



DIFERENCIAS EN MANIFESTACIONES DE ESTRÉS ASOCIADAS AL SEXO A LO LARGO DE LA ADOLESCENCIA



Lima, J. F.¹, Alarcón, R.², Escobar, M.¹, Muñoz, A. M.¹, Fernández-Baena, F. J.¹ y Blanca, M. J.²

¹Departamento de Psicología Evolutiva y de la Educación

²Departamento de Psicobiología y Metodología de las Ciencias del Comportamiento
Facultad de Psicología. Universidad de Málaga

INTRODUCCIÓN

La evidencia empírica muestra un amplio acuerdo respecto a las diferencias en estrés asociadas al sexo, encontrando una mayor incidencia de estresores y un mayor impacto emocional de los mismos en chicas (Byrne, Davenport y Mazanov, 2007; Moksnes, Eilertsen y Lazarewicz, 2016). Ellas informan de sufrir mayores estresores en el dominio de las relaciones interpersonales, con familia, iguales y pareja (Forns, Kirchner, Abad y Amador, 2012; Hamilton, Stange, Abramson y Alloy, 2015). Asimismo, las chicas sufren claramente mayor incidencia de sintomatología internalizada, comparadas con los chicos (Hamilton et al., 2015).

Existen también diferencias en la forma de percibir y responder a los estímulos estresantes en función de la edad. Conforme se avanza en la adolescencia va aumentando la exposición a múltiples y nuevos estresores así como los efectos acumulativos de los mismos, produciendo una mayor vulnerabilidad al desarrollo de consecuencias emocionales. De este modo, los adolescentes de mayor edad tienen que hacer frente a importantes estresores como ajustes en los roles sociales, funcionamiento de las relaciones románticas, demandas académicas, toma de decisiones respecto al futuro, aparición de responsabilidades adultas, problemas económicos, preocupaciones laborales, etc. Muchos de estos estresores son similares a los experimentados en la vida adulta, sin embargo, en la última etapa de la adolescencia aún no se dan las condiciones necesarias para manejarlos efectivamente, por lo que se encuentran consecuencias negativas asociadas a los mismos (Byrne et al., 2007; Moksnes, Byrne, Mazanov y Espnes, 2010).

El objetivo del presente trabajo es examinar las diferencias en las manifestaciones de estrés entre chicas y chicos a lo largo de las diferentes etapas de la adolescencia.

MÉTODO

PARTICIPANTES

La muestra ha estado compuesta por 1370 adolescentes (665 chicos y 705 chicas) con edades comprendidas entre los 12 y 18 años ($M = 14.67$ años, $DT = 1.75$). Los participantes procedían de diferentes centros de educación secundaria de Málaga.

INSTRUMENTOS

Student Stress Inventory - Stress Manifestations (SSI-SM; Fimian, Fastenau, Tashner y Cross, 1989; adaptación española de Escobar, Blanca, Fernández-Baena y Trianes, 2011). Consta de 22 ítems con un formato de respuesta tipo Likert de 5 puntos que abarcan manifestaciones de estrés en tres ámbitos: 1) emocionales, que incluyen sentimientos de irritabilidad, miedo, preocupación, ansiedad, agobio, incapacidad para afrontar el instituto, indecisión, incertidumbre, enfado y dejar las cosas para otro día; 2) conductuales, que implican conductas motoras u observables, tales como actuar a la defensiva, descuidar las amistades, actitudes negativas en las relaciones interpersonales con iguales y profesorado y absentismo escolar por enfermedad, y 3) fisiológicas, que abarcan cambios de apetito, sudor frío, sensación de hormigueo, afonía, taquicardia y molestias en el estómago.

Estudios recientes aportan nuevas evidencias empíricas de las propiedades psicométricas de la adaptación española (Ortuño-Sierra, Fonseca-Pedrero, Aritio-Solana y Chocarro, 2016).

PROCEDIMIENTO

Tras la obtención del consentimiento de las familias y de los centros escolares, los estudiantes cumplimentaron la medida de estrés junto con otras pruebas de forma colectiva y voluntaria. La administración de las pruebas fue supervisada por psicólogos escolares.

ANÁLISIS DE DATOS

Para analizar las diferencias por sexo y etapas de la adolescencia (temprana, media y tardía) se ha realizado un análisis de varianza 2x3 con las manifestaciones de estrés como variable dependiente (puntuación total del SSI-SM).

RESULTADOS

Los resultados del ANOVA factorial muestran efectos estadísticamente significativos del sexo, $F(1,1364) = 13.91$, $p < .001$, $\eta^2 = 0.01$, de las etapas de la adolescencia, $F(2,1364) = 46.60$, $p < .001$, $\eta^2 = 0.06$ y de la interacción, $F(2,1364) = 3.82$, $p = 0.02$, $\eta^2 = 0.01$. Las medias y desviaciones típicas de las manifestaciones de estrés se muestran en la Tabla 1. Los efectos principales muestran que las chicas presentan mayor puntuación en manifestaciones de estrés y que estas incrementan según avanzan las etapas de la adolescencia. Sin embargo, el análisis posterior de los efectos de interacción, con el ajuste Bonferroni, muestra que las chicas presentan mayores puntuaciones que los chicos en la adolescencia media, $F(1, 657) = 9.46$, $p < .01$, $\eta^2 = .02$ y tardía, $F(1, 203) = 7.57$, $p < .01$, $\eta^2 = .04$, pero no en la temprana $F(1, 504) = 0.01$, $p = .91$, $\eta^2 < .01$.

