

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 28 de noviembre de 2017

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 Sociedad Española para el Estudio de la Ansiedad y el Estrés – SEAS. Publicado por Elsevier España, S.L.U. Todos los derechos reservados.

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.).

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 Sociedad Española para el Estudio de la Ansiedad y el Estrés - SEAS. Published by Elsevier España, S.L.U. All rights reserved.

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 sobrepasarlas 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

las siguientes preguntas abiertas: «En el último año, piense en qué situaciones difíciles o complicadas le han ocurrido que han afectado su bienestar, ya sea porque lo ha preocupado, lo ha hecho sentirse mal o le ha costado trabajo adaptarse a ella. ¿cuál ha sido la principal situación difícil que le ha ocurrido en el último año?»; «Explíquenos por qué esta situación fue o es estresante para usted»; «Qué emociones sintió»; «Cómo actuó frente a lo sucedido». Se realizó una doble codificación, donde cuando no hubo acuerdo se volvieron a leer las respuestas hasta llegar a acuerdo.

Escala de apoyo social (MOS; Sherbourne y Steward, 1991) en su versión abreviada de 8 ítems (Moser, Stuck, Silliman, Ganz y Clough-Gorr, 2012); traducción española de los ítems validada en Granada (Ahumada, del Castillo, Muñoz y Moruno, 2005). Esta escala mide 2 dimensiones de disponibilidad de apoyo: instrumental y emocional. Se pregunta «... si usted necesitara a alguien que le ayude en distintas situaciones. ... siempre, algunas veces o nunca tendría a alguien que. ...». Se invirtieron las respuestas, dando un rango de 8 (menor) a 24 (mayor apoyo) con un alfa de Cronbach = .932. Escala de autoeficacia (NGSE; Chen, Gully y Eden (2001)), que mide la capacidad de manejo del sujeto frente a tareas nuevas y difíciles. Se tradujeron los ítems y se acortó la escala de 8 a 4 ítems para disminuir la no respuesta en la escala total. Previamente se realizó un exhaustivo análisis de validez y confiabilidad. La escala completa de 8 ítems se comportó de manera unidimensional y tuvo un alfa de Cronbach de .947, lo que es redundante. Para la selección de los ítems se tomó en cuenta los que tuvieran mayores cargas factoriales pero que a la vez tuviesen menor no respuesta. Los ítems incluidos fueron: cree que será capaz de lograr la mayoría de las metas que se proponga; cuando enfrente tareas difíciles está seguro que puede llevarlas a cabo; cree que será capaz de superar con éxito muchos desafíos; aun cuando las cosas sean difíciles, puede realizarlas muy bien, con 3 rangos de respuesta (1 = nunca/casi nunca; 2 = a veces; 3 = siempre/casi siempre). Rango: de 4 (menor) a 12 (mayor autoeficacia), alfa de Cronbach = .887.

Sexo: mujer u hombre.

Edad: variable continua en años. Se dicotomizó: 60-74 años y más de 75 años.

Educación: primaria o menos (8 o menos años de estudio), secundaria (entre 9 y 12 años de estudio) y superior (más de 12 años de estudio).

Procedimientos estadísticos

Se realizaron 2 fases de análisis. En primer lugar, un análisis factorial exploratorio (AFE) a partir de los 15 modos de afrontamiento preguntados, con el objetivo de identificar las dimensiones latentes de afrontamiento que expliquen la varianza común del conjunto de ítems analizados (Lloret, Ferreres, Hernández y Tomás, 2014). Estas se usarán como variables criterio en las regresiones logísticas en la segunda fase de análisis.

El AFE se realizó con el programa FACTOR versión 10.4.01 (Rovira i Virgili, Universidad de Tarragona, España). Se usó la matriz de correlaciones policóricas que se recomienda para variables ordinales (y dicotómicas) con distribuciones asimétricas o con exceso de curtosis (Cho, Li y Bandalos, 2009; Timmerman y Lorenzo-Seva, 2011). Para la determinación del número de factores a retener en la solución definitiva, se utilizó el análisis paralelo de Horn. Siguiendo la recomendación de Timmerman y Lorenzo-Seva (2011), se utilizó el método de extracción *Minimum Rank Factor Analysis* que en su experimento de simulación se comportó mejor que el análisis de componentes principales y el de ejes principales, para variables ordinales que no cumplen el supuesto de normalidad multivariada. Sin embargo, este puede subestimar la cantidad de factores a retener cuando los factores están correlacionados (Cho, Li y Bandalos, 2009), por lo que se comparó con otro AFE basado en el método de extracción *Unweighted Least Squares* con correlaciones policóricas, utilizando el método de Hull para seleccionar el número de factores comunes. En ambos AFE se utilizó rotación Promin que se recomienda para simplificar la interpretación de los factores (Lloret, Ferreres, Hernández y Tomás, 2017).

