



Ansiedad y Estrés

www.elsevier.es/reas



Revisión

Estrategias de afrontamiento en relación con los eventos estresantes que ocurren al envejecer

M. Soledad Herrera P.^{a,b,*}, M. Beatriz Fernández L.^{a,b} y L. Carmen Barros L.^a

^a Instituto de Sociología, Facultad de Ciencias Sociales, Pontificia Universidad Católica de Chile, Santiago de Chile, Chile

^b Centro UC Estudios de Vejez y Envejecimiento, Pontificia Universidad Católica de Chile, Santiago de Chile, Chile

INFORMACIÓN DEL ARTÍCULO

Historia del artículo:

Recibido el 15 de septiembre de 2017

Aceptado el 31 de octubre de 2017

On-line el xxx

Palabras clave:

Afrontamiento
Evento estresante
Personas mayores
Pérdidas

R E S U M E N

Objetivos: Describir cuáles son los tipos de afrontamiento (*coping*) que se utilizan frente a los eventos estresantes que ocurren al envejecer y analizar cuáles son las variables asociadas al uso de estos tipos de afrontamiento, considerando el tipo de evento estresante –problema, pérdida, conflicto o problema de otro– y recursos individuales y sociales.

Método: Datos de una encuesta representativa aplicada a 1,431 personas entre 60 y 94 años de edad (media = 71.9; DE = 7.9), residentes en sus viviendas en Santiago de Chile. Dos fases de análisis: análisis factorial exploratorio de una lista de posibles formas de afrontamiento, donde se identificaron 3 dimensiones: activo, evasivo y búsqueda de ayuda; y análisis de regresión logística multivariada sobre cada uno de estos 3 tipos de afrontamiento.

Resultados: Para los problemas se usó más el afrontamiento activo y la búsqueda de ayuda, frente a los conflictos se utilizó más el evasivo. Con la edad disminuyó la búsqueda de ayuda; a mayor educación más afrontamiento activo y menos evasivo; a mayor autoeficacia mayor afrontamiento activo; a menor disponibilidad de apoyo social mayor evitación. No hubo asociación con género controlando por las otras variables de los modelos.

Conclusiones: Se confirma la pertinencia de distinguir estos 3 tipos de afrontamiento, ya que los predictores se comportaron de distinta manera en cada uno de ellos.

© 2017 Publicado por Elsevier España, S.L.U. en nombre de Sociedad Española para el Estudio de la Ansiedad y el Estrés - SEAS.

Coping strategies in relation to the stressful events when aging

A B S T R A C T

Keywords:

Coping
Stressful event
Elderly
Loss

Objective: To describe the strategies of coping with the stressful events that occur when aging and to analyze the variables associated with them, considering the type of stressful event –problem, loss, conflict or problems with others– and individual and social resources.

Method: Data from a representative survey applied to 1,431 elderly people (60–94 years old; mean age = 71.9; SD = 7.9), residing in their homes in Santiago, Chile. Two phases of analysis: Exploratory factor analysis of a list of possible forms of coping, where three dimensions were identified: active, evasive and seeking help; and multivariate logistic regression analysis on each of these 3 types of coping.

Results: Regarding problems, older people used more active coping, including the search of help, whereas in the face of conflict, they were more evasive. With age, the search for help diminished; the higher

* Autor para correspondencia.

Correo electrónico: mherrepo@uc.cl (M.S. Herrera P.).

<https://doi.org/10.1016/j.anyes.2017.10.008>

1134-7937/© 2017 Publicado por Elsevier España, S.L.U. en nombre de Sociedad Española para el Estudio de la Ansiedad y el Estrés - SEAS.

the education, the more active and less evasive coping; with higher self-efficacy, greater active coping; with less availability of social support, greater avoidance. There was no association with gender when controlling for other variables of the models.

Conclusion: The relevance of distinguishing these 3 types of coping is confirmed, since predictors behaved differently in each case

© 2017 Published by Elsevier España, S.L.U. on behalf of Sociedad Española para el Estudio de la Ansiedad y el Estrés - SEAS.

Este artículo parte de una concepción del envejecer como un proceso individual de adaptación a los cambios que ocurren en el propio organismo y en las capacidades de funcionamiento, en las circunstancias personales, familiares y en el entorno social. Esta visión coincide con lo establecido por los autores de la teoría cognitiva del estrés psicosocial (Folkman, 1984; Folkman y Moskowitz, 2004; Lazarus, 1968), para quienes lo crucial no son tanto las circunstancias en que se encuentran los individuos ni los eventos que les ocurren, sino su capacidad para enfrentar y adaptarse a las situaciones estresantes, con el objetivo de recuperar o mantener su bienestar. Asignan así a los individuos un papel activo, el de ser sujetos que construyen, en parte, la calidad de su envejecer con sus recursos individuales y dentro de determinadas condiciones sociales.

Un evento estresante corresponde a un cambio que produce tensión o estrés psicológico. Es un concepto relacional que vincula las exigencias de lo que ocurre con los recursos del sujeto que lo experimenta, mediado cognitivamente por el significado que se le atribuye a lo que le está ocurriendo (Folkman, 1984). Es un proceso donde se pueden distinguir analíticamente 2 componentes: la *interpretación* que los individuos hacen de la situación que los afecta y la *respuesta* dada a fin de manejar lo que interpretan.