Tabla 1
Media de las puntuaciones del SSI-SM (M), desviación típica (DT) y número de participantes (n) en función del sexo y la etapa adolescente

| Sexo | Etapas adolescencia | M | DT | n |
|-------|-----------------------|-------|-------|-----|
| Chico | Temprana (12-13 años) | 35.20 | 9.81 | 246 |
| | Media (14-16 años) | 37.89 | 10.45 | 332 |
| | Tardía (17-18 años) | 40.87 | 11.46 | 87 |
| Chica | Temprana (12-13 años) | 35.29 | 9.35 | 260 |
| | Media (14-16 años) | 40.36 | 10.21 | 327 |
| | Tardía (17-18 años) | 45.36 | 11.58 | 118 |

DISCUSIÓN

Los resultados muestran que las chicas presentan mayores puntuaciones de manifestaciones de estrés que los chicos en la adolescencia media y tardía. Estos resultados son coherentes con la evidencia empírica (Escobar et al., 2011; Ortuño-Sierra, Aritio-Solana, Chocarro de Luis y Fonseca-Pedrero, 2015; Ortuño-Sierra et al., 2016).

Desde consideraciones psicosociales, cabría profundizar en las posibles causas de estas diferencias de sexo.

Atendiendo a los patrones de socialización basados en los estereotipados roles de género, en las chicas se refuerza una mayor orientación interpersonal, lo que implica que otorguen mayor importancia a las relaciones sociales, invirtiendo más recursos en ellas, por lo que cuando surgen estresores interpersonales son más vulnerables, generando un mayor impacto emocional (Simonson, Davis y Mezulis, 2011). Asimismo, estos patrones de socialización refuerzan en las chicas conductas para una mayor expresión emocional, presentando un umbral más bajo que los chicos para proporcionar información respecto a manifestaciones emocionales (Moksnes et al., 2016; Simonson et al., 2011).

La evidencia empírica también pone de manifiesto la importancia de las estrategias de afrontamiento que los jóvenes aprenden como posibles causas del mayor impacto emocional de los estresores en chicas, causando una mayor vulnerabilidad a síntomas de ansiedad y depresión (Hamilton et al., 2015). Se ha demostrado que las chicas se preocupan más por la amenaza que supone el estresor, evaluándolo con más intensidad. Asimismo, emplean más estrategias improductivas y dañinas a nivel emocional, tales como preocuparse demasiado (rumiación o co-rumiación) y autoinculparse (Hamilton et al., 2015). Por el contrario, los chicos conceden menores niveles de importancia a las mismas situaciones estresantes. Emplean a su vez más estrategias productivas como adoptar una perspectiva positiva y distracción física.

Los resultados expuestos justifican la necesidad de diseñar acciones psicoeducativas y clínicas en el manejo de los estresores ajustadas a las diferencias de sexo y edad.

REFERENCIAS

- Byrne, D. G., Davenport, S. y Mazanov, J. (2007). Profiles of adolescent stress: The development of the Adolescent Stress Questionnaire (ASQ). *Journal of Adolescence*, 30, 393-416. doi:10.1016/j.adolescence.2006.04.004
- Escobar, M., Blanca, M. J., Fernández-Baena, F. J. y Trianes, M. V. (2011). Adaptación española de la Escala de Manifestaciones de Estrés del Student Stress Inventory (SSI-SM). *Psicothema*, 23, 475-485.
- Fimian, M. J., Fastenau, P. A., Tashner, J. H. y Cross, A. H. (1989). The measure of classroom stress and burnout among gifted and talented students. *Psychology in the Schools*, 26, 139-153. doi:10.1002/1520-6807(198904)26:2<139
- Forns, M., Kirchner, T., Abad, J., Amador, J. A. (2012). Differences between genders in coping: different strategies or different stressors? *Anuario de Psicología*, 42, 5-18.
- Hamilton, J. L., Stange, J. P., Abramson, L. Y. y Alloy, L. B. (2015). Stress and the development of cognitive vulnerabilities to depression explain sex differences in depressive symptoms during adolescence. *Clinical Psychological Science*, 3, 702-714. doi:10.1177/2167702614545479
- Moksnes, U. K., Byrne, D. G., Mazanov, J. y Espnes, G. A. (2010). Adolescent stress: Evaluation of the factor structure of the Adolescent Stress Questionnaire (ASQ-N). *Scandinavian Journal of Psychology*, 51, 203-209. doi:10.1111/j.1467-9450.2009.00803.x
- Moksnes, U. K., Eilertsen, M. B. y Lazarewicz, M. A. (2016). The association between stress, self-esteem and depressive symptoms in adolescents. *Scandinavian Journal of Psychology*, 57, 22-29. doi:10.1111/sjop.12269
- Ortuño-Sierra, J., Aritio-Solana, R., Chocarro de Luis y Fonseca-Pedrero, E. (2015). Adolescencia temprana y estrés en el contexto escolar. Utilización del Student Stress Inventory-Stress Manifestations (SSI-SM). *Electronic Journal of Research in Educational Psychology*, 13, 607-630.
- Ortuño-Sierra, J., Fonseca-Pedrero, E., Aritio-Solana, R. y Chocarro, E. (2016). Stress assessment during adolescence: Psychometric properties and measurement invariance of the Student Stress Inventory-Stress Manifestations. *European Journal of Developmental Psychology*, 13, 529-544. doi:10.1080/17405629.2015.1122588
- Simonson, J., Davis, K. y Mezulis, A. (2011). Socialized to ruminate? Gender role mediates the sex difference in rumination for interpersonal events. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 30, 937-959. doi:10.1521/jscp.2011.30.9.937