Resultados

Análisis factorial exploratorio de las formas de afrontamiento

Ambos AFE tienen resultados similares identificando 3 factores, con indicadores de ajuste aceptables, cuyos pesos factoriales se exponen en la *Tabla 1*.

Antes de llegar a una solución definitiva, se eliminaron los siguientes ítems: «Ud. trató de olvidarse del asunto tomando remedios...», debido a que presentaba muy poca variabilidad, con

Tabla 1
Pesos factoriales en solución rotada (Promin) en AFE: comparación entre AFE *Minimum Rank Factor Analysis* y AFE *Unweighted Least Squares*

	<i>Minimum Rank Factor Analysis</i>			<i>Unweighted Least Squares</i>		
	Factor 1	Factor 2	Factor 3	Factor 1	Factor 2	Factor 3
<i>Se esforzó por aceptar lo ocurrido</i>	0.667		–0.416	0.486		
<i>Actuó de modo de buscar una solución</i>	0.657			0.533		0.431
<i>Antes de actuar se dio tiempo para analizar qué hacer</i>	0.649			0.677		
<i>Trató de olvidarse del asunto</i>		0.869			0.715	
<i>Se dejó llevar por lo que sentía y actuó impulsivamente</i>		0.712			0.687	
<i>No se dio por enterado del problema</i>		0.679			0.724	
<i>Se quedó como paralizado y no intentó hacer nada</i>	–0.455	0.580			0.566	
<i>Se alejó de las personas con las que tuvo el problema</i>		0.514			0.468	
<i>Pidió ayuda a otros</i>			0.904			0.984
<i>Pidió consejo sobre qué hacer</i>			0.803			0.780
<i>Conversó con las personas involucradas</i>			0.439			0.402
<i>Ajuste del modelo:</i>						
Determinante de la matriz	0.2037			0.2037		
Estadístico de Bartlett	673.9 (gl: 55; p = .000)			673.9 (gl: 55; p = .000)		
KMO	0.6606			0.6606		
<i>Goodness of Fit Index</i>						
RMSR	0.0684			0.0506		
RMSR esperado para un modelo aceptable (1/raíz de N)	0.0483			0.0483		

Método de rotación de factores: Promin.

Se omiten pesos factoriales bajo 0.4.

N = 536 casos con evento estresante y mención de modos de afrontamiento.

Tabla 2
Distribución de frecuencias de los índices de afrontamiento

Tipo de afrontamiento	Ítems	% realizado	Distribución de frecuencias en el índice sumativo	Valores de dicotomización	Frecuencia (%)
Activo	Se esforzó por aceptar lo ocurrido	80.3	0: 3.8%	0-1 = 0	No: 26.6
	Actuó de modo de buscar una solución	84.9	1: 19.8%		
	Antes de actuar se dio tiempo para analizar qué hacer	59.5	2: 30.7%	2-3 = 1	Sí: 73.4
Evasivo	Promedio respuestas «sí lo hizo»	74.9	3: 45.7%		
	Trató de olvidarse del asunto	18.6	0: 41.9%	0-1 = 0	No: 70.3
	Se dejó llevar por lo que sentía y actuó impulsivamente	34.2	1: 28.4%		
	No se dio por enterado del problema	16.1	2: 16%	2-5 = 1	Sí: 29.7
	Se quedó como paralizado y no intentó hacer nada	22.1	3: 7.9%		
	Se alejó de las personas con las que tuvo el problema	19.2	4: 3.3%		
Búsqueda de ayuda	Promedio respuestas «sí lo hizo»	22	5: 1.6%		
	Pidió ayuda a otros	70.4	0: 13.8%	0-1 = 0	No: 29.9
	Pidió consejo sobre qué hacer	66	1: 16.1%		
	Conversó con las personas involucradas	69.1	2: 27.2%	2-3 = 1	Sí: 70.1
	Promedio respuestas «sí lo hizo»	68.5	3: 42.9%		

N = 536 casos con evento estresante y mención de modos de afrontamiento. Los porcentajes están calculados sobre la base ponderada.

un coeficiente de asimetría = 2.529 y curtosis = 4.383; «Ud. buscó consuelo espiritual y apoyo en Dios», por presentar una comunalidad muy baja de 0.333; «Ud. trató de pensar en otras cosas y distraerse» y «Expresó sus emociones conversándolo con alguien», por tener cargas factoriales bajas y de similar magnitud en más de una dimensión.

