye en el ingreso económico a nivel mundial. Puesto que el Ecuador nunca ha tomado al turismo como uno de sus ejes económicos, es una de las actividades más dinámicas y que mayor ingreso de divisas aporta al año. El daño ha sido notorio significativamente para un sin número de personas, uno de los más afectados han sido los emprendedores que viven día a día del turismo.

### **9.3.5. COVID-19 y su relación con el turismo; consecuencias ambientales**

Cuando hacemos énfasis en el medio ambiente, hablamos de la naturaleza, océanos y todos los recursos naturales que se han transformado en fuentes de ingreso en el sector turístico, incrementando su economía. Logrando llamar la atención de cientos de viajeros, llevándolos a diversos lugares con tal de conocer y tener su momento de aventura. Un claro ejemplo es África, catorce países han recibido aporte para mejorar y proteger sus áreas naturales, siendo las mismas quienes general los ingresos, aportando alrededor de 142 millones de dólares. Ayudando a mejorar las condiciones de vida de los pobladores del lugar. El COVID-19 hizo que todo el crecimiento económico de estos sectores tuviera una decadencia, ocasionando un atasco en el dinamismo turístico, provocando un descenso económico (Naciones Unidas, 2020).

En el país, toda la zona de la costa, es recurrentemente visitada casi todo el año, esto genera empleos para varias personas que residen en el lugar, ya que las mismas brindan sus servicios para realizar alguna actividad que se vincule con el turismo, como; el transporte, alojamiento, alimentos, bebidas y actividades de ocio y recreación.

El vínculo es muy notorio, puesto que el Covid-19, hizo que la producción de residuos disminuyera de manera temporal, porque las personas no podían movilizarse. Pero esto llevo a un incremento de desempleos ocasionando que existan mayor número de pobreza en el Ecuador, provocando que la gente ya no cuide el recurso natural, todo lo contrario, lo sobre exploten para poder sustentar sus hogares.

### **9.3.6. COVID- 19 y su relación con el turismo; consecuencias culturales**

La relación que presenta la pandemia con la cultura las Naciones Unidas (2020) recalcan que:

Las tradiciones culturales y su diversidad, presentan una riqueza en todo el mundo, puesto que, esta es una de los principales impulsos para el viajero. Unos de los efectos del Covid -19 en el turismo fue el decrecimiento económico, lo cual también influyo en los patrimonios, perjudicando al sector cultural y social de las colectividades, en este caso a los pueblos originarios, como; los indígenas y varias familias étnicas. Un ejemplo de como la

pandemia daño, es la baja producción de artesanías por la escasez de compradores, uno de los primeros ingresos para las mujeres indígenas. (pág. 4)

El Covid-19 y el aislamiento obligatorio no solo perjudicaron el área socio-económica, salud y ambiental; asimismo; en lo cultural, ya que se vio afectada y tendiendo de un hilo, por el cierre de varios sitios en donde existía el intercambio, exhibición y venta de las artesanías que los grupos étnicos realizaban, teniendo una repercusión económica y anímica en sus hogares. Ocasionando que los saberes ancestrales se dejen de lado y no se sigan propagando dentro del grupo, puesto que tienen que buscar otra manera para subsistir, viéndose afectada toda su cultura y los saberes de sus pueblos (Naciones Unidas, 2020).

El aislamiento por los contagios ocasiono que todo se cierre de manera inesperada desde museos hasta lugares culturales, afectando de una manera casi irreparable la identidad cultural. Ya que una de las maneras de preservarlas es seguir con sus tradiciones y seguir trabajando en sus artesanías, heredando todos sus saberes. Transmitiendo su conocimiento a los siguientes descendientes, conservando su legado. Los museos de historia funcionan como una bóveda donde se almacena su legado.

Se puede mencionar y resaltar que el turismo llega a ser una de las maneras más llamativas de propagar una cultura, lo cual la convierte en un vehículo para la preservación de la misma.

### **9.3.7. COVID-19 y su relación con el turismo; oportunidad de cambio en el área turística**

La pandemia también presento varias oportunidades para innovar el turismo, el vínculo con la naturaleza y la economía.

Si se pone desde otra perspectiva al turismo también a sido uno de los factores principales para el deterioro de los recursos, pero planteándolo de otra manera el turismo sustentable examina el cómo actuara la sociedad en el ecosistemas y sus recursos y otras áreas financieras; midiendo los efectos que estos conllevan, con modelos de gestión para garantizar su preservación; distribuyendo y afianzando beneficios para todos, proponiendo



un turismo neutro en el incremento del CO2 y que sea solvente (Naciones Unidas, 2020, pág. 4).

El ámbito turístico puesto desde otra coyuntura, se adjunta en tener una mejor relación con el turista, el recurso y el prestador de servicios, el medio y la economía. Una solución palpable y real es el desarrollo sostenible en el área productiva. Ya que esto reemplazaría todos los procesos convencionales para el aprovechamiento y explotación de un recurso, por una guía que indaga como crear ingresos económicos, sin perjudicar a las generaciones venideras. Pese a esto el Ecuador aun no cambia su sistema turístico que ya expiro hace años, en la actualidad, se pone más empeño a la extracción petrolera, como uno de los principales ingresos para el país, dejando de lado o apartando otras opciones. La pandemia, trajo consigo perdidas irremediables y el cierre de varios emprendimientos, por otro lado, esto también ayudo a que los gobiernos tengan otra visión acerca de la vida.

### **9.3.8. ¿Cómo se puede transformar el sector turístico a raíz de la pandemia del COVID-19?**

De acuerdo a las Naciones Unidas (2020), se ha planeado una sucesión de aspectos los cuales ayudan a cambiar y mejorar el turismo en la pandemia actual de Covid-19 estos son:

**Impulso de competitividad y aumento de la resiliencia.** - Ayuda al progreso del turismo, fortificando los servicios y ofreciendo mayor calidad; favoreciendo una inversión variada en los productos, promoviendo el turismo y sus áreas.

**Promoción de la innovación la digitalización del ecosistema turístico.** – El uso de la tecnología ayuda al facilita al sector turístico, en divulgación, promoción, publicidad, infomerciales, así dando a conocer cuál es el destino turístico más cercado, y cuáles son sus características, todo amoldado a las nuevas generaciones y se acople a la realidad.

**Promoción de la sostenibilidad y el crecimiento ecológico inclusivo.** – Se busca iniciar en el área turística, ponerlo en el mercado para que sea apto para la competencia, reflejando al turismo en si como algo esencial, y primordial en el día a día de las personas. Puesto que genera empleos en varios sectores, ayudando a los humanos también en su vida a

salir de la monotonía y disfrutar del ocio, disminuyendo la ansiedad y el estrés. Impulsando al turismo eco-amigable y sostenible como una acción independiente al carbono, teniendo en cuenta los recursos renovables, de este modo innovar y disminuir la huella de carbono, invirtiendo más en los patrimonios ecológicos, de esta manera se ayuda a que las zonas sobreexplotadas puedan regenerarse, con la misma mano que un día destruyo, la del ser humano.

Es relevante señalar que la OMT, Organización Mundial del Turismo destaca que la idea que se tiene acerca del turismo es errada y tiene que cambiar, al solo pensar que es una actividad en la que se puede pasear, de ocio y recreación. Ya que conlleva mucho más que eso, porque el turismo se conecta con varios sectores comerciales, los cuales sirven para la manutención de muchas familias, puede encontrarse áreas, para despejarse, conocerse así mismo, calmarse, despejarse y renovarse, buscado como fin calmar la mente y el cuerpo, para que el mismo no caiga en estrés. Mientras mayor relevancia tenga, más reinversión tendrá el sector turístico y esto aportara de manera más significativa a quienes viven de la actividad. Por esto el turismo, apunta a la sostenibilidad, incrementado y reactivando la economía, mediante los medios digitales, yendo de la mano el cuidado y preservación de los recursos.

## 10. CUADRO DE OPERACIONALIZACION DE VARIABLE

### 10.1. Variables de estudio: Nivel de estrés en los turistas que visitan la Provincia de Chimborazo en tiempos de pandemia

**Tabla 3**

*Operacionalización de la variable de estudio: Nivel de estrés*

Concepto	Categoría	Indicadores	Ítems
“Aspecto y nivel de estímulos del ambiente donde se liberan varias reacciones fisiológicas de manera secuencial o no, ayudando al individuo a acondicionar su defensa o fuga, se ha originado un sin número de modelos teóricos del mismo término, basándose en un modelo de estabilidad con exigencias del mismo entorno y sus recursos, que se presentan al sujeto con la única finalidad que el mismo les haga frente” (Rupay Huarcaya, 2018, pág. 25).	<b>Variables Demográficas</b>	Edad	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 18 - 24 años</li> <li>• 25 - 34 años</li> <li>• 35 - 44 años</li> <li>• 45 - 56 años</li> <li>• 57 – 66 años</li> </ul>
		Género	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Masculino</li> <li>• Femenino</li> <li>• No Binario</li> </ul>
		<b>Variables de estado anímico y físico</b>	Imposibilidad de conciliar el sueño
	Jaquecas y dolores de cabeza		<ul style="list-style-type: none"> <li>• Nunca</li> <li>• Casi nunca</li> <li>• Pocas veces</li> <li>• Algunas veces</li> <li>• Relativamente frecuente</li> <li>• Muy frecuente</li> </ul>
	Indigestiones o molestias gastrointestinales		<ul style="list-style-type: none"> <li>• Nunca</li> <li>• Casi nunca</li> <li>• Pocas veces</li> <li>• Algunas veces</li> <li>• Relativamente frecuente</li> <li>• Muy frecuente</li> </ul>

---

Sensación de cansancio extremo o agotamiento	<ul style="list-style-type: none"><li>• Nunca</li><li>• Casi nunca</li><li>• Pocas veces</li><li>• Algunas veces</li><li>• Relativamente frecuente</li><li>• Muy frecuente</li></ul>
Tendencia de comer, beber o fumar más de lo habitual	<ul style="list-style-type: none"><li>• Nunca</li><li>• Casi nunca</li><li>• Pocas veces</li><li>• Algunas veces</li><li>• Relativamente frecuente</li><li>• Muy frecuente</li></ul>
Disminución del interés sexual	<ul style="list-style-type: none"><li>• Nunca</li><li>• Casi nunca</li><li>• Pocas veces</li><li>• Algunas veces</li><li>• Relativamente frecuente</li><li>• Muy frecuente</li></ul>
Respiración entrecortada o sensación de ahogo	<ul style="list-style-type: none"><li>• Nunca</li><li>• Casi nunca</li><li>• Pocas veces</li><li>• Algunas veces</li><li>• Relativamente frecuente</li><li>• Muy frecuente</li></ul>
Disminución del apetito	<ul style="list-style-type: none"><li>• Nunca</li><li>• Casi nunca</li><li>• Pocas veces</li><li>• Algunas veces</li><li>• Relativamente frecuente</li><li>• Muy frecuente</li></ul>
Temblores musculares (por ejemplo tics)	<ul style="list-style-type: none"><li>• Nunca</li><li>• Casi nunca</li><li>• Pocas veces</li></ul>

---

nerviosos o parpadeos).	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Algunas veces</li> <li>• Relativamente frecuente</li> <li>• Muy frecuente</li> </ul>
Pinchazos o sensaciones dolorosas en distintas partes del cuerpo	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Nunca</li> <li>• Casi nunca</li> <li>• Pocas veces</li> <li>• Algunas veces</li> <li>• Relativamente frecuente</li> <li>• Muy frecuente</li> </ul>
Tentaciones fuertes de no levantarse por la mañana	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Nunca</li> <li>• Casi nunca</li> <li>• Pocas veces</li> <li>• Algunas veces</li> <li>• Relativamente frecuente</li> <li>• Muy frecuente</li> </ul>
Tendencias a sudar o palpitaciones	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Nunca</li> <li>• Casi nunca</li> <li>• Pocas veces</li> <li>• Algunas veces</li> <li>• Relativamente frecuente</li> <li>• Muy frecuente</li> </ul>

*Nota.* Variables de estudio: Nivel de estrés en los turistas que visitan la Provincia de Chimborazo en tiempos de pandemia. Tomado de: (Milenio, 2020).

### 11. PREGUNTA DE INVESTIGACIÓN

- ¿Cuál es el nivel de estrés que presentan los turistas que visitan la Provincia de Chimborazo?
- Luego de conocer este dato podemos conocer la cantidad de personas que no presentan estrés en los turistas que visitan la Provincia de Chimborazo siendo este el 6,5%, ya que se hallan en el nivel “sin estrés” aquí podemos hablar que son 25

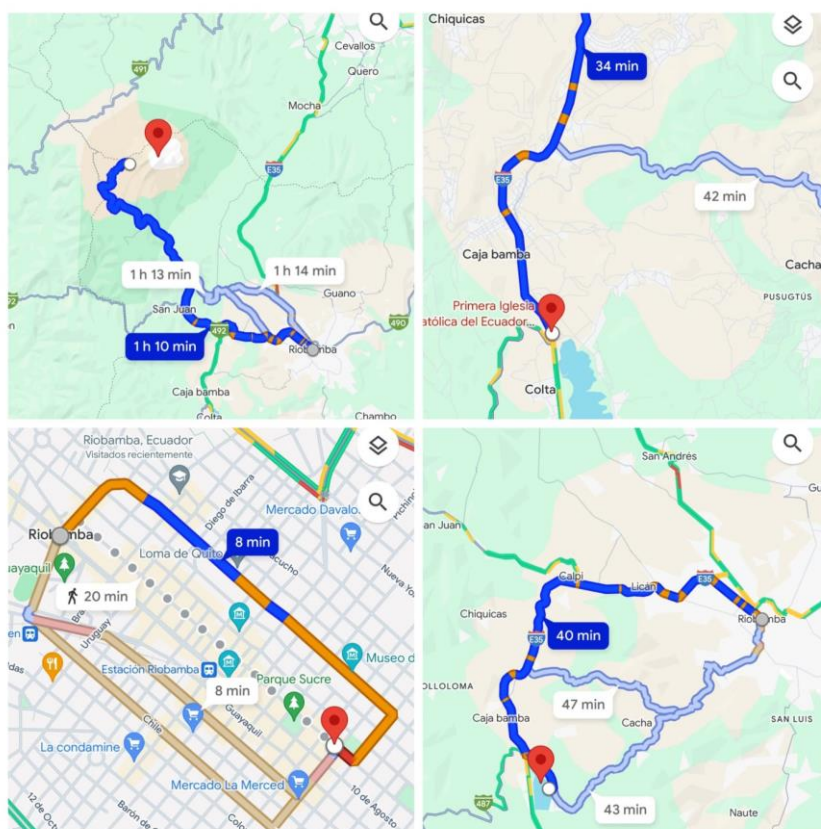


*Nota.* Mapa político de la provincia de Chimborazo. Tomado de: (Chimborazo Mapa Provincia Map Province Karte Provinz).

La Provincia de Chimborazo se encuentra Ubicada en la Región Sierra, sobre la hoya de Chambo al noroeste (Provincia de Chimborazo, s. f.)

