



Duazary / Vol. 16, No. 2 – número especial 2019 / 239 – 250
DOI: <https://doi.org/10.21676/2389783X.2956>

Relación entre ansiedad y afrontamiento en estudiantes más jóvenes de una universidad del Caribe colombiano

Relationship between anxiety and coping in the youngest students in a university of the Colombian Caribbean

Kattia Cabas-Hoyos¹ , María F. Cabas-Manjarrés² , Nadia De La Espriella³ , Nuyed Germán-Ayala³ , Loreina Martínez-Burgos³ , Ilse Villamil-Benítez⁴ , Alicia Uribe-Urzola⁵ 

Tipología: artículo de investigación científica y tecnológica

Para citar este artículo: Cabas-Hoyos K, Cabas-Manjarrés MF, De La Espriella N, Germán-Ayala N, Martínez-Burgos L, Villamil-Benítez I, Uribe-Urzola A. Relación entre ansiedad y afrontamiento en estudiantes más jóvenes de una universidad del Caribe colombiano. Duazary. 2019 mayo; 16(2 número especial): 239-250. Doi: <https://doi.org/10.21676/2389783X.2956>

Recibido en enero 17 de 2019

Aceptado en febrero 12 de 2019

Publicado en línea en agosto 22 de 2019

RESUMEN

El presente estudio establece la relación entre los niveles de ansiedad, los estilos y estrategias de afrontamiento empleados por los estudiantes más jóvenes en una universidad del Caribe colombiano. Es una investigación de tipo cuantitativo y transversal. La muestra final estuvo conformada por jóvenes ($n=216$). Fueron administradas la Escala de Afrontamiento para Adolescentes – ACS y la forma C de la Escala de Ansiedad Manifiesta para Adultos - AMAS. Las variables de estudio se comparan en relación al género mediante una prueba T de Student. Los resultados dan cuenta de que a pesar de que los hombres muestran mayor tendencia a la ansiedad, no se encuentran diferencias significativas. En cuanto a los estilos y estrategias de afrontamiento se encontró que tanto hombres como mujeres los emplean de una manera muy similar; sin embargo, las mujeres usaron de manera significativamente mayor la estrategia esforzarse y tener éxito. Se discuten los resultados en relación a la literatura existente.

Palabras clave: ansiedad; estrategias de afrontamiento; adolescente; ajuste social; salud mental.

-
1. Universidad del Magdalena. Santa Marta, Colombia. Correo: kcabas@unimagdalena.edu.co - <http://orcid.org/0000-0002-1548-9430>
 2. Universidad del Magdalena. Santa Marta, Colombia. Correo: mcabasm@unimagdalena.edu.co - <http://orcid.org/0000-0002-0359-6669>
 3. Universidad Pontificia Bolivariana. Montería, Colombia. Correo: psiconadia12@gmail.com - <http://orcid.org/0000-0003-0733-636X>; Correo: nuyed.16@gmail.com - <http://orcid.org/0000-0002-7089-1641>; Correo: lore_mb19@hotmail.com - <http://orcid.org/0000-0003-4275-9616>
 4. Universidad Pontificia Bolivariana. Montería, Colombia. Correo: ilse.villamil@upb.edu.co - <http://orcid.org/0000-0001-7991-6481>
 5. Universidad Pontificia Bolivariana. Montería, Colombia. Correo: alicia.uribe@upb.edu.co - <http://orcid.org/0000-0002-1244-8908>

ABSTRACT

The present study establishes the relationship between anxiety levels, styles and coping strategies employed by the youngest students in a University of the Colombian Caribbean. It is a quantitative, transverse and descriptive research. The final sample consisted of young (n = 216). In this study were administered the Adolescent Coping Scale - ACS and the Adult Manifest Anxiety Scale - C (AMAS). The study variables were compared in relation to gender by Student T test. The results show that despite the fact that men show a greater tendency to anxiety, no significant differences are found. As for styles and coping strategies it was found that both men and women employ a very similar way; however, women used a significantly larger way of strategy related to strive and become successful. The results are discussed in relation to the existing literature.

Keywords: anxiety; coping strategies; adolescent; social adjustment; mental health.

INTRODUCCIÓN

La adolescencia es una etapa donde ocurren cambios fundamentales y transformaciones en todos los niveles que integran a la persona y que serán esenciales para el desarrollo vital del individuo; todo esto en un marco de inestabilidad¹⁻³. En Colombia, el ingreso a la Educación Superior se da antes de los 17 años de edad, cuando el adolescente aún es inmaduro psico-afectivamente y no tiene mucha claridad en cuanto a áreas de estudio, lo cual para Gómez-Campo y Celis-Giraldo⁴ es un factor que estaría incidiendo en altas tasas de repitencia y deserción.

En relación a este problema, el joven universitario es aún un adolescente, al que el medio social le demanda altas exigencias de adaptación, se espera de él un comportamiento social acorde con su rol, que tome decisiones importantes y que se perfile hacia la vida adulta. Todo esto puede repercutir en el desarrollo psicológico, influyendo en la confianza en sí mismo, la timidez y la ansiedad⁵.