A partir de las variables que explicaron más cada uno de los factores, se construyeron 3 índices de tipos de afrontamiento: activo, evasivo y búsqueda de ayuda (Tabla 2), sumando la cantidad de ítems usados en cada uno. Como los 3 índices no tenían una distribución normal, se decidió dicotomizarlos en términos de uso/no uso de cada forma de afrontamiento, teniendo como consideración para la agrupación de categorías que el porcentaje de «uso» se acercara lo más posible al promedio de las menciones «usa» de los ítems de cada uno de los índices. El promedio de las respuestas «sí lo hizo» a los 3 ítems de afrontamiento activo fue del 74.9%, por lo que se dicotomizó en: 0-1 = 0 (26.6%) y 2-3 = 1 (73.4%); el promedio de menciones evasivas fue del 22%, dicotomizando en: 0-1 = 0 (70.3%) y 2-5 = 1 (29.7%); un promedio del 68.5% personas realizó acciones de búsqueda de ayuda, dicotomizando el índice en: 0-1 = 0 (29.9%) y 2-3 = 1 (70.1%).

Respecto a las correlaciones entre estos 3 índices sumativos, la mayor se dio entre afrontamiento activo y la búsqueda de ayuda (Rho-Spearman = 0.318). El afrontamiento activo se asoció negativamente con el afrontamiento evasivo (Rho-Spearman = -0.087), mientras que no hubo correlación estadísticamente significativa entre búsqueda de ayuda y afrontamiento evasivo.

Variables asociadas con las formas de afrontamiento

Al considerar el significado que las personas mayores atribuyeron a las situaciones estresantes, se encontró que el 47.2% fueron interpretados como problemas, el 34% como pérdidas, el 12.3% como dificultades que les ocurren a otras personas y el 6.4% como conflictos.

Respecto a las asociaciones entre las variables predictoras, cabe destacar las siguientes ($p < .05$): a mayor edad, menor autoeficacia ($r = -0.239$); a mayor autoeficacia, mayor disponibilidad de apoyo social ($r = 0.121$); a mayor educación, mayor autoeficacia (media autoeficacia educación primaria = 8.7; educación media = 9.5; educación superior = 10.3; tamaños efecto d-Cohen básica-media = 0.3359; media-superior = 0.3727; primaria-superior = 0.6947); a mayor edad menor educación ($x^2 = 9.746$; tamaño efecto w-Cohen = 0.1342); las mujeres tenían menor nivel educacional que los hombres ($x^2 = 8.060$; $w = 0.1219$); las mujeres mencionaron menos problemas propios y más problemas de otros que los hombres ($x^2 = 7.936$; $w = 0.1209$).

En la Tabla 3 se exponen los resultados de las regresiones logísticas estimadas sobre los 3 modos de afrontamiento (activo, evasivo y búsqueda de ayuda). Los 3 modelos fueron significativos y con buena bondad de ajuste. Estas regresiones donde se introdujeron todas las variables al mismo tiempo arrojaron similares resultados que con introducción secuencial usando estadístico Wald, donde en los 3 modelos apareció alguna de las categorías de «interpretación del evento» como de las más significativas. Usando modelo secuencial con estadístico Wald: en el modelo de variable dependiente «afrontamiento activo», la primera variable con mayor significación fue la escala de autoeficacia, seguido por la percepción del evento como problema y tener educación superior; en el modelo con variable dependiente «afrontamiento evasivo», la primera variable fue la escala de apoyo social y la segunda la percepción del evento como conflicto; en el modelo con variable dependiente «búsqueda de ayuda», la primera variable fue la percepción del evento como problema y la segunda la escala de apoyo social.