## Figura 2

*Mapa de los lugares de estudio*



*Nota.* Mapa con los puntos de referencia de los lugares seleccionados para la toma de muestra de la provincia de Chimborazo. Realizado con: Google Maps

### 11.1.3. Descripción de los lugares seleccionados para la toma de muestra

**Reserva de Producción de Fauna del Chimborazo:** El Parque Nacional Chimborazo fue creado en 1987 con el objetivo de proteger la biodiversidad de la región. La reserva se encuentra a más de 5.000 metros sobre el nivel del mar, y su clima es frío y húmedo. El lugar tiene un gran número de especies endémicas, como el huemul andino, el

cóndor de Cóndor y el puma andino. La Reserva Faunística Chimborazo es un lugar popular entre los amantes de la naturaleza, y cada año recibe a un número creciente de visitantes. Los turistas pueden realizar caminatas guiadas, y apreciar la gran diversidad de fauna y flora de la región. Además, hay varias aldeas cercanas a la reserva, donde los turistas pueden experimentar la cultura y la gastronomía local (Reserva de Producción de Fauna Chimborazo, 26 Años de Protección. – Ministerio del Ambiente, Agua y Transición Ecológica, s. f.)

**Centro Histórico Patrimonial de Riobamba:** El centro Histórico de Riobamba es una atracción turística de la región, ubicada en la ciudad de Riobamba, en la provincia de Chimborazo. Es una zona arqueológica e histórica, donde los visitantes pueden apreciar monumentos coloniales y construcciones religiosas. También existen restaurantes, cafés y tiendas donde los turistas pueden comer y comprar artesanías. Un elemento relevante del centro Histórico es el Santuario de Nuestra Señora de la Merced, una iglesia colonial construida en 1547. El edificio ha sido restaurado en varias ocasiones, y actualmente es una de las atracciones más visitadas del cerro. También, hay que mencionar la Casa de la Cultura, una casa construida en el siglo XVI que alberga exposiciones artísticas y culturales (RIOBAMBA – Ministerio de Cultura y Patrimonio, s. f.).

**Laguna de Colta:** La Laguna de Colta es una laguna de aguas dulces, situada en la provincia de Chimborazo, a unos 2,000 metros sobre el nivel del mar. La laguna se encuentra dentro de la Reserva Faunística Chimborazo y es un lugar importante para la biodiversidad local, es un hábitat natural para diferentes especies de aves y peces, como los patos de joroba, los cisnes chilenos y las llamas andinas. Laguna de Colta se encuentra en una zona protegida, la Reserva Faunística Chimborazo, la cual tiene una superficie de aproximadamente 173 mil hectáreas. La reserva es un ejemplo de bosque nublado y bosque andino. Dentro de la reserva puede observarse una gran diversidad de mamíferos, como los marsupiales, los roedores y los pequeños felinos (Laguna de Colta, s. f.).

Para los turistas, la Laguna de Colta es un atractivo natural importante. Muchos visitantes la visitan en busca de observar la fauna y la flora endémicas. También es un lugar ideal para la pesca, la caminata y el paseo en kayak. Durante la época de verano, la Laguna de Colta es un sitio de acampada muy popular, ya que ofrece hermosas vistas del cielo estrellado y un clima cálido (Vera, 2019).



**Iglesia Balbanera o Primera Iglesia Católica del Ecuador:** La Iglesia Balbanera se encuentra en la localidad de Balbanera, en la parroquia de Riobamba. Se ubica a unos 20 kilómetros al sur del centro de Riobamba, en la provincia de Chimborazo. La iglesia fue construida en 1534, por los franciscanos, y es considerada como la primera iglesia católica construida en la región. Durante el periodo de la conquista española. La Iglesia Balbanera es un lugar de interés turístico importante en la región de Chimborazo, ya que muestra la arquitectura colonial más antigua de la provincia. También es un monumento que conserva la historia y la cultura de los pueblos originarios que habitaron la región antes de la llegada de los españoles. Su arquitectura colonial, su puerta adornada con esculturas religiosas y sus pinturas murales (Iglesia de Balbanera - Colta, s. f.).

#### **11.1.4. Límites:**

Norte: Tungurahua, Sur: Cañar, Occidente: Bolívar, Suroeste: Guayas, Este: Morona

Santiago (Chimborazo - Google Arts & Culture, s. f.).

#### **11.1.5. Altitud:**

6263 msnm (CHIMBORAZO - Instituto Geofísico - EPN, s. f.)

#### **11.1.6. Superficie**

6.500 km<sup>2</sup> (EcuRed, s. f.)

#### **11.1.7. Clima**

Presenta microclimas, dependiendo la altura por lo general en la provincia de Chimborazo existe un clima templado, hacia el norte es semi- húmedo, y en el páramo gélido (Tinder Dating App. Meet People - Apps On Google Play, s. f.).

#### **11.1.8. Temperatura:**

La temperatura varía entre los 11°C y 24°C. Puede llegar a una temperatura máxima de 30°C, y su mínima a -1°C (Cuandovisitar.com.ec, 2024).

### **11.1.9. Cantonal y cabeceras cantonales**

La capital de la Provincia de Chimborazo es la ciudad de Riobamba, subdividida en 10 cantones; Guano, Penipe, Chambo, Colta, Riobamba, Alausí, Chunchi, Cumandá, Pallatanga, y Guamote (Ciudades de Chimborazo, s. f.)

## **11.2. Métodos e instrumentos de investigación**

### **11.2.1. Tipos de investigación científica**

“Existen varios tipos de investigación, que se enfocan en varias circunstancias las cuales podemos utilizar para nosotros efectuar una investigación” (Zita, 2019, p. 1). Un instrumento que nos ayuda es la investigación científica, esto contribuye a examinar varias posturas, eventos o aspectos que tengan una conexión.

En este trabajo se aplicaron los siguientes modelos de investigación, los que se explicaran de manera clara y concisa seguidamente.

**Técnica de muestreo no probabilística:** Cuesta (2009): define al muestreo no probabilístico como el método de muestreo en el que no todos los pobladores pueden ser seleccionados o tienen la oportunidad de entrar en la selección. Esto se diferencia del muestreo probabilístico, en el muestreo no probabilístico el resultado es mediante el proceso de selección aleatoria. Puesto que los sujetos suelen seleccionarse acorde a su disponibilidad o decisión del investigador (Herrero, 2009).

**Investigación descriptiva:** Hurtado (2000) menciona: “El objetivo de la investigación descriptiva, es llegar a una descripción central, obteniendo una señal distintiva del hecho que se estudia, dentro de un escenario propio” (pág. 223). Dicho modelo investigativo describe todas las particularidades y acontecimientos que constituyen una porción variable del estudio de caso, sea de individuos, varios grupos de personas o comunidades. Esto permite un análisis más comprensible de todos los datos.

**Investigación cualitativa y cuantitativa:** Zita (2019) La investigación cualitativa y cuantitativa son indagaciones de suma importancia ya que toman en cuenta cómo se va desarrollando el tema, sujeto del objeto o variante que se haya proyectado estudiar o analizar.

Como se dice la investigación cualitativa se refiere a las cualidades y las características cambiantes del estudio, por otro lado, la investigación cuantitativa, se cimienta en una base de datos o de información que puede ser cuantificable, los cuales pueden ser estudiados de manera estadística. Con esta contribución investigativa se establece el perfil del turista y así poder clasificar su nivel de estrés.

### **11.3. Objetivo uno**

#### **11.3.1. Actividades: Recopilar, síntesis y análisis de la información**

Para cumplir con el primer objetivo se empleó la técnica de investigación documental, de esta forma se pudo entender y conocer los rasgo y perfil del turista, mediante paginas digitales, y repositorios de información, centrados en el tema investigativo, como artículos científicos y bibliotecas electrónicas. Mencionando que se utilizó la investigación documental, porque “justificando la comprobación de expedientes bibliográficos, libros, revistas, artículos, entre otros.” (Sánchez, 2012, pag.68). Simplificando y recopilando de manera clara toda la información, para posteriormente efectuar una ponderación para conocer el perfil del turista que llega a la provincia de Chimborazo. La herramienta utilizada fue el método de referencia Word.

### **11.4. Objetivo dos**

#### **11.4.1. Actividad uno: determinar los atractivos turísticos**

Según Guacho y Vinicio (2018), los atractivos turísticos más cautivadores para visitar y con mayor afluencia en la provincia de Chimborazo aparte de la Reserva de Producción de Fauna Chimborazo son; Colta- La Laguna de Colta, Iglesia Balvanera, Sicalpa Ruinas de la antigua Riobamba, Museos históricos de Riobamba, Centro Histórico Patrimonial de Riobamba y la Casa del Sabio Pedro Vicente. De todos ellos se decidió, ir a los sitios turísticos con una considerable afluencia turística siendo los mismos los más contiguos a los otros atractivos propuestos con el fin de llevar a cabo las encuestas sobre el nivel de estrés

en los visitantes que llegan a la provincia. Los cuales fueron la Reserva de Producción de Fauna Chimborazo y el Centro histórico Patrimonial de Riobamba.

#### **11.4.2. Actividad dos: definir la población**

Según el PDOT de Chimborazo (2020) “En el 1029 a la provincia de Chimborazo llegaron 186.450 turistas hacia los principales atractivos de la misma, el 66% opto por las áreas naturales y el otro 34% a los sitios culturales y patrimoniales” (pág. 94). Por lo tanto, teniendo ese referente del PDOT se conoce que a arribaron 186.450 visitantes desde el 2017 hasta el 2019.

#### **11.5. Actividad tres: Calculo de la muestra**

Con el fin de saber cuál es la dimensión de la muestra, se consideró el método de población infinita, ya que no se conoce a ciencia cierta cuál fue la cantidad de visitantes que tuvo la provincia de Chimborazo durante la pandemia, por ello se recalca que: “En el momento que se sabe cuál es el número de sujetos que forman, refiere a «población finita» y, tan pronto se desconoce su número, de «población infinita»” (Gallego, 2019, pág. 1).

Para calcular la muestra se aplicó la toma no probabilística, según Pimienta (2000), a tal muestra se la puede denominar como una toma informal o arbitral, ya que, al seleccionar a las personas, se da una variable de estudio, porque esto depende de las peculiaridades o normas que el investigador este considerando. Por lo tanto, como no se conoce el número exacto de la colectividad, menos aún la información precisa, por ello no se utilizó el muestro probabilístico, por los mismo se aplicó el muestreo no probabilístico, así evitando distorsionar los datos recolectados, teniendo la misma oportunidad a la elección. El muestreo no aleatorio o no probabilístico, no refleja la población por que las encuestas fueron realizadas de manera aleatoria o accidenta a los visitantes que iban llegando a los atractivos, la herramienta utilizada es la encuesta.

#### **Donde:**

**n** = Tamaño de la muestra o muestrario

**z** = Parámetro estadístico que depende el nivel de confianza (CN).

**e** = Error de estimación máximo aceptado.

**p** = Es la probabilidad de que algo ocurra en el suceso estudiado.

**q** = Existe una posibilidad de que no suceda el evento estudiado.

<b>z</b> =	1.96
<b>e</b> =	0.05
<b>p</b> =	0.5
<b>q</b> =	0.5

$$n = \frac{z^2 \times Pq}{e^2} = \frac{(1.96)^2 \times 0.5 \times 0.5}{(0.05)^2} = \frac{3.8416 \times 0.25}{0.0025} = \frac{0.9604}{0.0025} = 384.1$$

= 385 *individuos*.

Al ejecutar el cálculo de muestra, se consideró a los habitantes de la provincia. Puesto a que fue superior a 100.000 se permite utilizar el método de población infinita, con esto existe un nivel de confianza de 1.96, teniendo un margen de error de 0,05, encontrando una probabilidad de sucesos y no sucesos de 0,5. Luego de haber emplear la formula se obtuvo como total 385 encuestas, estas se aplicaron de una manera accidental o de manera inadvertida a los turistas de la Provincia de Chimborazo.

### 11.5. Actividad cuatro: Selección de la técnica de recolección de datos

Acorde menciona el programa de televisión Milenio (2020):

El Instituto Mexicano del seguro Social (IMSS) menciona que el estrés que provoca el laburo, su economía, violencia, el congestionamiento vehicular en carretera, problemas intrafamiliares, sin dejar de lado el alto riesgo de contagio o de poder contagiar a los demás, rodeado de sujetos llenos de estrés, haciendo que esto aumente la hormona del estrés más conocida como cortisol a quien contempla la situación. (pág. 1)

Por ende, esto tiene una conexión con la herramienta de sondeo apoyado en su empleo sobre el nivel de estrés causado por el trabajo del IMSS, permitiendo que: “informarse y saber cuál es el grado de padecimiento de estrés que puede llegar a tener una persona, y cuáles son las señales que se vinculan con el estrés, por esta razón existen varias opciones para comprender cuál ha sido su punto máximo en los 3 meses, acorde a la semaforización planteada” (Milenio, 2020, pág. 1). El test contiene varias viñetas de selección en el que se hallan numerados del 1 al 6 los niveles que:

1. Nunca
2. Casi nunca
3. Pocas veces
4. Algunas veces
5. Relativamente frecuente
6. Muy frecuente

Todo esto se une y coopera para darle una calificación concluyente acorde a lo que los turistas han marcado, seguidamente se muestran los elementos:

- Imposibilidad de conciliar el sueño
- Jaquecas y dolores de cabeza
- Indigestiones o molestias gastrointestinales
- Sensación de cansancio extremo o agotamiento
- Tendencia de comer, beber o fumar más de lo habitual
- Disminución del interés sexual
- Respiración entrecortada o sensación de ahogo
- Disminución del apetito

- Temblor muscular (ejemplo: tics nerviosos o parpadeos)
- Sensación dolorosa en distintas partes del cuerpo
- Tendencias a sudar o palpitaciones

A fin de alcanzar la valorización del cálculo y obtener los resultados, se detalla que en el test de estrés la semaforización va acorde a la calificación que tenga cada pregunta y que marcaron, numeradas del 1 al 6, por ende, se reunirá el total de la suma de todas las personas que fueron entrevistadas y encuestadas, que se menciona en la herramienta para conocer qué nivel de estrés tiene el turista:

**Tabla 4**

*Calificaciones para evaluar el estrés*

<b>Rangos a evaluar</b>	<b>Puntuación</b>
Sin estrés leve	12
Sin estrés medio	24
Estrés leve	36
Estrés medio	48
Estrés alto	60
Estrés grave	72

#### **11.6. Actividad quinta: Salidas de campo para la recolección de muestras**

Con el propósito de recoger información y antecedentes, se elaboró un cronograma para realizar las salidas de campo, iniciando el día 00 de enero concluyendo el 28 de enero del 2024.