Respecto a la interpretación, usualmente se distingue entre problemas y pérdidas. Los problemas son situaciones estresantes que los individuos que las experimentan interpretan como posibles de modificar al movilizar efectivamente sus recursos. Las pérdidas son situaciones estresantes que el sujeto percibe como habiendo ya producido un daño irreversible, por ende, lo único que puede hacer frente a ellas es tratar de sobrellevarlas y esforzarse por sobreponerlas hasta llegar a aceptarlas. A estas 2 categorías, y de acuerdo con los resultados de investigaciones anteriores de las autoras del presente artículo, cabe agregar otros 2 tipos de significados atribuidos al evento: los conflictos interpersonales y los problemas de otros.

Las respuestas se refieren a las distintas formas de afrontamiento (*coping*), que son las acciones usadas para manejar las demandas internas y externas de situaciones que son apreciadas como estresantes. Es un proceso complejo y multidimensional que responde tanto al contexto en que se produce –con sus demandas y recursos– como al sujeto que lo está experimentando –con sus disposiciones, atributos personales y los recursos disponibles– (Folkman y Moskowitz, 2004).

En este contexto, los objetivos de este artículo son: i) describir cuáles son los principales modos de afrontamiento utilizados por las personas mayores en Santiago de Chile ante distintos tipos de situaciones estresantes; ii) identificar cómo las formas de afrontamiento se asocian con la interpretación del evento, los recursos individuales y sociales de los mayores.

En relación con el primer objetivo, se realizará un análisis factorial para explorar de qué manera se combinan distintas acciones de afrontamiento ante el principal evento estresante que hayan vivido las personas mayores. Se hipotetiza que las personas utilizarán una combinación de formas de afrontamiento (Estevez, Oliva y Parra, 2012; Navarro y Bueno, 2005), siendo las principales las de tipo activo (Navarro y Bueno, 2015).

En relación con el segundo objetivo, se hipotetiza que el uso de las distintas formas de afrontamiento dependerá tanto de cómo se

interpreta el evento como de los recursos individuales y sociales. Se espera que el afrontamiento activo se use más ante eventos percibidos como solucionables (problemas). La inserción del sujeto en el contexto social –género, edad, nivel educacional– le condiciona un determinado acceso a los recursos económicos y simbólicos. Como las mujeres en América Latina han experimentado una condición social más desaventajada, se espera que usen menos afrontamiento activo que los hombres (Gianakos, 2002; Meléndez, Mayordomo, Sancho y Tomás, 2012; Vasudevan, Chakrawarty y Dhanalakshmi, 2014). Con la edad debiera disminuir el afrontamiento activo, asociado con disminución de la autoeficacia (Navarro y Bueno, 2015; Trouillet, Doan-Van-Hay, Launay y Martin, 2011). Mayor educación se asocia no solo con mayores ingresos económicos, sino también con lo que Baltes (1993) llama el «conocimiento pragmático de la vida», o la manera en que los individuos le hacen frente a las situaciones de la vida cotidiana, siendo las personas con niveles más altos de educación las que serían más capaces de adaptarse a situaciones cambiantes, al contar con mayor autoeficacia como recurso psicológico que le permite al sujeto pensar que puede manejar la situación (Bandura, 1997; Lawton, 1991).

La principal novedad de este estudio es relacionar la interpretación del evento estresante con las formas de afrontamiento.

Material y métodos

Participantes

Este estudio se basa en una encuesta presencial y representativa de las personas mayores de 60 años residentes en viviendas particulares en Santiago de Chile en el año 2013. Se utilizó muestreo aleatorio en 3 etapas: manzanas, viviendas y personas mayores de 60 años. Tasa de respuesta total: 75% (14% rechazos; 11% no contacto).

Todos los encuestados firmaron un consentimiento informado. El proyecto contó con un seguimiento ético en todas sus etapas, siendo aprobado por el Comité de Ética de la Pontificia Universidad Católica de Chile (7 de septiembre de 2016).

La muestra estuvo compuesta por 1,431 personas capaces de responder la entrevista por sí solas. Para este estudio se trabajó con una submuestra de 543 casos que señaló haber experimentado un evento estresante el último año, disminuyendo a 531 casos en los modelos de regresión logística. Un 62.5% eran mujeres, edad media de 71.9 años ($DE = 7.9$) y un 62.5% entre 60 y 74 años (incluidos). La mayoría tenía educación primaria o menos (61.8%) y solo un 10.7% educación superior; un 50.8% estaba casado o conviviendo y un 27.5% viudo/a; un 12.2% vivía solo; del 87.8% que vivía acompañado, el 86.3% se identificó como jefe de hogar o su pareja; cerca del 91.9% señaló tener hijos vivos.

Instrumentos

VARIABLES predictoras:

Tipo de situación estresante, codificada en 4 categorías: pérdidas, problemas, conflictos y dificultades de otros. Se realizaron

Download English Version:

<https://daneshyari.com/en/article/7261477>

Download Persian Version:

<https://daneshyari.com/article/7261477>

[Daneshyari.com](https://daneshyari.com)