En el modelo 1 de la tabla 3 se aprecia que hubo 2.2 veces más probabilidades (odds ratio) de usar afrontamiento activo frente a problema en contraste con pérdida ($\text{Exp}(B) = 2.218$, $p = .001$), a la vez que el aumento en un punto en la escala de autoeficacia incrementó las probabilidades de usar este afrontamiento en casi un 15% ($\text{Exp}(B) = 1.149$, $p = .002$) y entre los que tienen educación superior en comparación con primaria las probabilidades aumentaron en 2.1 veces ($\text{Exp}(B) = 2.161$, $p = .028$).

Las probabilidades de usar afrontamiento evasivo aumentaron 2.3 veces en los conflictos en comparación con las pérdidas ($\text{Exp}(B) = 2.351$, $p = .028$). Por su parte, la disminución en un punto en la escala de apoyo redujo en 5% las probabilidades de su uso ($\text{Exp}(B) = 0.952$, $p = .002$), a la vez que las personas que tenían educación superior, en comparación con primaria, redujeron en casi un 47% las probabilidades de usar afrontamiento evasivo ($\text{Exp}(B) = 0.531$, $p = .034$).

Por último, la estrategia de búsqueda de ayuda fue 1.6 veces más probable de usar frente a problemas que a pérdidas ($\text{Exp}(B) = 1.676$, $p = .015$), a la vez que a medida que aumentaba la edad, el uso de esta estrategia disminuyó por un factor del 3% ($\text{Exp}(B) = 0.974$, $p = .029$).

Discusión

En relación con el primer objetivo, este estudio ha mostrado que las personas mayores son flexibles al usar las distintas estrategias de afrontamiento según las situaciones estresantes que tengan (Navarro y Bueno, 2005).

Tabla 3
Modelos de regresión logística

	Modelo 1: Afrontamiento activo			Modelo 2: Afrontamiento evasivo			Modelo 3: Búsqueda de ayuda		
	Exp (B)	Sig.	IC 95% Exp (B)	Exp (B)	Sig.	IC 95% Exp (B)	Exp (B)	Sig.	IC 95% Exp (B)
Problema ^a	2.218	.001	1.412-3.485	0.769	.228	0.501-1.179	1.676	.015	1.105-2.541
Conflicto ^a	1.335	.503	0.573-3.108	2.351	.028	1.094-5.051	0.920	.831	0.428-1.978
Problemas de otros ^a	1.843	.089	0.911-3.729	0.825	.553	0.436-1.559	1.851	0.065	0.963-3.559
Escala apoyo social	1.016	.364	0.982-1.051	0.952	.002	0.922-0.983	1.026	.121	0.993-1.059
Escala autoeficacia	1.149	.002	1.050-1.256	1.050	.262	0.964-1.144	0.995	.911	0.915-1.082
Hombre	0.859	.497	0.553-1.333	0.801	.294	0.529-1.213	0.983	.933	0.655-1.473
Edad	0.991	.481	0.966-1.016	0.981	.118	0.957-1.005	0.974	.029	0.951-0.997
Educación secundaria ^b	1.297	.297	0.796-2.114	0.642	.057	0.407-1.014	0.983	.940	0.624-1.547
Educación superior ^b	2.161	.028	1.085-4.304	0.531	.034	0.296-0.954	0.747	.287	0.436-1.278
Constante	0.695	.751		4.407	.173		7.536	.057	
<i>Pruebas ómnibus de coeficientes de modelo</i>									
Chi-cuadrado	38.948			31.272			16.484		
Gl	9			9			9		
Sig.	.000			.000			.057		
Logaritmo de la verosimilitud -2	560.401			629.987			640.022		
R ² Cox y Snell	0.071			0.057			0.031		
R ² Nagelkerke	0.105			0.080			0.043		
<i>Prueba Hosmer y Lemeshow</i>									
Chi-cuadrado	15.347			7.308			5.390		
gl	8			8			8		
Sig.	.053			.504			.715		
N	531			531			531		

^a Categoría referencia: pérdidas.^b Categoría referencia: educación primaria o menos.

La solución AFE de 3 factores es similar a lo encontrado previamente por [Estevez et al. \(2012\)](#), para quienes, pese a la enorme diversidad de clasificaciones de los modos de afrontamiento, finalmente se reducirían a 3 categorías generales. Un primer grupo está orientado a modificar directamente el estresor, denominado como afrontamiento centrado en el problema, afrontamiento activo o de resolución de problemas. Un segundo grupo comprendería el afrontamiento evitativo, respuesta de huida o de distanciamiento del estresor. El tercer grupo se enfocaría a mantener el equilibrio afectivo mediante la búsqueda de apoyo social y de reducir la tensión al regular aspectos emocionales.