**Tabla 5*****Cronograma para las salidas de campo***

<b>Encuestas programadas</b>	<b>Atractivos turísticos</b>	<b>Fecha de visita</b>	<b>Hora</b>		<b>Observaciones</b>
<b>80</b>	Reserva de Producción de Fauna Chimborazo	08/01/2024	09:00	am	Fotografías
				–	
			14:00	pm	
<b>75</b>	Reserva de Producción de Fauna Chimborazo	09/01/2024	09:00	am	Fotografías
				–	
			15:00	pm	
<b>80</b>	Reserva de Producción de Fauna Chimborazo	15/01/2024	09:00	am	Fotografías
				–	
			15:00	pm	
<b>55</b>	Centro Histórico Patrimonial de Riobamba	16/01/2024	10:00	am	Fotografías
				–	
			16:00	pm	
<b>30</b>	Centro Histórico Patrimonial de Riobamba	20/01/2024	10:00	am	Fotografías
				–	
			15:00	pm	
<b>25</b>	Colta- La Laguna de Colta	21/01/2024	09:00	am	Fotografías
				–	
			15:00	pm	
<b>30</b>	Colta- La Laguna de Colta	22/01/2024	09:00	am	Fotografías
				–	
			15:00	pm	
<b>10</b>	Iglesia Balbanera	23/01/2024	10:00	am	Fotografías
				–	
			13:00	pm	
<b>Total de encuestas</b>					<b>385</b>

Antes de realizar y utilizar la herramienta para conocer el nivel de estrés de los turistas se desarrolló un cronograma desde el día 08 de enero hasta el 28 de enero del 2024, la cual consta con los horarios de en los que se inició y termino de encuestar en cada atractivo, lo



más notorio de estos atractivos es la concurrencia que tienen, por ello fueron tomados en cuenta. Las personas encargadas o que simplemente coordinaban el sitio dieron apertura para realizar las encuestas sin molestar a nadie, para que no exista un impacto ecológico negativo la encuesta fue impresa a ambos lados para no ocupar muchas hojas.

Todas las encuestas se manejaron y aplicaron por la indagadora, a todos los visitantes que se encontraban en los atractivos turísticos de la Provincia de Chimborazo, elegidos con anterioridad, con la finalidad de aplicar el test de estrés. Gran parte de los atractivos tiene mayor concurrencia turística los fines de semana, feriados, o vacaciones, ya que, al ser lugares de ocio y recreación, existe mayor dispersión. La gran mayoría de turista aprobó ser encuestado, puesto que antes de presentarles la encuesta se les dio una breve introducción del porque y que toda tenía vinculo académico. La tabulación se la realizo en Excel en una hoja de cálculo.

## **11.7. Objetivo tres**

### **11.7.1. Actividad uno: Procesar la información obtenida del test de estrés**

Después de realizar las encuestas basadas en el nivel de estrés, y teniendo la información recabada del Instituto Mexicano del Seguro Social, respecto al estrés causado por el trabajo, a 385 turista que estuvieron en la Provincia de Chimborazo, la información recopilada se organizó en una hoja de cálculo de Microsoft Excel, para luego elaborar las tablas que corresponden a su puntuación, se clasifico cada pregunta ejecutada en grupo de acuerdo al nivel fijado del 1 al 6. (Ver figura 17). Teniendo como finalidad realizar la sumatoria de todos los puntos marcados y así saber cuál es el nivel de estrés.

### **11.7.2. Actividad dos: Clasificación del nivel de estrés a partir de los resultados obtenidos por la encuesta**

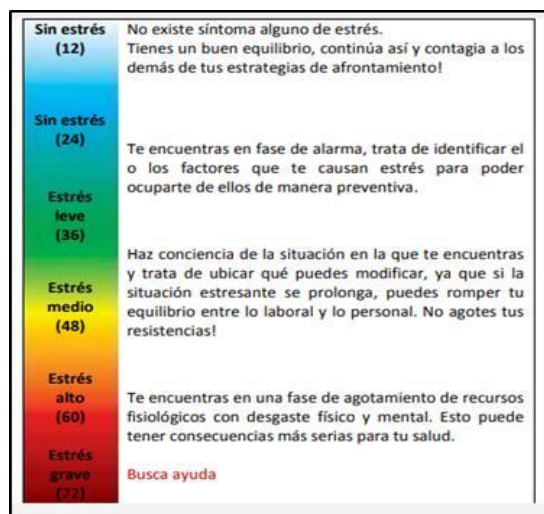
Luego de aplicar la encuesta acorde al Instituto Mexicano Seguro social, respecto al estrés provocado por el laburo, se organizó la información recopilada, se usó el método cuantitativo por medio de varias preguntas, esto sirve como apoyo para llegar a comprender

si el sujeto, muestra o exterioriza estrés, por lo cual, se situó cada una de las contestaciones según el criterio de la tabla:

También, se puede mencionar que cada nivel de estrés va acorde a la semaforización o color que se presenta acorde a la puntuación que se obtenga.

### Figura 3

*Efectos y resultados según la semaforización en el nivel de estrés:*



*Nota.* En la gráfica se puede observar los resultados según la puntuación que se obtenga y el color refleja el nivel de estrés, ya mencionado en la encuesta por estrés laboral. Tomado de: (Milenio, 2020).

## 12. ANALISIS DE LOS RESULTADOS

### 12.1. Perfil del turista pre- pandemia de la Provincia de Chimborazo

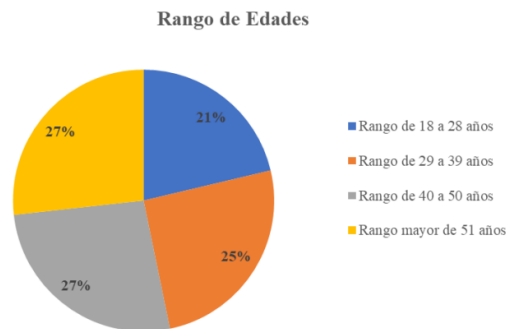
Para entender el perfil del turista que llega a la Provincia de Chimborazo, se usa como mención el trabajo investigativo de titulación “Actividades de ocio y recreación del turista de la provincia de Chimborazo antes y después del estado de excepción” elaborada por Rivera Macías Cristian Wladimir (2023) redactado en el mes de agosto del 2023, el mismo efectuó e indago en el tema, realizando una investigación descriptiva utilizando como herramienta de recopilación de datos de encuesta, se utilizó metodología mixta, uniendo el enfoque cuantitativo y cualitativo, 385 turistas fueron participes del test, los cuales se encontraban en la provincia de Chimborazo, donde realizo un muestreo aleatorio simple, pre pandemia. El

cuestionario contenía preguntas cerradas y abiertas, las preguntas cerradas median las variables cuantitativas, mientras el otro contenía preguntas abierta esta media las variables cualitativas. Todo esto basado en revisión bibliográfica, aprobada por sus tutores. Con este trabajo investigativo conectado al tema, contribuirá para el desarrollo del proyecto, para saber y conocer cuáles son las prioridades del turista que visito la Provincia de Chimborazo, con el fin de tener una mención que contribuya, con ideas concisas y claras.

A continuación, se demuestra algunos de los detalles más relevantes acerca del perfil del turista, que puede ser de importancia.

#### Figura 4

*Rango de edades del perfil del turista*

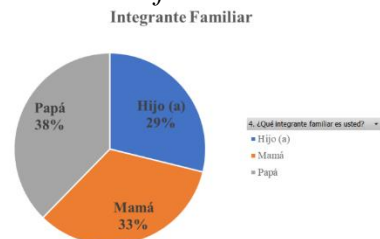


*Nota.* Encuesta realizada el año 2023. Tomado de: Actividades de ocio y recreación del turista de la provincia de Chimborazo antes y después del estado de excepción.

Según Macías et al. (2023) “La muestra reflejo rangos de edad de visitantes tenían una edad media de 40 a 50 años” (p. 43).

#### Figura 5

*Clasificación de los miembros de la familia*

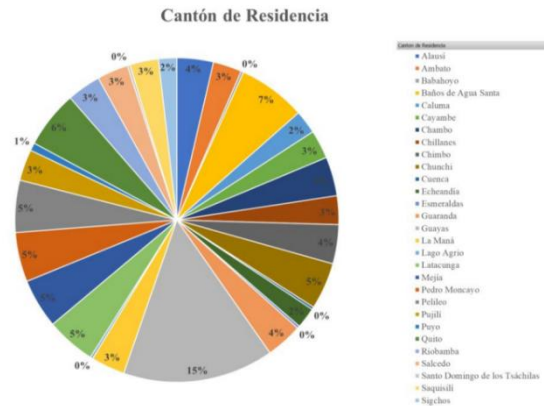


*Nota.* Encuesta realizada el año 2023. Tomado de: Actividades de ocio y recreación del turista de la provincia de Chimborazo antes y después del estado de excepción.

Aquí Macías et al. (2023), dice que “Las cifras muestran cuales son los integrantes del núcleo familiar llegan a Chimborazo, el mayor porcentaje presente son los padres ellos llevan consigo a su familia, esto corresponde al 38%” (p. 44).

### Figura 6

#### *Cantones que vas visitar la Provincia de Chimborazo*



*Nota.* Encuesta realizada el año 2023. Tomado de: Actividades de ocio y recreación del turista de la provincia de Chimborazo antes y después del estado de excepción.

Macías et al. (2023), menciona que “Aquí se muestra los cantones más populares donde viven los turistas que respondieron la encuesta, teniendo mayor preferencia el Cantón del Guayas con un 7%, y los de menor presencia son: Sigchos, Pujili, Chunchi Lago Agrio, con un 2%” (p. 42).

Con base a esto y los otros resultados que se obtuvo de la encuesta, se puede mencionar que, el perfil del turista que llega a la Provincia de Chimborazo, tiene un rango de edad desde los 18 años, hasta los 50, quienes más viajan son los padres que prefieren trasladarse junto con su familia, ya que se siente más cómodo y son cercanos a él. Por otro lado, también se conoce cuál es el Cantón que más prefiere visitar la provincia, por tener cercanía con el mismo.

Con esto podemos saber y conocer un poco más del perfil del turista que visita la Provincia de Chimborazo, ya que añade datos importantes y relevantes al proyecto investigativo, como cuales son los rangos de edad de las personas que viajan, que núcleos familiares se mueven más y quien es el que los motiva, y cuál es el Cantón que más prefiere

llegar a la provincia. Tomando en cuenta esta información recabada se logran implementar probables planteamientos que contribuyen al turismo, teniendo como único fin, mejorar la experiencia del turista.

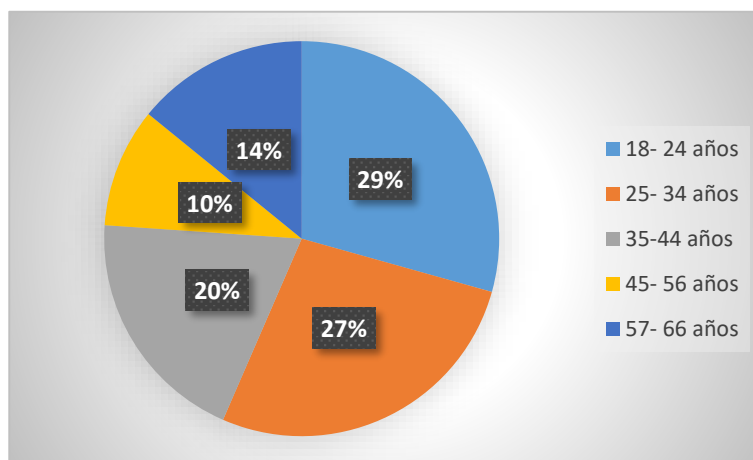
## 12.2. Características de la variable de estudio

En este capítulo, se explican y precisan los resultados alcanzados acorde a los turistas encuestados que visitaron la Provincia de Chimborazo, en el transcurso que se alzaron varias restricciones impuestas por el Gobierno, para prevenir los contagios causados por el Covid-19, con la finalidad de saber el nivel de estrés.

### Variable demográfica

#### Figura 7

*Edad*



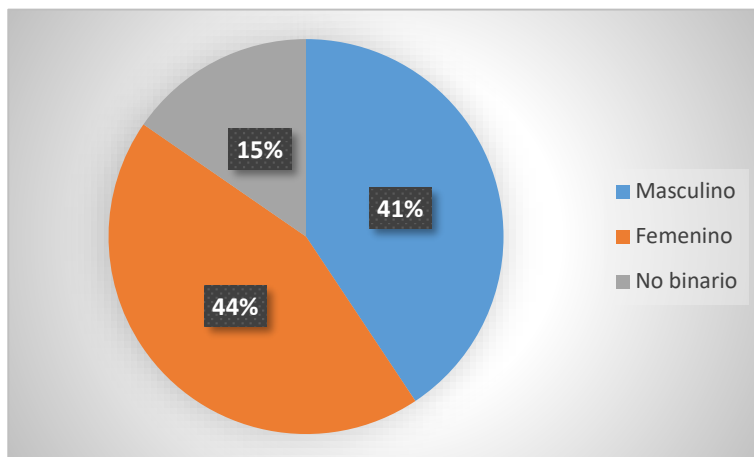
*Nota.* Rango de edad de los turistas encuestados

Según los datos recopilados de la encuesta aplicada, se ha podido observar que el porcentaje con el valor más alto es el 29% de personas tienen de 18 a 24 años, le sigue el 27% que son personas de entre 25 a 34 años, al final con un 14% se encuentran personas que tienen entre 57 y 66 años. Esto muestra que quienes más visitan la Provincia de Chimborazo, son individuos jóvenes, llenos de vigor, ánimo y con ímpetu de viajar. Por otro lado, los valores más bajos corresponden al 14% y 10% que coincide con las edades de 57-66 años y 45-56 años, exponiendo el bajo interés que tienen las personas adultas y adultas mayores por movilizarse y salir de sus hogares a realizar actividades que rompan con su rutina, o

causen algún altercando en su vida, como contraer una enfermedad o quedar a merced de las inclemencias del clima.

### Figura 8

#### Genero



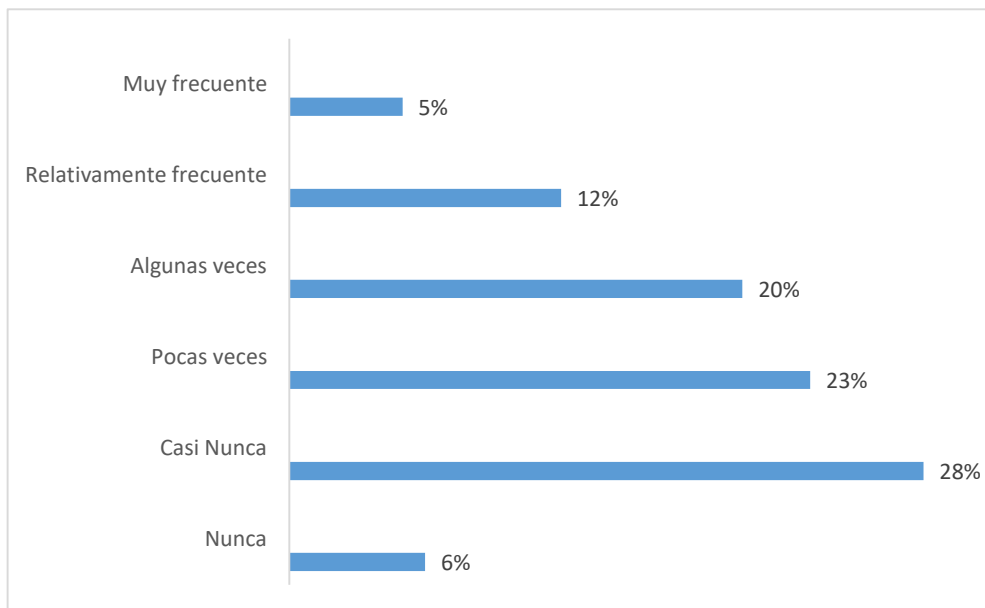
*Nota.* Genero de los visitantes que realizaron la encuesta.

Por lo tanto, se puede observar que el total de todos los encuestados, el porcentaje más alto corresponde al 44% género femenino, seguido con un 41% por el género masculino, teniendo por ultimo a las personas que no se identifican con ningún género siendo este solo un 14%. Asimismo, se analiza que la mayoría de turistas pertenecen al género femenino, entrando en el rango de edad de 18-24 años, que prefieren conocer y explorar lejos de donde residen, gracias a sus ideales autónomos y por el empoderamiento que han ido ganando a lo largo de los años, haciendo hoy en día factible viajar de manera independiente.

## Variables de estado anímico y físico

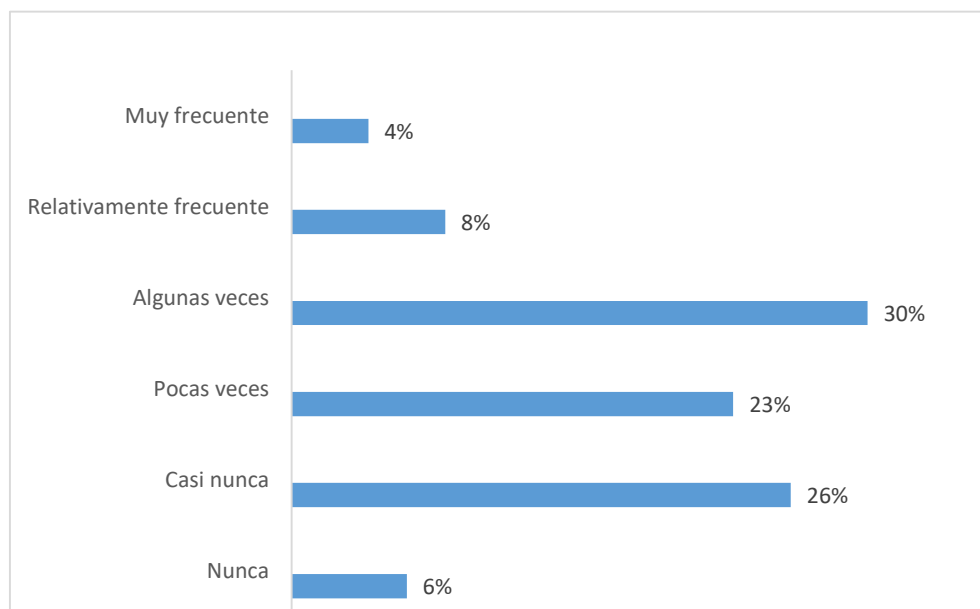
**Figura 9**

*Imposibilidad de conciliar el sueño*



*Nota.* Recurrencia para conciliar el sueño en los turistas que respondieron la encuesta.

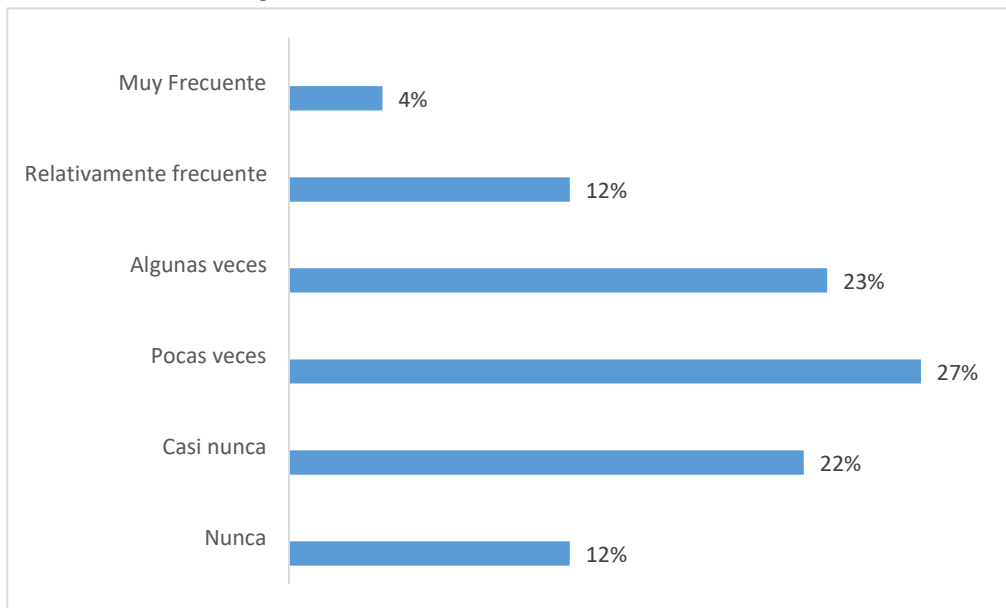
Se puede observar que el 28% de los turistas encuestados casi nunca presentan dificultad para dormir o conciliar el sueño teniendo estos entre 45 y 66 años de edad, el 23% pocas veces con un rango de edad 45-56 años, el 20% algunas veces, su edad corresponde 18-24 años, el 12% relativamente frecuente se encuentran en una edad de 35-44 años y el 5%, teniendo muy frecuentemente corresponden a la edad de 56-61 años, los mismo ya tienen algún problema al momento de conciliar el sueño. Con esto podemos decir que los turistas casi nunca manifiestan molestias para descansar, pero no por ello se debe descartar que pueda presentar estrés por la pandemia y el abrupto cambio de su cotidianidad.

**Figura 10***Jaquecas y dolores de cabeza*

*Nota.* Constancia de jaquecas y dolores de cabeza.

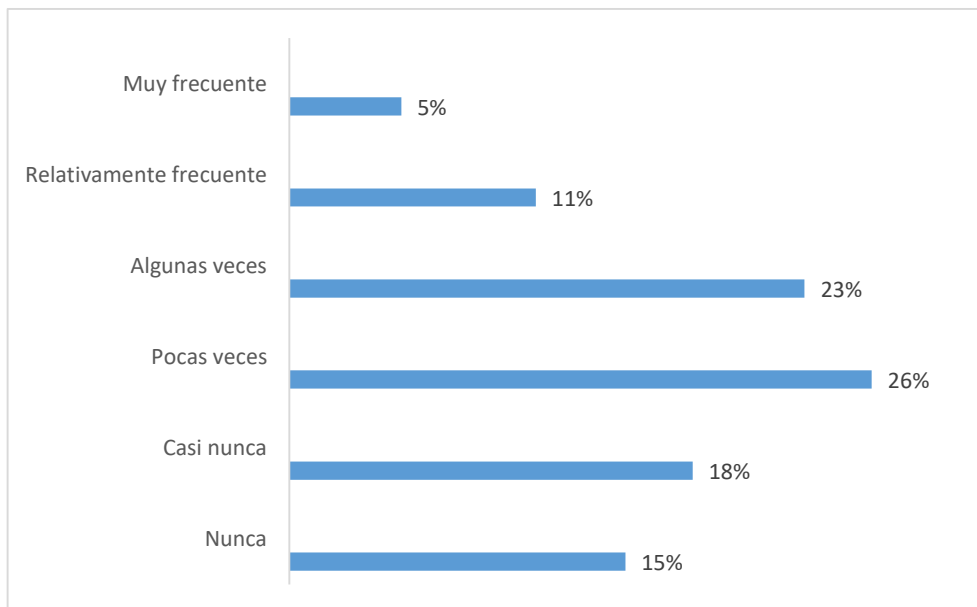
Los encuestados indicaron que, el 30% de personas de 18-24 años presentan algunas veces jaquecas y dolores de cabeza, el 26% casi nunca 25-34 años, el 23% pocas veces 45-56 años y el 4% de los turistas de 56-61 años que visitaron la Provincia de Chimborazo presentado muy frecuente estos síntomas. Por lo tanto, un número significativo de individuos presenta algunas veces estas molestias, ya que siempre tratar de llevar su rutina de una manera tranquila sin caer en la monotonía, priorizando su tranquilidad para no caer en el estrés. Dicho esto, la edad y el estado físico ayudan mucho, para mantenerse sin estos padecimientos.



**Figura 11***Indigestiones o molestias gastrointestinales*

*Nota.* Reincidencia en los dolores gastrointestinales de las personas que realizaron las encuestas.

De todos los turistas de entre 45-56 años encuestados un 27% respondió que pocas veces presenta molestias estomacales, el 23% algunas veces 18-24 años, dando a notar que su sistema digestivo funciona medianamente bien, el 22% manifiesta casi nunca de 25-34 años tener ese tipo de afecciones, el 4% representa al muy frecuente 56-61 años. Con esto podemos ver que un gran número de turista pocas veces presentar dolores gastrointestinales, poniendo en consideración que solo el 12% nunca tiene estos dolores correspondiendo a la edad de 57-66 años.

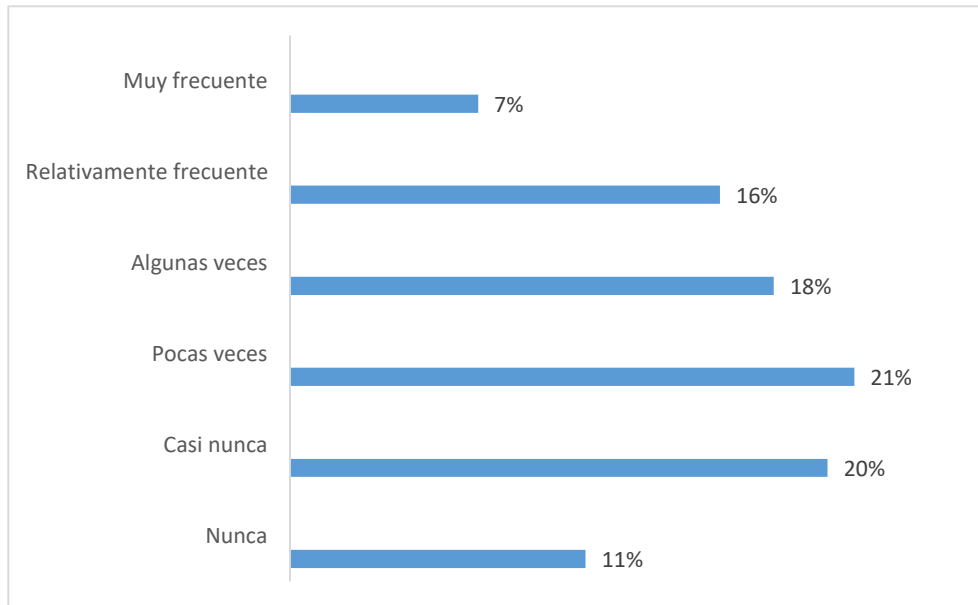
**Figura 12***Sensación de cansancio extremo o agotamiento*

*Nota.* Cansancio o agotamiento en los turistas encuestados que visitaron la Provincia de Chimborazo.

Podemos ver que el 26% de los turistas que llegan a la Provincia pocas veces presentan agotamiento causado por el estrés de 45-56 años, el 23% algunas veces 18-24 años, el 18% casi nunca se siente de esta manera 25-34 años, por otro lado, para el 5% es muy frecuente están cansado mentalmente y sin ganas de realizar actividades que involucren moverse, porque se sienten agotados corresponde a la edad de 56-61 años. Este es un factor muy relevante, aunque no recurrente entre los turistas, ya que al viajar a otros lugares siempre están ansiosos y prestos para utilizar su energía, como se ve reflejado en el 15% de personas de 57-66 años que nunca se han visto afectadas de esta manera

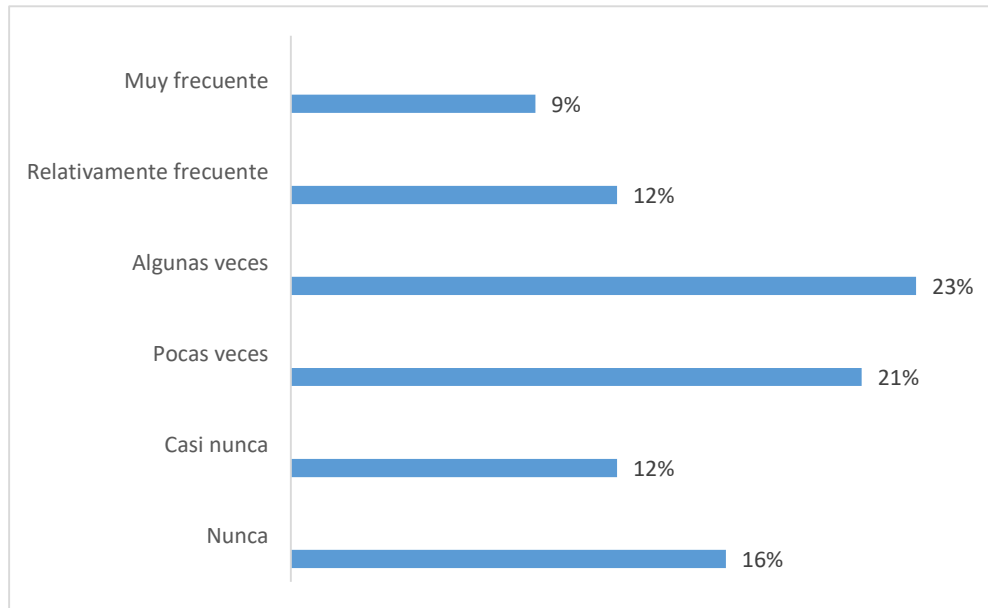
### Figura 13

*Tendencia de comer, beber o fumar más de lo habitual*



*Nota.* Frecuencia en la que los turistas tuvieron mayor tendencia a comer, beber o fumar más de lo habitual.

Tenemos que el 21% pocas veces de 45-56 años tuvo tendencias ansiosas causadas por el estrés para consumir alimentos en exceso, o acudir al alcohol y tabaco, el 20% casi no 25-34 años optó por otra manera de entretenerse y mantenerse alejado de los excesos, el 18% algunas veces de 18-24 años, el 16% relativamente frecuente 35-44 años, por su fácil accesibilidad, siendo esto algo negativo, siendo todo lo contrario al 7% que pese a ser un porcentaje bajo era muy frecuente de 55-61 años. Y solo el 11% de 57-66 años se mantuvo abstemio y prefirió cuidar más su salud y bienestar.

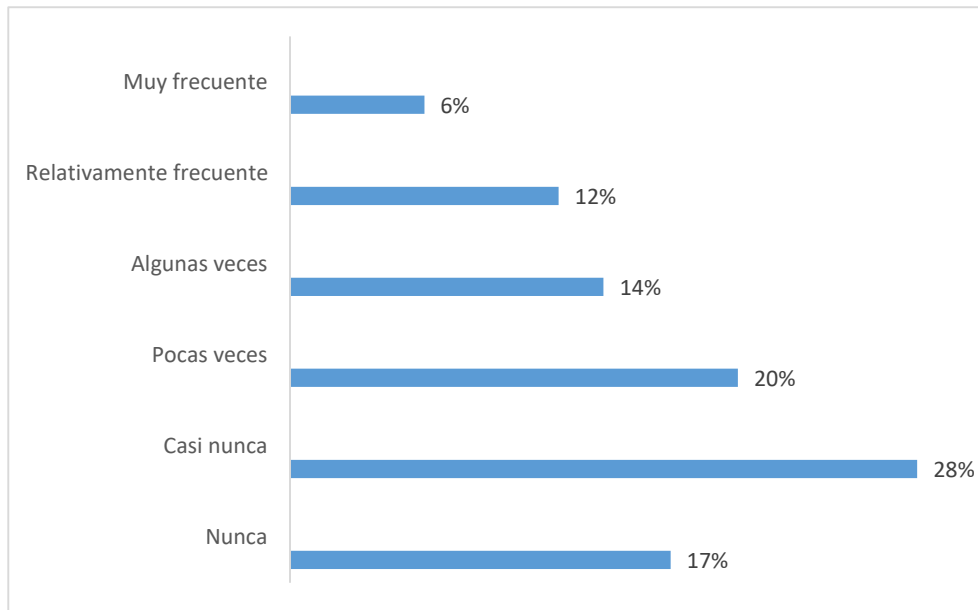
**Figura 14***Disminución del interés sexual*

*Nota.* Frecuencia en la que los turistas presentaron disminución del interés sexual.