Asimismo, de manera consistente con otros estudios, se constata que la forma de afrontamiento más usada es la enfocada al problema, especialmente la dirigida a resolverlo ([Navarro y Bueno, 2015](#)).

Cabe señalar que en este estudio se encontró una mayor correlación entre el afrontamiento activo y la búsqueda de ayuda, lo que podría justificar que se consideren juntos en una única dimensión como, por ejemplo, en el estudio de [González-Celis y Padilla \(2006\)](#). Sin embargo, en los modelos de regresión, las variables predictoras se comportaron de manera diferente, lo que confirmaría la pertinencia de distinguir entre estas 3 formas de afrontamiento.

En relación con el segundo objetivo, los resultados son plausibles con lo esperado en términos de la asociación del tipo de situación estresante como predictor de formas de afrontamiento. La evidencia mostró que frente a situaciones interpretadas como problemas es donde más se utilizan el afrontamiento activo y la búsqueda de ayuda. Por su parte, cuando la situación es percibida como un conflicto con otros, lo que parece predominar es el afrontamiento evasivo.

Tener mayor educación se asoció con mayor uso de afrontamiento activo y menor conducta evasiva, no resultando significativa para explicar las diferencias en la búsqueda de ayuda. Los recursos educacionales facilitan que las personas mayores tengan más herramientas para la búsqueda de soluciones cuando experimentan un problema. No obstante, es difícil diferenciar el efecto que la educación tiene sobre los niveles de ingresos económicos. Como señalan [Navarro y Bueno \(2005, p. 68\)](#), «aunque disponer de un buen

nivel de estudios puede incrementar la conciencia de las diferentes opciones disponibles para afrontar los problemas, en ausencia de recursos económicos, su relevancia no es suficiente». La asociación entre mayor nivel socioeconómico y educacional con uso de estrategias más activas ha sido documentado en varios estudios ([Ouweland, Ridder y Bensing, 2009](#)); también lo ha sido la relación entre menor educación y uso de afrontamiento negativo ([Son, Friedmann, Thomas y Son, 2016](#)) o evasivo ([Kara y Açikel, 2012](#)).

La edad por sí misma no disminuyó las probabilidades de que se usara el afrontamiento activo, aunque no se puede decir que no tenga incidencia, porque la edad estaba asociada con autoeficacia, estando esta última muy asociada con afrontamiento activo. Esta asociación entre autoeficacia y afrontamiento activo tampoco es nueva en la literatura ([Navarro y Bueno, 2015](#); [Trouillet et al., 2011](#)).

Es interesante hacer notar que en este estudio la edad incidió sobre todo en la disminución de la búsqueda de ayuda, lo que seguramente es reflejo de la disminución de la red de apoyo que ocurre con el paso del tiempo. Por ejemplo, de acuerdo con los resultados de la Encuesta Nacional de Calidad de Vida en la Vejez de Chile del año 2016, entre las personas de 60 a 74 años de edad, un 22.3% señaló que no tiene amigos cercanos, subiendo a un 32.3% entre los que tienen 75 o más años ([Herrera, Rojas, Fernández y Campos, 2014](#)).

Otro resultado a destacar es que el afrontamiento evasivo fue más frecuente entre los que tenían menor percepción de disponibilidad de apoyo social. Otros estudios han encontrado que tener más apoyo se asocia con la utilización de mayor cantidad de estrategias de afrontamiento ([Kara y Açikel, 2012](#)), especialmente de tipo positivo ([Son et al., 2016](#)).

El resultado más controvertido de este estudio en comparación con otros es que el género no se asoció con ninguna forma de afrontamiento en particular. En la revisión bibliográfica se han encontrado distintos tipos de asociaciones con género, en ocasiones contradictorias entre sí. Quizás en lo único que hay más acuerdo es que las mujeres tienden a usar una mayor cantidad y variedad de estrategias de afrontamiento, tanto positivas como negativas ([Meléndez et al., 2012](#); [Tamres, Janicki y Helgeson, 2002](#); [Zavarize y Wechsler, 2016](#)). También hay cierto acuerdo en señalar que las

mujeres suelen usar más el afrontamiento focalizado en lo emocional (Meléndez et al., 2012; Tamres et al., 2002). En cuanto al uso de conducta evitativa, algunos señalan que las mujeres las utilizan más (Meléndez et al., 2012; Vasudevan et al., 2014), lo que se contradice, por ejemplo, con que los hombres son más propensos a usar el alcohol, lo que podría considerarse una conducta evitativa (Gianakos, 2002). Algunos muestran que los hombres usan más el afrontamiento directo o enfocado en la resolución del problema (Gianakos, 2002), sin embargo, las mujeres también usarían afrontamiento directo, especialmente a través de la búsqueda de apoyo (Meléndez et al., 2012).