El 23% manifiesta de 18-24 años que algunas veces presento disminución del libido y deseo sexual, el 21% pocas veces 45-56 años, el 16% nunca 25-34 años, demostrando que pese a estar en confinamiento no tuvo disminución del deseo o interés sexual, para el 12% casi nunca 35- 44 años, y el 9% era muy frecuente el desinterés por mantener relaciones sexuales de 55-61 años, ya que al estar confinados, no les llama la atención, porque su cuerpo se mantenía bajo un constante estrés, afectando su cotidianidad y la relación en pareja, con esto podemos decir, que a medida que el encierro se alargaba, se perdía el interés para estos individuos.

**Figura 15**

*Respiración entrecortada o sensación de ahogo*

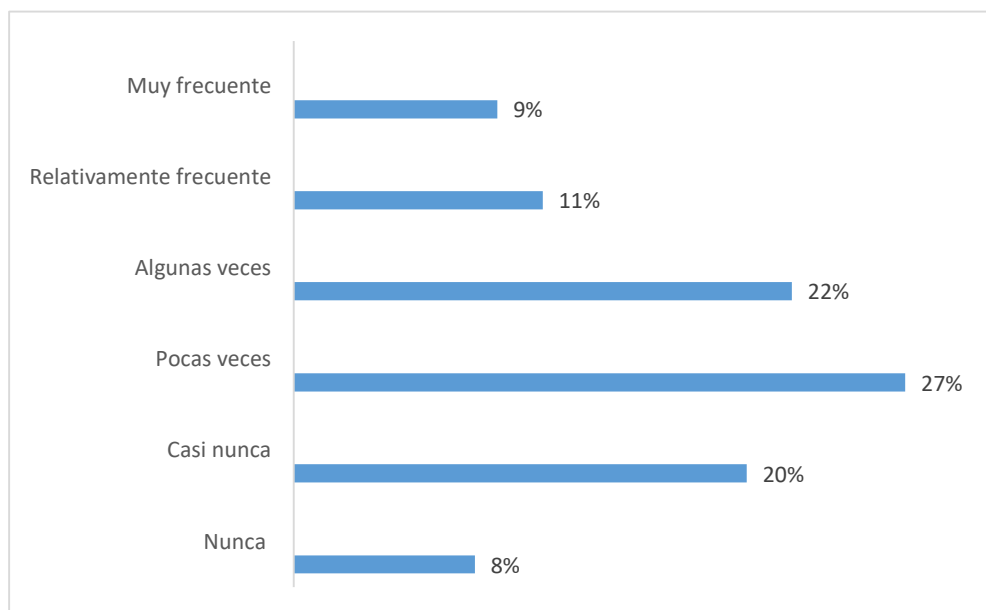


*Nota.* Frecuencia con la que los turistas presentaban la respiración entrecortada o sensación de ahogo.

En los resultados se muestra que el 28% casi nunca a presentados síntomas similares o se le ha dificultado respirar de 25-34 años, el 20% pocas veces de 45-56 años, el 17% nunca 35-44 años, el 14% algunas veces de 18-24 años, siendo esto todo lo contrario para el 12% ya que para ellos es relativamente frecuente sentirse ahogado o que su respiración se entre corte, en muchos casos esto es provocado por el estrés llegando a causar ansiedad, lo que hace que las personas tengan hiperventilación de 56-61 años, el 6% es minoritario, pero es muy frecuente de 57-66 años. Podemos decir que para la gran mayoría casi nunca tiene la respiración entre cortada o a sentido sensaciones de ahogo, ya sea por la edad, como llevan su vida y como mantienen su salud mental.

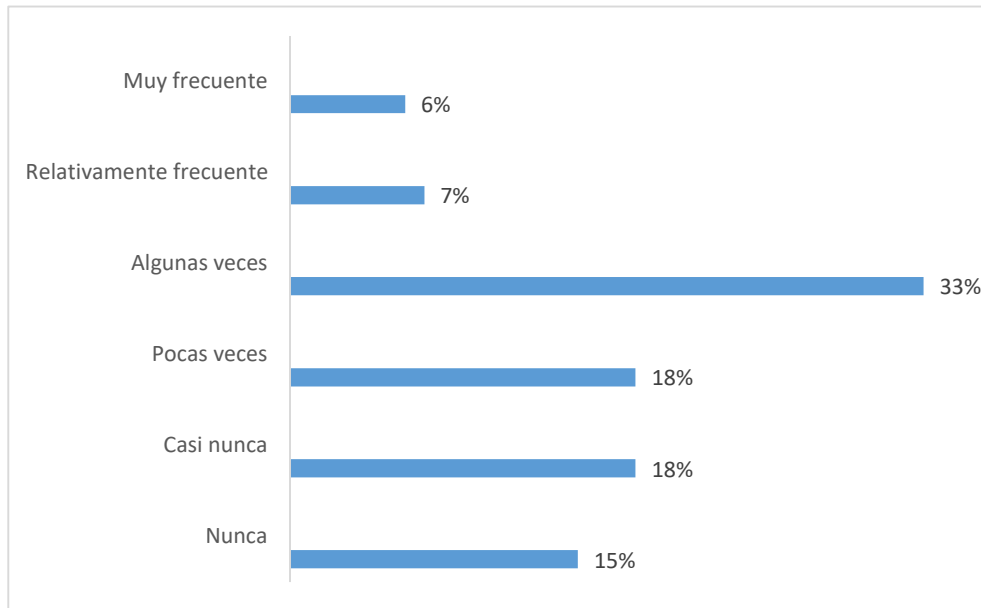
## Figura 16

### *Disminución del apetito*



*Nota.* Turistas que presentaron disminución del apetito en la Provincia de Chimborazo.

Los resultados muestran que al 27% pocas veces le disminuyó el apetito de 45-56 años, el 22% algunas veces de 18-24 años, el 20% casi nunca de 25-34 años, para el 11% fue relativamente frecuente de 56-61 años, ya que, al sentirse inconformes con la situación, no consumían los alimentos que su cuerpo necesitaba, el 9% muy frecuente de 57-66 años, algo muy llamativo, ya que al disminuir el apetito también baja la ingesta calórica, por otro lado, para el 8% nunca presentó falta de apetito de 35-44 años, ya que preferían comer antes de llegar a enfermarse por privarse de alimentos.

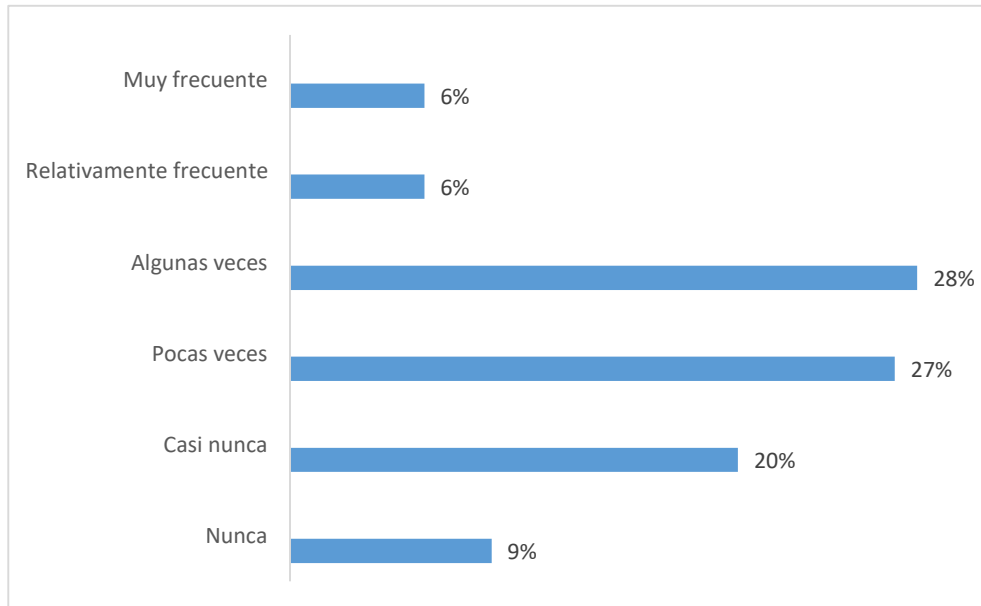
**Figura 17***Temblores musculares (tics nerviosos o parpadeos)*

*Nota.* Temblores musculares (por ejemplo, tics nerviosos o parpadeos).

Para el 33% de los turistas encuestados algunas veces presentaron molestias musculares de 18-24 años, ya que por la situación su cuerpo pasaba tenso, el 18% pocas veces al igual que el otro 18% casi nunca estrado en un rango de edad de 25- 56 años, el 15% nunca mostro este tipo de molestias de 35-44 años, el 7% relativamente frecuente como el 6% que era muy frecuente de 56-66 años, ya que se sentían estresados y esto se vinculaba.

### Figura 18

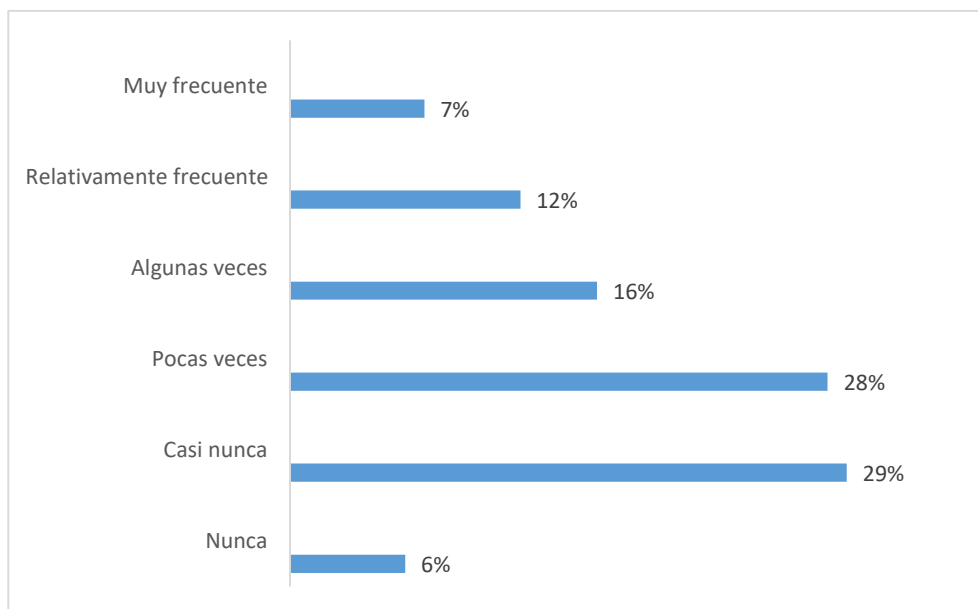
#### *Pinchazos o sensaciones dolorosas en distintas partes del cuerpo*



*Nota.* Porcentaje de sensaciones dolorosas en distintas partes del cuerpo para los turistas que visitaron la Provincia de Chimborazo.

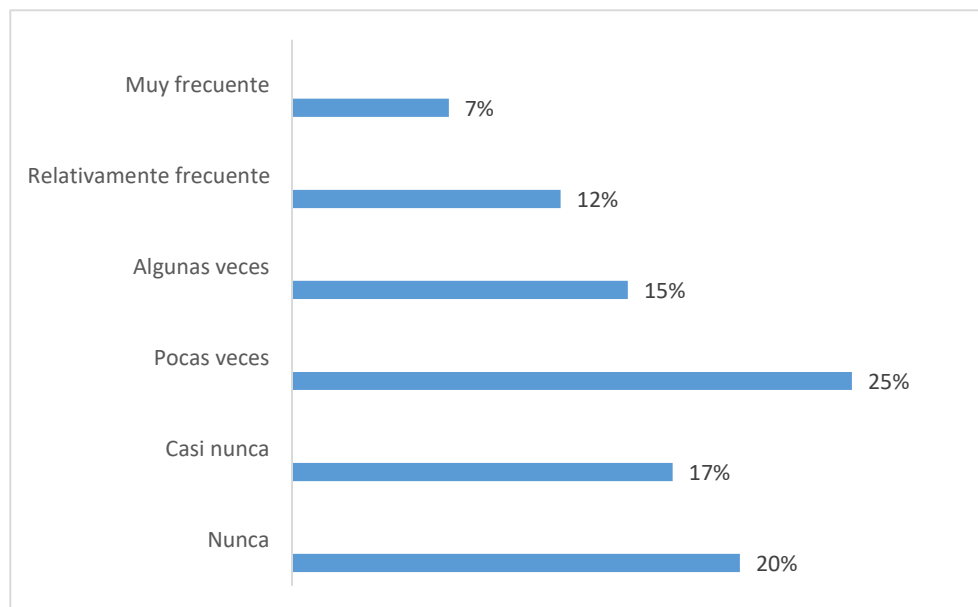
Para el 28% de los turistas algunas veces sentían molestias o sensaciones dolorosas en varias áreas de su cuerpo de 18-24 años, el 27% pocas veces 45-56 años, el 20% casi nunca de 34-45 años, para el 6% fue relativamente frecuente de 56-61 años, todo causado por el estrés que ya se manifestaba de manera física, el 9% nunca presento molestias de ningún tipo de 61-66 años. Solo una minoría no presento sensaciones dolorosas en su cuerpo.



**Figura 19***Tentaciones fuertes de no levantarse por la mañana*

*Nota.* Frecuencia con la que los turistas se sentían tentados a no levantarse por la mañana.

El 29% ha sentido que casi nunca se ha visto tentado a no levantarse por la mañana y realizar sus actividades cotidianas, ya que, al evitarlas su estado anímico cambia de 25-34 años, el 28% pocas veces de 45-56 años, para el 16% algunas veces de 18-24 años, el 12% relativamente frecuente 35-44 años, y el 6% nunca 57-66 años. Solo para el 7% ha sido muy frecuente que se les dificulte salir de su cama, todo esto provocado por el estrés y la incertidumbre de 56-61 años.

**Figura 20***Tendencias a sudar o palpitaciones*

*Nota.* Frecuencia en la que los turistas encuestados presentaban sudoraciones o palpitaciones.