Cabe señalar las limitaciones que se identifican en la presente investigación. La primera es que solo se han estudiado algunas dimensiones del afrontamiento. Si bien la mayoría de los estudios identifican las 3 dimensiones estudiadas en este artículo, otros estudios añaden otras que en el contexto latinoamericano podrían resultar relevantes, tales como la reevaluación positiva del evento y la religión (Meléndez et al., 2012). Una segunda limitación es la omisión de otras variables psicológicas que pueden explicar la adopción de las distintas formas de afrontamiento, por ejemplo, Vasudevan (2014) señalan que la variable de optimismo psicológico estaría asociada con mayor apoyo social y el uso de estrategias de afrontamiento más adaptativas; Urquijo, Monchetti y Krzemien (2008) destacan la importancia de los estilos de personalidad y la apreciación cognitiva sobre las estrategias de afrontamiento ante eventos críticos que viven las personas mayores. Investigaciones futuras debieran incorporar otras formas de afrontamiento.

Conclusiones

La novedad de este estudio ha sido asociar 3 formas de afrontamiento –activo, evasivo y búsqueda de ayuda–, con 4 tipos genéricos de situaciones estresantes –problema, pérdida, conflicto, problema de otro–. Esto es algo distinto a la mayoría de las investigaciones de este tipo, que analizan los estilos de afrontamiento general sin especificar situaciones estresantes concretas –como la escala COPE (Carven, Scheier y Weintraub, 1989) utilizada para medir disposiciones individuales de enfrenamiento relativamente estables–, o se centran en situaciones muy específicas, por ejemplo, posterior ataque al corazón (Son et al., 2016), artrosis lumbar (Zavarize y Wechsler, 2016) o discapacidad física (Kara y Açıkel, 2012).

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

En este sentido, la práctica psicológica debería tener en cuenta no solo las respuestas dadas por las personas mayores frente a los eventos estresantes, sino también las interpretaciones que hacen de los eventos, distinguiendo entre problemas, pérdidas, conflictos y problemas de otros, ya que estas formas de interpretación condicionan las respuestas dadas y predicen probablemente su capacidad de superación.

Conflictos de intereses

Las autoras declaran no tener ningún conflicto de intereses.

Agradecimientos

Este estudio ha contado con el financiamiento del gobierno de Chile, a través del Concurso Fondecyt Regular 1171070 (Conicyt – Comisión Nacional de Investigación Científica y Tecnológica de Chile).