Se muestra que el 25% pocas veces manifestó sudoraciones o palpitaciones de 45-56 años, el 20% nunca ha tenido sudoración excesiva o mucho menos se le ha acelerado el corazón de 57-66 años, el 17% casi nunca de 25-34 años, para el 15% a ocurrido algunas veces al igual que el 12% de 18- 34 años, siendo el 7% el valor más bajo es importante de 56- 61 años, ya que, manifestar sudoración y palpitaciones, puede ser debido al estrés y se presenta de esa manera. Aunque muchos del turista encuestado casi nunca han mostrado ninguna afección, no le quita relevancia.

### **12.3. Clasificación de los niveles de estrés**

Posteriormente se especifican y clasifican los niveles de estrés acorde a los datos obtenidos después de haber encuestado a los turistas que visitaron la Provincia de Chimborazo, a lo largo de la pandemia por Covid-19, se observa los niveles de estrés acorde al test aplicado (Ver figura 2). De modo que los resultados se han organizado de menor a mayor de las 385 encuestas realizadas.

**Figura 21**

*Semaforización del nivel de estrés causadas por estrés laboral*



*Nota.* Grafica de los niveles de estrés, representada en la semaforización del test por estrés laboral. Tomando de: (Milenio, 2020).

**Tabla 6**

*Imposibilidad de conciliar el sueño*

Pregunta N° 1		
Frecuencia	Nivel de estrés	Porcentaje encuestados
<b>Nunca</b>	Sin estrés	6%
<b>Casi nunca</b>	Sin estrés	28%
<b>Pocas veces</b>	Estrés leve	23%
<b>Algunas veces</b>	Estrés medio	20%
<b>Relativamente frecuente</b>	Estrés alto	12%
<b>Muy frecuente</b>	Estrés grave	5%

*Nota.* Elaborado por Abigail Andrade. En esta tabla se puede observar que se cumplió con los objetivos planteados.

Se puede observar que, en imposibilidad para conciliar el sueño, el 28% de los encuestados casi nunca presento algún síntoma que afectara su ciclo de sueño de 24-35 años estando sin estrés. Por otro lado, el 5% si presenta frecuentemente dificultades para tener un sueño placentero de 56-61 años.

**Tabla 7*****Jaquecas y dolores de cabeza***

<b>Pregunta N° 2</b>		
<b>Frecuencia</b>	<b>Nivel de estrés</b>	<b>Porcentaje de encuestados</b>
<b>Nunca</b>	Sin estrés	6%
<b>Casi nunca</b>	Sin estrés	26%
<b>Pocas veces</b>	Estrés leve	23%
<b>Algunas veces</b>	<b>Estrés medio</b>	<b>30%</b>
<b>Relativamente</b>	Estrés alto	8%
<b>Frecuente</b>		
<b>Muy frecuente</b>	Estrés grave	4%

*Nota.* Elaborado por Abigail Andrade. En esta tabla se puede observar que se cumplió con los objetivos planteados.

Como resultado el 30% de las personas presentan un estrés medio lo cual se relaciona con las jaquecas y dolores de cabeza de 18-24 años, por otro lado, el 4% de los encuestados tiene estrés grave, lo cual les hace tener afecciones en su cabeza, aunque es un porcentaje bajo de 35-44 años.

**Tabla 8*****Indigestión o molestias gastrointestinales***

<b>Pregunta N° 3</b>		
<b>Frecuencia</b>	<b>Nivel de estrés</b>	<b>Porcentaje de encuestados</b>
<b>Nunca</b>	Sin estrés	12%
<b>Casi nunca</b>	Sin estrés	22%
<b>Pocas veces</b>	<b>Estrés leve</b>	<b>27%</b>
<b>Algunas veces</b>	Estrés medio	23%
<b>Relativamente</b>	Estrés alto	12%
<b>Frecuente</b>		
<b>Muy frecuente</b>	Estrés grave	4%

*Nota.* Elaborado por Abigail Andrade. En esta tabla se puede observar que se cumplió con los objetivos planteados.

El resultado obtenido muestra que el 27% de las personas encuestadas presenta molestias gastrointestinales de 45-56 años, lo cual es causado por un estrés leve, por otro lado, el 12% si presenta un estrés medio de 25-34 años, llegando afectar en mayor medida su cotidianidad, el 4% manifiesta un estrés grave de 35-44 años.

**Tabla 9**

***Sensación de cansancio extremo o agotamiento***

<b>Pregunta N° 4</b>		
<b>Frecuencia</b>	<b>Nivel de estrés</b>	<b>Porcentaje de encuestados</b>
<b>Nunca</b>	Sin estrés	15%
<b>Casi nunca</b>	Sin estrés	28%
<b>Pocas veces</b>	Estrés leve	26%
<b>Algunas veces</b>	Estrés medio	23%
<b>Relativamente frecuente</b>	Estrés alto	11%
<b>Muy frecuente</b>	Estrés grave	5%

*Nota.* Elaborado por Abigail Andrade. En esta tabla se puede observar que se cumplió con los objetivos planteados.

Respecto a la sensación de cansancio extremo o agotamiento el 28% no presenta estrés o se encuentra sin estrés de 25-34 años. El 23% con estrés medio de 18-24 años, el 5% si presenta estrés grave lo que le causa agotamiento y fatiga de 45-56 años.

**Tabla 10**

***Tendencia a comer, beber o fumar más de lo habitual***

<b>Pregunta N° 5</b>		
<b>Frecuencia</b>	<b>Nivel de estrés</b>	<b>Porcentaje de encuestados</b>
<b>Nunca</b>	Sin estrés	11%
<b>Casi nunca</b>	Sin estrés	20%
<b>Pocas veces</b>	Estrés leve	21%
<b>Algunas veces</b>	Estrés medio	18%
<b>Relativamente frecuente</b>	Estrés alto	16%
<b>Muy frecuente</b>	Estrés grave	7%

*Nota.* Elaborado por Abigail Andrade. En esta tabla se puede observar que se cumplió con los objetivos planteados.

Por el estrés leve un 21% las personas comenzaron a comer, fumar o beber más de lo habitual de 18-24 años, todo esto causado por el confinamiento, ya que, al ser de fácil accesibilidad, lo tomaban como un refugio y alivio para sobrellevar la situación, el 16% manifestó estrés alto 35-44 años, y una minoría el 7% de estrés grave, estos eran más propensos a comer de mala manera o ya tener alguna adicción de 56-61 años.

**Tabla 11**

*Disminución del interés sexual*

<b>Pregunta N° 6</b>		
<b>Frecuencia</b>	<b>Nivel de estrés</b>	<b>Porcentaje de encuestados</b>
<b>Nunca</b>	Sin estrés	16%
<b>Casi nunca</b>	Sin estrés	12%
<b>Pocas veces</b>	Estrés leve	23%
<b>Algunas veces</b>	Estrés medio	25%
<b>Relativamente frecuente</b>	Estrés alto	13%
<b>Muy frecuente</b>	Estrés grave	9%

*Nota.* Elaborado por Abigail Andrade. En esta tabla se puede observar que se cumplió con los objetivos planteados.

Para muchos encuestados el deseo sexual se vio disminuido por un estrés medio, para el 25% tuvo una disminución de la libido de 24-35 años, mientras que el 16% no presentó estrés, por ello su deseo sexual no se vio afectado de 18-24 años, siendo esto todo lo contrario para el 9% que tuvo estrés grave, y su interés sexual era inexistente de 56-61 años.

**Tabla 12*****Respiración entrecortada o sensación de ahogo***

<b>Pregunta N°7</b>		
<b>Frecuencia</b>	<b>Nivel de estrés</b>	<b>Porcentaje de encuestados</b>
<b>Nunca</b>	Sin estrés	17%
<b>Casi nunca</b>	Sin estrés	28%
<b>Pocas veces</b>	Estrés leve	20%
<b>Algunas veces</b>	Estrés medio	14%
<b>Relativamente frecuente</b>	Estrés alto	12%
<b>Muy frecuente</b>	Estrés grave	6%

*Nota.* Elaborado por Abigail Andrade. En esta tabla se puede observar que se cumplió con los objetivos planteados.

En la pregunta de si su respiración se a entrecortado o a sentido sensaciones de ahogo el 28% de 18-24 años no presento estas molestias no se vio afectado por el estrés, siendo todo lo contrario para el 6% con estrés grave de 45-56 años.

**Tabla 13*****Disminución del apetito***

<b>Pregunta N° 8</b>		
<b>Frecuencia</b>	<b>Nivel de estrés</b>	<b>Porcentaje de encuestados</b>
<b>Nunca</b>	Sin estrés	8%
<b>Casi nunca</b>	Sin estrés	20%
<b>Pocas veces</b>	Estrés leve	27%
<b>Algunas veces</b>	Estrés medio	22%
<b>Relativamente frecuente</b>	Estrés alto	11%
<b>Muy frecuente</b>	Estrés grave	9%

*Nota.* Elaborado por Abigail Andrade. En esta tabla se puede observar que se cumplió con los objetivos planteados.

La disminución del apetito fue afectada por un estrés leve representando este un 27% de 44-56 años, solo el 9% tuvo un estrés grave, lo cual afecto su gana de comer de 18-34 años.

**Tabla 14**

***Temblores musculares (por ejemplo, tics nerviosos o parpadeos)***

<b>Pregunta N° 9</b>		
<b>Frecuencia</b>	<b>Nivel de estrés</b>	<b>Porcentaje de encuestados</b>
<b>Nunca</b>	Sin estrés	15%
<b>Casi nunca</b>	Sin estrés	18%
<b>Pocas veces</b>	Estrés leve	18%
<b>Algunas veces</b>	Estrés medio	30%
<b>Relativamente frecuente</b>	Estrés alto	7%
<b>Muy frecuente</b>	Estrés grave	6%

*Nota.* Elaborado por Abigail Andrade. En esta tabla se puede observar que se cumplió con los objetivos planteados.

Las personas encuestadas si presentaron temblores musculares (por ejemplo, tics nerviosos o parpadeos) gran parte de los encuestados presento un estrés medio con el 30% de 34-45 años, para el 18% de la población fue todo lo contrario ya que se mantuvieron sin estrés, por lo cual no presentaron ninguna molestia de 24-35 años.

**Tabla 15*****Pinchazos o sensaciones dolorosas en distintas partes del cuerpo***

<b>Pregunta N° 10</b>		
<b>Frecuencia</b>	<b>Nivel de estrés</b>	<b>Porcentaje de encuestados</b>
<b>Nunca</b>	Sin estrés	9%
<b>Casi nunca</b>	Sin estrés	20%
<b>Pocas veces</b>	Estrés leve	27%
<b>Algunas veces</b>	Estrés medio	28%
<b>Relativamente frecuente</b>	Estrés alto	6%
<b>Frecuente</b>		
<b>Muy frecuente</b>	Estrés grave	6%

*Nota.* Elaborado por Abigail Andrade. En esta tabla se puede observar que se cumplió con los objetivos planteados.

El en resultado obtenido de presentar sensación de pinchazos o sensaciones dolorosas en distintas partes del cuerpo el 28% manifestó si tener esa percepción en su cuerpo ya que tuvieron un estrés de 18-24 años, por otro lado, el 9% nunca tuvo molestias de 24-35 años, siendo todo lo contrario para el 6% que sufría de estrés grave de 56-61 años.



**Tabla 16***Tentaciones fuertes de no levantarse por la mañana*

<b>Pregunta N° 11</b>		
<b>Frecuencia</b>	<b>Nivel de estrés</b>	<b>Porcentaje de encuestados</b>
<b>Nunca</b>	Sin estrés	6%
<b>Casi nunca</b>	Sin estrés	29%
<b>Pocas veces</b>	Estrés leve	28%
<b>Algunas veces</b>	Estrés medio	17%
<b>Relativamente frecuente</b>	Estrés alto	12%
<b>Muy frecuente</b>	Estrés grave	7%

*Nota.* Elaborado por Abigail Andrade. En esta tabla se puede observar que se cumplió con los objetivos planteados.

La tentación de no levantarse por la mañana es casi nula ya que los encuestados no presentan estrés siendo estos el 29% de 45-56 años, mientras el 7% siente que no quiere realizar ninguna actividad porque presenta un estrés grave de 18-24 años. Dicho esto, el estrés puede provocar que el individuo tenga un cansancio excesivo desmotivándolo por la mañana, dificultando sus ganas de levantarse, provocando falta de interés en su vida.

**Tabla 17***Tendencias a sudar o palpitaciones*

<b>Pregunta N° 12</b>		
<b>Frecuencia</b>	<b>Nivel de estrés</b>	<b>Porcentaje de encuestados</b>
<b>Nunca</b>	Sin estrés	20%
<b>Casi nunca</b>	Sin estrés	17%
<b>Pocas veces</b>	Estrés leve	25%
<b>Algunas veces</b>	Estrés medio	16%
<b>Relativamente frecuente</b>	Estrés alto	12%
<b>Muy frecuente</b>	Estrés grave	7%

*Nota.* Elaborado por Abigail Andrade. En esta tabla se puede observar que se cumplió con los objetivos planteados.

En la pregunta de tendencias a sudar o palpitaciones las personas encuestadas presentaron un estrés leve, siendo este el 25% de 25-34 años. Por otro lado, el 7% si manifestó tener sudoraciones ya que tenían estrés grave de 18-24 años. Puesto que el estrés causa sudoraciones y palpitaciones en respuesta a como se siente el cuerpo, provocado por el mismo, siendo el este un mecanismo por parte del cerebro el cual detecta alguna amenaza.

**Tabla 18***Frecuencia total del nivel de estrés por pregunta*

<b>Variable</b>	Nunca	Casi nunca	Pocas veces	Algunas veces	Relativamente frecuente	Muy frecuente	
Estado anímico y físico	6%	28%	25%	22%	12%	5%	
Jaquecas y dolores de cabeza	6%	26%	23%	30%	8%	4%	
Dolores gastrointestinal Es	12%	22%	27%	23%	12%	4%	
Cansancio o Agotamiento	15%	18%	26%	23%	11%	5%	
Tendencia a comer, beber o fumar más de lo habitual	11%	22%	23%	19%	17%	7%	
Disminución de interés sexual	16%	12%	23%	25%	13%	9%	
Respiración entrecortada o ahogo	17%	28%	20%	14%	12%	6%	
Disminución del apetito	8%	20%	27%	22%	11%	9%	
Temblores Musculares	15%	18%	18%	33%	7%	6%	
Pinchazos o sensaciones dolores en el cuerpo	9%	20%	27%	28%	6%	6%	
Tendencia a no levantarse por la mañana	6%	29%	28%	17%	12%	7%	
Tendencia a sudar o tener Palpitaciones	20%	17%	25%	16%	12%	7%	
Sub total	141%	266%	292%	277%	133%	75%	1.184%
Porcentaje total	6,5	27,57	11,25	28,99	17,75	7,94	

**Tabla 19***Número y nivel de personas con estrés*

<b>Frecuencia</b>	<b>Puntuación</b>	<b>Nivel de estrés</b>	<b>Porcentaje total</b>	<b>Número de individuos</b>
Nunca	0	sin estrés	6,5%	25
Casi nunca	12	sin estrés	27,57%	105
Pocas veces	24	estrés leve	11,25%	43
Algunas veces	36	estrés medio	28,99%	112
Relativamente frecuente	48	estrés alto	17,75%	70
Muy Frecuentemente	60	estrés grave	7,94%	31
Total de encuestados				385

Para finalmente conocer los valores del nivel de estrés de los turistas que viajaron a la Provincia de Chimborazo, luego de haber aplicado las 385 encuestas con el fin de saber la amplitud total, por la cantidad de encuestas y la cantidad de preguntas. Se sumó la frecuencia de cada una de las preguntas, obteniendo una sub- respuesta, la misma se volvió a sumar para obtener el porcentaje general siendo este 1.184%. Luego de conocer este dato podemos determinar y saber la cantidad de personas que no presentan estrés siendo este el 6,5%, ya que se hallan en el nivel “sin estrés” aquí podemos hablar que son 25 individuos, los cuales nunca han presentado alguno de los síntomas o sensaciones que se valoró en el test, manteniendo su vida en serenidad correspondiendo a la edad de 57-66 años, al igual que el 27,57% de sujetos de 24-35 años. Por otro lado, el 28,99 que representa a 112 personas, se encuentran en un estrés medio de 18-24 años de los cuales 66 son mujeres y 46 hombres, haciendo notar que las mujeres pasaban por mas estrés presentando algunos de los síntomas y malestares, que afectan su vida y al mismo tiempo su entorno, aquí ya se empiezan a encender las luces de advertencia, puesto que si se deja que el estrés avance podría ser irreversible. De todos los encuestado 31 que es el 7,94% de personas tienen estrés grave ellos ya se encuentran en un umbral en el que deben acudir a un profesional de la salud mental, ya que a este punto afecta sus relaciones personales, de trabajo y su entorno, su estado anímico es una

constante montaña rusa, por todo el deterioro sea físico como emocional de 45-56 años. Teniendo consecuencias más problemáticas para la persona que sufre de estrés.

#### **12.4. Propuesta de estrategia**

El Covid- 19 ha marcado un antes y un después para la sociedad, dejando varios residuos de sí misma, pero no todo es malo, ya que a pesar de eso dejó las puertas abiertas al cambio y la innovación en diferentes áreas del turismo. Por ello se debe renovar su perspectiva, yendo de la mano con lo sostenible. Las ideas se enfocan en acciones que se puedan ejecutar en todos los modelos de turismo y de cómo ayudar a reducir los picos de estrés.

De este modo basándonos en los resultados obtenidos se propone lo siguiente:

Transformar la visión y la forma en la que se comprende al turismo, dejando de considerarlo como solo una actividad de ocio y recreación, y poner a un lado solo el enfoque económico que se tiene en él. Contemplando áreas más grandes, que nos lleven a conocer y aprender más, haciendo que nuestra conciencia se expanda, creando un equilibrio físico-emocional, preservando el ambiente.

Enfocar el turismo en una zona diferente direccionada a la salud mental y corpórea, teniendo como eje los distintos tipos de turismo que pueden disminuir el estrés y otros padecimientos que este ocasiona, como la ansiedad, irritabilidad, sensibilidad, malestares corporales depresión, obesidad, etc.

Posterior a lo ya mencionado, se plantea actividades para reducir y bajar el nivel de estrés. Que tenga una conexión con los diversos tipos de turismo que existen dentro de la Provincia de Chimborazo. Acorde a los resultados arrojados se propone desarrollar las siguientes actividades turísticas:

**Tabla 20***Actividades y estrategias*

<b>Nivel de estrés</b>	<b>Número de individuos</b>	<b>Tipo de turismo</b>
<b>Sin estrés</b>	25 (57-66 años)	Al no presentar estrés, los turistas pueden desenvolverse en cualquier área y hacer cualquier actividad.
<b>Estrés leve</b>	43 (45-56 años)	Al manifestar un leve estrés, ellos pueden realizar actividades que conlleven turismo de aventura en el que podrían realizar: montañismo, senderismo, ciclo turismo, etc., y visitar áreas que pongan sus sentidos en alerta y sean abiertas.
<b>Estrés medio</b>	112 (18-24 años)	Para este tipo de personas que tienen un estrés medio, se les podría recomendar actividad más relajadas y para ello existe el turismo cultural, en donde recorrerían la ciudad, visitando museos, iglesias y sitios históricos y para deleitar sus paladares rutas gastronómicas.
<b>Estrés alto</b>	70 (35- 44 años)	Al manifestar un estrés alto lo mejor sería el turismo comunitario, este le permitirá, tener contacto con saberes ancestrales, medicina natura, y tendrá cercanía con la comunidad.
<b>Estrés grave</b>	31 (56-61 años)	Para las personas que presentan un estrés grave que ya afecta su cotidianidad, sin duda le conviene el ecoturismo un turismo enfocado en tener contacto con la naturaleza, alejarse del ajetreo de la vida y en permanecer al aire libre.

### 13. IMPACTOS

A continuación, se detallan los impactos, económicos, sociales y ambientales:

- **Económicos:** Posterior a la investigación se obtuvo como resultado que a causa del Covid-19, incrementó el desempleo en el sector turístico afectando también a las personas. Por ejemplo, muchos trabajadores del sector turístico han sido despedidos, y otros han tenido sus salarios reducidos. Esto ha provocado una disminución en el consumo y en la calidad de vida de las familias, ya que no tienen los ingresos suficientes para cubrir sus necesidades ocasionando estrés (Mundial, 2022).
- **Sociales:** Los impactos sociales del COVID-19 en el turismo fueron muy severos, ya que hubo una disminución en el ingreso de las familias relacionadas con la actividad turística. Este impacto también afectó la salud mental de muchas personas, ya que la pérdida de ingresos y la falta de oportunidades de empleo hicieron aumentar la angustia y la ansiedad en las familias, incrementando el estrés y la depresión por el aislamiento, la falta de contacto con las redes sociales incrementaron la sensación de soledad, mientras que la falta de actividad física y la ausencia de espacios abiertos para el ejercicio disminuyeron el nivel de salud física y emocional (Boletín Desastres N.131.- Impacto de la Pandemia COVID-19 En la Salud Mental de la Población, s. f.)
- **Ambientales:** El COVID-19 también causó impactos ambientales positivos, como la disminución de la contaminación a través de la reducción de la emisión de gases de efecto invernadero, producto de la reducción del transporte terrestre, el uso de energía y la reducción del uso del avión. Además, el uso de tecnologías como las videoconferencias redujo el transporte y el uso de energía en el sector laboral (Caribe, 2021).

## 14. CONCLUSIONES

Con base a lo observado y los resultados que se obtuvo a partir de la encuesta se pudo definir el perfil del turista que visita la Provincia de Chimborazo en su mayoría provienen del cantón Guayas al tener proximidad con la misma, los cantones con menor presencia con Sigchos, Pujilí Chunchi y Lago Agrio. Su rango de edad va desde los 18 hasta los 50 años, siendo los jóvenes y jóvenes adultos quienes más se aventuran a viajar, los padres de familia prefieren incentivar a su núcleo para salir de la rutina ellos escogen trasladarse con un conjunto ya conocido. Teniendo todos esos factores en consideración el turismo puede ir encaminado en un turismo familiar tomando en cuenta todos los factores.

Se concluye que los resultados que se obtuvieron en el levantamiento de información en campo se puede determinar que: la cantidad de personas que no presentan estrés es el 6,5%, ya que se hallan en el nivel “sin estrés” se refiere que 25 individuos nunca han presentado alguno de los síntomas o sensaciones que se valoró manteniendo su vida en serenidad correspondiendo a la edad de 57-66 años, al igual que el 27,57% de sujetos de 24-35 años. Por otro lado, el 28,99% que representa a 112 personas, se encuentran en un estrés medio de 18-24 años de los cuales 66 son mujeres y 46 hombres, haciendo notar que las mujeres pasaban por mas estrés presentando algunos de los síntomas y malestares, que afectan su vida y al mismo tiempo su entorno, aquí ya se empiezan a encender las luces de advertencia, puesto que si deja que el estrés avance podría ser irreversible.

Para finalizar se puede mencionar que a grandes rasgos el turismo es una gran herramienta, para ayudar, prever y reducir el nivel de estrés en los turistas, ya que el cuerpo al estar extasiado y emocionado, libera hormonas que disminuyen y mitigan los síntomas del estrés, irritabilidad, apatía, agotamiento, ansiedad, depresión, etc. Por lo cual se propuso estrategias que puedan ayudar a que el turismo tenga otra visión de sí mismo, yendo hacia el bienestar físico y mental de todos los turistas.



### **RECOMENDACIONES**

Tener seguimiento dinámico en este tipo de temas investigativos que realizan las instituciones académicas de tercer nivel para que se pueda compartir a nivel nacional, para conocer cuáles son los niveles de estrés que puede llegar a presentar un turista promedio en el área turística del país. Por lo cual las Universidades del Ecuador deberían enfocarse en la salud mental de los turistas que se trasladan a la Provincia de Chimborazo, ya que no es una área explorada y considerada, puesto que se hallan huecos en el tema.

Delegar una mayor cantidad de recursos al turismo aquellas autoridades que se encuentran al frente de la rama, para que se abra un enfoque investigativo más amplio y encontrar como el turismo interactúa con los diferentes niveles de estrés.

Recabar más información para ampliar el tema, y mantener actualizados los datos, ya que al ser la pandemia tan reciente la información es casi escasa respecto a las indagaciones de esta provincia.

## 14. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

Amadasi, E. (1997). Turismo y sociedad. Aportes y Transferencias, 103-113. Ato, M., López, J. J., & Benavente, A. (2013). Un sistema de clasificación de los diseños de investigación en psicología. 29(3). [https://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0212-97282013000300043](https://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0212-97282013000300043)

Ballesteros, M. (2021). ESTRÉS y SUS CAUSAS. Manuel Ballesteros. <https://www.manuelpsicologo.es/blog/106-ddaa>

*Boletín Desastres N.131.- Impacto de la pandemia COVID-19 en la salud mental de la población.* (s. f.). OPS/OMS | Organización Panamericana de la Salud. <https://www.paho.org/es/boletin-desastres-n131-impacto-pandemia-covid-19-salud-mental-poblacion>

Cano Vindel, A. (2002). ESTRÉS LABORAL. SEAS. [https://webs.ucm.es/info/seas/estres\\_lab/index.htm](https://webs.ucm.es/info/seas/estres_lab/index.htm)

Caribe, C. E. P. A. L. y. E. (2021, 8 enero). <https://www.cepal.org/es/publicaciones/46551-evaluacion-efectos-impact>. <https://www.cepal.org/es/publicaciones/46551-evaluacion-efectos-impactos-la-pandemia-covid-19-turismo-america-latina-caribe>

Centro de Desarrollo OCDE. (2020). Impacto social del COVID-19 en Ecuador: Desafíos y respuestas. <https://www.oecd.org/dev/Impacto-social-COVID-19-Ecuador.pdf>

*Chimborazo - Google Arts & Culture.* (s. f.). Google Arts & Culture. <https://artsandculture.google.com/entity/provincia-de-chimborazo/m0365wt?hl=es>

*CHIMBORAZO - Instituto Geofísico - EPN.* (s. f.). <https://www.igepn.edu.ec/chimborazo#:~:text=El%20volc%C3%A1n%20Chimborazo%20est%C3%A1%20ubicado,de%20los%20Andes%20del%20Norte.>

- Ciudades de Chimborazo.* (s. f.). GoRaymi. <https://www.goraymi.com/es-ec/chimborazo/mapas/ciudades-chimborazo-aro zp287q>
- Cuandovisitar.com.ec. (2024, 18 febrero). *Clima de Chimborazo: temperaturas, cuando visitar y precipitaciones.* <https://www.cuandovisitar.com.ec/ecuador/chimborazo-4041422/>
- Cuesta, M. (27 de abril de 2009). Introducción al muestreo. <http://www.editorialkamar.com/et/archivo04.pdf>
- Durán, Carlos Antonio Iturralde., & Romero, Lenin Efraín Duque. (2021). PRECARIZACIÓN DEL TELETRABAJO EN ECUADOR EN CONTEXTO DE COVID-19: VARIABLES DE ANÁLISIS DESDE EL ENFOQUE MARXISTA. *CHAKIÑAN, REVISTA DE CIENCIAS SOCIALES Y HUMANIDADES* . <http://doi.org/10.37135/CHK.002.14.10>
- EcuRed. (s. f.). *Provincia de Chimborazo - ECURed.* [https://www.ecured.cu/Provincia\\_de\\_Chimborazo](https://www.ecured.cu/Provincia_de_Chimborazo)
- Fuentelsaz Gallego, C. (2004). Cálculo del tamaño de la muestra. *Matronas Profesión*, 5(18), 5-12. Gallardo, E. (2017). *Metodología de la Investigación* (1era. Ed.). Universidad Continental. [https://repositorio.continental.edu.pe/bitstream/20.500.12394/4278/1/DO\\_UC\\_EG\\_MAI\\_UC058\\_4\\_2018.pdf](https://repositorio.continental.edu.pe/bitstream/20.500.12394/4278/1/DO_UC_EG_MAI_UC058_4_2018.pdf)
- Guacho, B., & Vinicio, D. (2018). Diseño de un sistema comunicacional para publicitar los atractivos turísticos del cantón Colta. <http://dspace.espoch.edu.ec/bitstream/123456789/9170/1/88T00258.pdf>
- Guevara, J. (2021). IMPACTO PSICOSOCIAL GENERADO POR EL COVID 19 EN POBLADORES DE LA COMUNA ECOTURÍSTICA DOS MANGAS SANTA ELENA 2020 [Politécnica Salesiana]. <https://dspace.ups.edu.ec/bitstream/123456789/21111/1/UPS-GT003434.pdf>
- Hermosa-Bosano, C., Paz, C., Hidalgo-Andrade, P., García-Manglano, J., Sádaba Chalezquer, C., López-Madriral, C., & Serrano, C. (2021). Síntomas de depresión, ansiedad y estrés en la población general ecuatoriana durante la pandemia por COVID-19. 30(2), 40-45. <https://doi.org/0.46997/revecuatneurol30200040>

Herrero, F. (24 de septiembre de 2009). Introducción al muestreo. <http://www.editorialkamar.com/et/archivo04.pdf>

<https://www.imss.gob.mx/sites/all/statics/salud/estreslaboral/Test-Estres-Laboral.pdf>

Hurtado de Barrera, J. (2000). Metodología de la Investigación Holística (Vol. 1). Fundación Sypal. <https://ayudacontextos.files.wordpress.com/2018/04/jacqueline-hurtado-de-barrera-metodologiade-investigacion-holistica.pdf>

*Iglesia de Balbanera - Colta.* (s. f.). Riobamba. <https://riobamba.com.ec/es-ec/chimborazo/colta/iglesias-templos/iglesia-balbanera-colta-axaa5rb81>

Inter-Agency Standing Committee IASC. (2020). Cómo abordar la salud mental y los aspectos psicosociales del brote de Covid-19. IASC. [https://interagencystandingcommittee.org/sites/default/files/migrated/2020-03/IASC%20Interim%20Briefing%20Note%20on%20COVID-19%20Outbreak%20Readiness%20and%20Response%20Operations%20-%20MHPSS%20%28Spanish%29\\_0.pdf](https://interagencystandingcommittee.org/sites/default/files/migrated/2020-03/IASC%20Interim%20Briefing%20Note%20on%20COVID-19%20Outbreak%20Readiness%20and%20Response%20Operations%20-%20MHPSS%20%28Spanish%29_0.pdf)

Kaffure, L. (2010). El concepto de pandemia: debate e implicaciones a propósito de la pandemia de influenza 2009. *Rev. Gerenc. Polit. Salud*, 9(10), 53-68. <http://www.scielo.org.co/pdf/rgps/v9n19/v9n19a05.pdf>

*Laguna de Colta.* (s. f.). Riobamba. <https://riobamba.com.ec/es-ec/chimborazo/colta/lagunas/laguna-colta-a9f1c900b>

Medina, R., & Valverde, L. (2020). El COVID-19: Cuarentena y su Impacto Psicológico en lapoblación. *SCielo*, 1, 1-18. - (Marquina & Jaramillo, El COVID-19: Cuarentena y su Impacto Psicológico en la, 2021)

MILENIO. (2020). Descubre cuánto estrés laboral tienes con este test del IMSS. 1, 1.