Referencias

- Ahumada, R., del Castillo, L., Muñoz, B. y Moruno, M. (2005). Validación del cuestionario MOS de apoyo social en Atención Primaria. *Medicina de Familia*, 6(1), 10–18.
- Baltes, P. (1993). The aging mind: Potentials and limits. *The Gerontologist*, 33, 580–594.
- Bandura, A. (1997). *Self-efficacy: The exercise of control*. New York: W.H. Freeman and Company.
- Carven, C., Scheier, M. y Weintraub, J. (1989). Assessing coping strategies. *Journal of Personality and Social Psychology*, 56(2), 267–283.
- Chen, G., Gully, S. y Eden, D. (2001). Validation of a new general self-efficacy scale. *Organizational Research Methods*, 4(1), 62–83.
- Cho, S., Li, F. y Bandalos, D. (2009). Accuracy of the parallel analysis procedure with polychoric correlations. *Educational and psychological measurement*, 69(5), 748–759.
- Estevez, R., Oliva, A. y Parra, A. (2012). Acontecimientos vitales estresantes, estilos de afrontamiento y ajuste adolescente: un análisis longitudinal de los efectos de moderación. *Revista Latinoamericana de Psicología*, 44, 39–53.
- Folkman, S. (1984). Personal control and stress and coping processes: A theoretical analysis. *Journal of Personality and Social Psychology*, 46, 839–854.
- Folkman, S. y Moskowitz, J. (2004). COPING: Pitfalls and promise. *Annual Review of Psychology*, 55, 745–774.
- Gianakos, I. (2002). Predictors of coping with work stress: The influences of sex, gender role, social desirability, and locus of control. *Sex Roles*, 46(5), 149–158.
- González-Celis, A. y Padilla, A. (2006). Calidad de vida y estrategias de afrontamiento ante problemas y enfermedades en ancianos de la ciudad de México. *Universitas Psychologica*, 5(3), 501–509.
- Herrera, S., Rojas, M., Fernández, B.-, y Campos, F. (2014). Chile y sus mayores. Resultados Tercera Encuesta Nacional de Calidad de Vida en la Vejez. Santiago de Chile: Pontificia Universidad Católica de Chile.
- Kara, B. y Açıkel, C. H. (2012). Predictors of coping in a group of Turkish patients with physical disability. *Journal of Clinical Nursing*, 21(7–8), 983.
- Lawton, M. (1991). A multidimensional view of quality of life in frail elders. En J. E. Birren (Ed.), *The concept and measurement of quality of life in the frail elderly* (p. 3–27). San Diego, CA: Academic Press.
- Lazarus, R. (1968). *Psychological stress and the coping process*. New York: McGraw-Hill.
- Lloret, S., Ferreres, A., Hernández, A. y Tomás, I. (2014). El análisis factorial exploratorio de los ítems: una guía práctica, revisada y actualizada. *Anales de Psicología*, 30(3), 1151–1169.
- Lloret, S., Ferreres, A., Hernández, A. y Tomás, I. (2017). El análisis factorial exploratorio de los ítems: análisis guiado según los datos empíricos y el software. *Anales de Psicología*, 33(2), 417–432.
- Meléndez, J., Mayordomo, T., Sancho, P. y Tomás, J. (2012). Coping strategies: Gender differences and development throughout life span. *The Spanish Journal of Psychology*, 15(3), 1089–1098.
- Moser, A., Stuck, A., Silliman, R., Ganz, P. y Clough-Gorr, K. (2012). The eight-item modified outcomes study social support survey: Psychometric evaluation showed excellent performance. *Journal of Clinical Epidemiology*, 65, 1107–1116.
- Navarro, A. y Bueno, B. (2005). Efectos del sexo, el nivel educativo y el nivel económico en el afrontamiento de los problemas en personas muy mayores. *Revista Española de Geriatria y Gerontología*, 40(1), 34–43.
- Navarro, A. y Bueno, B. (2015). Afrontamiento de problemas de salud en personas muy mayores. *Anales de Psicología*, 31(3), 1008–1017.
- Ouwehand, C., Ridder, D. y Bensing, J. M. (2009). Who can afford to look to the future? The relationship between socio-economic status and proactive coping. *European Journal of Public Health*, 19(4), 412–441.
- Sherbourne, C. y Steward, A. (1991). The MOS social support survey. *Social Science and Medicine*, 32(6), 705–714.
- Son, H., Friedmann, E., Thomas, S. y Son, Y. (2016). Biopsychosocial predictors of coping strategies of patients postmyocardial infarction. *International Journal of Nursing Practice*, 22(5), 493–502.
- Tamres, L., Janicki, D. y Helgeson, V. (2002). Sex differences in coping behavior: A meta-analytic review and an examination of relative coping. *Personality and Social Psychology Review*, 6(1), 2–30.
- Timmerman, M. y Lorenzo-Seva, U. (2011). Dimensionality assessment of ordered polytomous items with parallel analysis. *Psychological Methods*, 16(2), 209–220.
- Trouillet, R., Doan-Van-Hay, D., Launay, M. y Martin, S. (2011). Impact of age, and cognitive and coping resources on coping. *Canadian Journal on Aging*, 30(4), 541–550.
- Urquijo, S., Monchetti, A. y Krzemien, D. (2008). Adaptación a la crisis vital del envejecimiento: Rol de los estilos de personalidad y de la apreciación cognitiva en adultas mayores. *Anales de Psicología*, 24(2), 299–311.
- Vasudevan, P., Chakrawarty, S. y Dhanalakshmi, D. (2014). Protective factors mitigating health in middle age. *Indian Journal of Health and Wellbeing*, 5(11), 1281–1286.
- Zavarize, S. y Wechsler, S. (2016). Evaluación de las diferencias de género en las estrategias de afrontamiento del dolor lumbar. *Acta Colombiana de Psicología*, 19(1), 35–45.