Ministerio de Turismo MINTUR. (2021). Catastro de servicios turísticos [Anual]. Ministerio de Turismo. <https://servicios.turismo.gob.ec/index.php/turismo-cifras/2018-09-18-21-11-17/establecimientos-registrados>

Ministerio de Turismo. (14 de febrero de 2020). Entradas y salidas internacionales. <https://public.tableau.com/app/profile/cifras.turismo.gob.ec/viz/Entradasysalidasinternacionales/Migracin>

Mundial, B. (2022). Capítulo 1. Los impactos económicos de la pandemia y los nuevos riesgos para la recuperación. En *World Bank*. <https://www.bancomundial.org/es/publication/wdr2022/brief/chapter-1-introduction-the-economic-impacts-of-the-covid-19-crisis>

Naciones Unidas. (2020). Informe de políticas: La COVID-19 y la transformación del turismo. [https://www.un.org/sites/un2.un.org/files/policy\\_brief\\_covid19\\_and\\_transforming\\_tourism\\_spanish.pdf](https://www.un.org/sites/un2.un.org/files/policy_brief_covid19_and_transforming_tourism_spanish.pdf)

OMS. (2020). La OMS caracteriza a COVID-19 como una pandemia. [https://www3.paho.org/hq/index.php?option=com\\_content&view=article&id=15756:whocharacterizes-covid-19-as-a-pandemic&Itemid=1926&lang=es](https://www3.paho.org/hq/index.php?option=com_content&view=article&id=15756:whocharacterizes-covid-19-as-a-pandemic&Itemid=1926&lang=es)

Pimienta Lastra, R. (2000). Encuestas probabilísticas vs. No probabilísticas. *Política y Cultura*, 1, 263- 276.

Programa de Promoción de la Salud Mental. (2020). El impacto emocional de la pandemia. [https://madridsalud.es/wp-content/uploads/2020/06/Guia\\_recomen\\_mental\\_pandemia.pdf](https://madridsalud.es/wp-content/uploads/2020/06/Guia_recomen_mental_pandemia.pdf) Ruiz Bravo, A., & Jimenez Valera, M. (2020). SARS-CoV-2 y pandemia de síndrome respiratorio agudo (COVID-19). 61(2), 63-79.

*Provincia de Chimborazo*. (s. f.). GoRaymi. <https://www.goraymi.com/es-ec/chimborazo/provincias/provincia-chimborazo-a1659dd59>

*Reserva de Producción de Fauna Chimborazo, 26 años de protección*. – Ministerio del Ambiente, Agua y Transición Ecológica. (s. f.). <https://www.ambiente.gob.ec/reserva-de-produccion-de-fauna-chimborazo-26-anos-de-proteccion/>

*RIOBAMBA – Ministerio de Cultura y Patrimonio*. (s. f.). <https://www.culturaypatrimonio.gob.ec/riobamba/>

Rivera Macías Cristian Wladimir (2023); Actividades de ocio y recreación del turista de la provincia de Chimborazo antes y después del estado de excepción. UTC. Latacunga. 85 p.  
<http://repositorio.utc.edu.ec/handle/27000/11128>

Rupay Huarcaya, S. (2018a). Niveles de estrés laboral y riesgos psicosociales laborales en tripulantes de cabina de una aerolínea en Perú [Ricardo Palma].  
<http://repositorio.urp.edu.pe/handle/URP/1919>

Rupay Huarcaya, S. (2018b). Niveles de estrés laboral y riesgos psicosociales laborales en tripulantes de cabina de una aerolínea en Perú [Ricardo Palma].  
<http://repositorio.urp.edu.pe/handle/URP/1919>

Sánchez Cortés. (2012). El estrés laboral y la influencia en el desempeño académico. Secretaría General de Comunicación de la Presidencia. (2020). Se registra el primer caso de coronavirus en Ecuador. Secretaría General de Comunicación de la Presidencia. <https://www.comunicacion.gob.ec/se-registra-el-primer-caso-de-coronavirus-en-ecuador/>

Suiza, G. (30 de junio de 2021). La economía mundial podría perder más de 4 billones de dólares por el impacto del COVID-19 en el turismo. Retrieved 30, from <https://unctad.org/es/press-material/la-economia-mundial-podria-perder-mas-de-4-billones-de-dolares-por-el-impacto-del>

Tamayo y Tamayo, M. (2004). El proceso de la investigación científica (4ta. Ed.). <https://books.google.com.ec/books?hl=es&lr=&id=BhymmEqkkJwC&oi=fnd&pg=PA11&dq=E>  
 L+PROCESO+DE+LA+INVESTIGACI%C3%93N+CIENT%C3%8DFICA&ots=Ts9K9hZ0ki  
 &sig=gUJkwyMnUdQvUw3VaP4TYAmNzc#v=onepage&q=EL%20PROCESO%20DE%20LA%20INVESTIGACI%C3%93N%20CIENT%C3%8DFICA&f=false

*Tinder Dating app. Meet People - Apps on Google Play.* (s. f.).  
<https://turismoaccesible.ec/site/information/region-sierra/chimborazo/clima/>

Tourism & Leisure – Europraxis. (2020). DISEÑO DEL PLAN ESTRATÉGICO DE DESARROLLO DE TURISMO SOSTENIBLE PARA ECUADOR “PLANDETUR 2020” (pp. 74-77) [Anual]. PLANDETUR 2020. <https://www.turismo.gob.ec/wpcontent/uploads/downloads/2013/02/PLANDETUR-2020.pdf>

United Nations Development Programme. (2012). Multinational Federation of Community Tourism in Ecuador (FEPTCE). Equator Initiative Case Study Series. [https://www.equatorinitiative.org/wpcontent/uploads/2017/05/case\\_1\\_1363900152.pdf](https://www.equatorinitiative.org/wpcontent/uploads/2017/05/case_1_1363900152.pdf)

UNWTO. (2020). EL TURISMO MUNDIAL SIGUE PARALIZADO MIENTRAS EL 100% DE LOS PAÍSES IMPONEN RESTRICCIONES A LOS VIAJES. <https://www.unwto.org/es/news/covid-19-turismo-mundial-sigue-paralizado-mientras-el-100-de-los-paises-imponen-restricciones-a-losviajes>

UNWTO. (2022). GLOSARIO DE TÉRMINOS DE TURISMO. <https://www.unwto.org/es/glosarioterminos-turisticos>

Vanguardia. (29 de mayo de 2013). Por condiciones de vida, Colombia es el país más estresante de Latinoamérica. <https://www.vanguardia.com/colombia/por-condicionesde-vida-colombia-es-el-pais-mas-estresante-de-latinoamerica-DAVL210377>

Vera, K. (2019, 1 mayo). *Laguna de Colta en Chimborazo*. Ecuador Mi Tierra. <https://ecuadormitierra.com/lagunas-del-ecuador2/laguna-de-colta-en-chimborazo/>

Villarroel, P. (2020). PSICOLOGÍA Y COVID-19: UN ANÁLISIS DESDE LOS PROCESOS PSICOLÓGICOS BÁSICOS. 14(1), 10-18.

Zita, A. (2019). Tipos de investigación. diferenciador. <https://www.diferenciador.com/tipos-deinvestigacion/>

## 15. ANEXOS

### ANEXO 1 Datos informativos del docente tutor de titulación



## UNIVERSIDAD TÉCNICA DE COTOPAXI

### DATOS INFORMATIVOS PERSONAL DOCENTE



#### DATOS PERSONALES

**APELLIDOS:** SAMPEDRO ARRIETA

**NOMBRES:** MILTON ALBERTO

**ESTADO CIVIL:** CASADO

**CEDULA DE CIUDADANÍA:** 0602636987

**NÚMERO DE CARGAS FAMILIARES:** 2

**LUGAR Y FECHA DE NACIMIENTO:** RIOBAMBA 09 DE ENERO DEL 1076

**DIRECCIÓN DOMICILIARIA:** RIOBAMBA

**TELÉFONO CONVENCIONAL:** 032393061

**TELÉFONO CELULAR:** 0984509068

**EMAIL INSTITUCIONAL:** milton.sampedro@utc.edu.ec

**TIPO DE DISCAPACIDAD:** N/A

**# DE CARNET CONADIS:** N/A

#### ESTUDIOS REALIZADOS Y TÍTULOS OBTENIDOS

NIVEL	TITULO OBTENIDO	FECHA DE REGISTRO	CÓDIGO DEL REGISTRO CONESUP O SENESCYT
TERCER	INGENIERO en EOTURISMO	24-10-2004	1002-04-533659
TERCER	GUÍA PROFESIONAL DE TURISMO	08-08-2011	1002-11-1077036
CUARTO	MAGISTER en EDUCACIÓN Y DESARROLLO SOCIAL	09-09-2013	1032-13-86039100

#### PUBLICACIONES RECIENTES

Autor/ Coautor de artículo indexado	Nombre del Artículo	Nombre de la revista	Lugar (País-ciudad)	Fecha de la publicación
Autor	"ESTUDIO DE LA INCIDENCIA EN EL DESARROLLO LOCAL DE CORREDORES TURISTICOS. CASO DE ESTUDIO CANTON PALLATANGA, PROVINCIA CHIMBORAZO, ECUADOR"	"TURyDES, Turismo y Desarrollo Local" (ISSN: 1988-5261), LATINDEX, C.I.R.E.T	Málaga a 18 de julio de 2017.	18 de julio de 2017.
Autor	"La exportación de cereal de quinua orgánica al mercado de Hamburgo- Alemania", como parte del libro "FACETAS ACADÉMICAS"	"FACETAS ACADÉMICAS" Libro bajo el ISBN: 978-9942-759-51-1	Guayaquil, 18 de diciembre de 2017	18 de diciembre de 2017
Autor	"LAS RELACIONES DE GÉNERO EN LA FORMACIÓN HUMANISTA EN ECUADOR"	"Revista Caribeña de las Ciencias Sociales", (ISSN: 2254-7630), LATINDEX	Málaga a 9 de mayo de 2016.	9 de mayo de 2016.
Coautor	"La Capacidad de Carga Turística como una herramienta de planificación en turismo"	ESPE	Ecuador-Latacunga	2016
Coautor	Planificación para la conservación de sitios del turismo sostenible, caso bosque de Leonana, provincia de Chimborazo.	UTCiencia	Ecuador - Latacunga	Aprobado para publicación, volumen 4
Coautor	Diagnóstico ornitológico en el campus Salache	Libro	Ecuador - Latacunga	Aprobado para publicación digital

#### HISTORIAL PROFESIONAL

**FACULTAD Y CARRERA EN LA QUE LABORA:** Facultad de Ciencias Agropecuarias y Recursos Naturales – Turismo



ÁREA DEL CONOCIMIENTO EN LA CUAL SE DESEMPEÑA: Servicios: 81 Servicios personales  
PERÍODO ACADÉMICO DE INGRESO A LA UTC: Octubre 2016



Ing. Saavedra Arrieta Milton Alberto Mg.

## ANEXO 2 Datos informativos del estudiante

### UNIVERSIDAD TÉCNICA DE COTOPAXI

#### DATOS PERSONALES

**APELLIDOS:** Andrade Gaona

**NOMBRES:** Abigail Milagros

**ESTADO CIVIL:** Soltera

**CÉDULA DE CIUDADANIA:** 0503420689

**LUGAR Y FECHA DE NACIMIENTO:** Salcedo, 23 de diciembre del 2000

**DIRECCIÓN DOMICILIARIA:** San Miguel de Salcedo



#### **DATOS INFORMATIVOS DEL ESTUDIANTE**

**TELÉFONO CELULAR:** 0983712963

**EMAIL INSTITUCIONAL:** Abigail.andrade0689@utc.edu.ec

#### ESTUDIOS REALIZADOS Y TÍTULOS OBTENIDOS

<b>NIVEL</b>	<b>TÍTULO OBTENIDO</b>
<b>Primaria</b>	Escuela Fiscal "Cristóbal Colón"
<b>Secundaria</b>	Unidad Educativa "19 de Septiembre"



Andrade Gaona Abigail Milagros  
CC: 0503420689  
**ESTUDIANTE**

## ANEXO 3 Modelo de encuesta

### Figura 22

#### Encuesta aplicada



#### Universidad Técnica de Cotopaxi

#### Encuesta aplicada para la recolección de datos.

#### Nivel de Estrés en los Turistas que visitan la Provincia de Chimborazo

Variable de estudio: Nivel de estrés en los turistas que visitan la Provincia de Chimborazo en tiempos de pandemia.

##### 1. Edad \*

Selecciona todos los que correspondan.

18- 24 años

25- 34 años

35- 44 años

45- 56 años

57- 66 años

##### 2. Genero \*

Selecciona todos los que correspondan.

Masculino

Femenino

No Binario

#### Variables de estado anímico y físico

##### 1. Imposibilidad de conciliar el sueño

Selecciona todos los que correspondan.

Nunca

Casi nunca

Pocas veces

Algunas veces

Relativamente frecuente

Muy frecuente

##### 3. Indigestiones o molestias gastrointestinales \*

Selecciona lo que correspondan.

Nunca

Casi nunca

Pocas veces

Algunas veces

Relativamente frecuente

Muy frecuente

##### 4. Sensación de cansancio extremo o agotamiento \*

Selecciona lo que correspondan.

Nunca

Casi nunca

Pocas veces

*Nota.* Modelo de encuesta aplicado para el levantamiento de información.

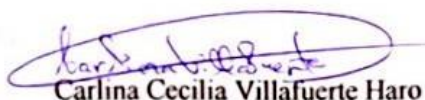


## **AVAL DE TRADUCCIÓN - PROFESIONAL EXTERNO**

Carlina Cecilia Villafuerte Haro, con cédula de identidad número: 1803363934, Licenciada en Ciencias de la Educación Mención Inglés, con número de registro de la SENESCYT No. 1010-09-931203; **CERTIFICO** haber revisado y aprobado la traducción al idioma Inglés del resumen del trabajo de investigación con el título: **“NIVEL DE ESTRÉS DEL TURISTA DE LA PROVINCIA DE CHIMBORAZO. EN TIEMPOS DE PANDEMIA”** de: Andrade Gaona Abigail Milagros, de la carrera de Turismo, perteneciente a la Facultad de Ciencias Agropecuarias y Recursos Naturales.

En virtud de lo expuesto y para constancia de lo mismo se registra la firma respectiva.

Latacunga, 22 de febrero del 2024



Carlina Cecilia Villafuerte Haro

C.I: 1803363934

Email: carlinavh@hotmail.com