Salotti⁶ en congruencia con planteamientos de la psicología del desarrollo, argumenta que el estrés en la adolescencia genera desequilibrio ya que enfrenta diversas crisis en el paso de una etapa a otra. Sin embargo, afirma que dicho desequilibrio no necesariamente representa un factor negativo, puesto que puede funcionar como elemento gestor de cambios, organización de estructuras a diferentes niveles y el desarrollo

de habilidades, estilos y estrategias de afrontamiento (EAF).

El paso de la infancia a la adultez, como es denominado por la autora, trae consigo el cumplimiento de roles sociales, toma de decisiones, relación con los pares, y esto a su vez exige al adolescente asumir cierta responsabilidad y adoptar comportamientos que requieren un buen manejo de estrategias de afrontamiento para responder no solo a eventos normales de acuerdo a la etapa, sino a posibles situaciones estresantes⁶.

En relación a la adolescencia y el trasegar académico en el marco del afrontamiento, Casari *et al*⁷ explican, por su parte, que existe evidencia que sugiere que los estudiantes aprenden a manejar la ansiedad a medida que van avanzando en su vida académica, esto dado que se ha encontrado una correlación negativa entre la cantidad de materias y el nivel de ansiedad. De ese modo, a mayor cantidad de materias cumplidas, se encuentra una menor cantidad de niveles de ansiedad, indicando esta evolución constructiva del estudiante hacia una mejor forma de afrontar la ansiedad.

Por otro lado, Lin y Yusoff⁸ encontraron que las estrategias que comprendían una forma de afrontamiento negativa estaban relacionados a estudiantes más angustiados, esto en contraposición con los estudiantes que usaban métodos como la reinterpretación positiva de situaciones tensionantes, donde se encontró

bajos niveles de aflicción. Parece entonces que los adolescentes, a través de las experiencias, aprenden o desarrollan ciertas estrategias que poco a poco se van constituyendo en un estilo particular de afrontamiento, el cual a su vez, determinará el tipo de estrategias que deben utilizar en una situación específica⁶

Ahora bien, Vargas *et al*⁹ en el marco del modelo de Lazarus y Folkman, conciben el afrontamiento, de modo general, como el estilo el cual permite el enfrentamiento de situaciones y eventos diversos a partir de predisposiciones personales y el uso de estrategias certeras que sean adecuadas a nivel situacional y temporal. Por su parte, Alcoser¹⁰ en el marco de la teoría de Frydenberg, afirma que se pueden agrupar las estrategias de afrontamiento en tres estilos:

- **Dirigido a solucionar el problema:** radica en trabajar para resolver la situación problemática, manteniéndose optimista y relajado durante el proceso. Abarca las siguientes estrategias: concentrarse en resolver el problema, esforzarse y tener éxito, Fijarse en lo positivo, diversiones relajantes y distracción física.
- **En relación con los demás:** consiste en acercarse a otros para obtener apoyo. Abarca las siguientes estrategias: apoyo social, amigos íntimos, buscar pertenencia, acción social, apoyo espiritual y buscar apoyo profesional.
- **Improductivo:** se trata de una combinación de estrategias improductivas de evitación que muestra una incapacidad empírica para afrontar los problemas. Abarca las siguientes estrategias: preocuparse, hacerse ilusiones, no afrontamiento, reducción de tensión, ignorar el problema, autoinculparse y reservarlo para sí.

Existen estudios que explican que la falta de confianza y la interferencia se asocian

principalmente a un empleo mayor de EAF negativas y menor de EAF positivas, esto indica que la *preocupación*, si bien aparece vinculada a un estilo adaptativo de afrontamiento se observa que se mantiene, al igual que las demás dimensiones (emocionalidad, interferencia y falta de confianza), relacionadas con estilos cognitivos de afrontamiento negativos (autoayuda, aproximación, acomodación, autoculpa y rumiación)¹¹.

Frydenberg¹² plantea que el más adecuado para determinar el éxito de una estrategia es el propio sujeto, que, desde lo personal, se pregunta si su acción tuvo el éxito esperado por él. El éxito o el fracaso al utilizar las estrategias de afrontamiento no implican que existan unas estrategias mejores ni peores en sí mismas. Su efectividad se debe evaluar atendiendo a las posibilidades del entorno, los fines que se persiguen con determinada conducta, el momento vital del joven, entre otros. Por esto es importante el análisis de estos factores cuando se trata de mostrar si una estrategia resulta beneficiosa o no para el adolescente, funcional o disfuncional para su bienestar.

Siguiendo el modelo de Frydenberg¹² en torno al afrontamiento en la mediación de la adaptación, se ha encontrado que existe una moderación en el desenvolvimiento adverso de los sucesos negativos de la vida por parte de las estrategias orientadas hacia el problema, teniendo de este modo una influencia en el funcionamiento psicológico⁶.

De esta forma, como afirma Fajardo Espinoza¹³ la proporción de estrategias orientadas al problema (como las que implican las comparaciones optimistas y la negociación) que se utilizan de acuerdo a los esfuerzos del individuo, se asocian a menos problemas adaptativos o que influyen directamente en la salud mental (como la depresión y el estrés concurrente) y disminuye la ocurrencia de futuros problemas.

Por otro lado, en relación al género y el afrontamiento, se observa el papel

preponderante que tiene la cultura en el proceso de moldear y formar el ámbito que da cabida a los roles, rasgos y conductas propios de lo femenino y lo masculino, de ahí que las diferencias generacionales se vayan expresando desde muy temprano. De este modo, la socialización tanto en hombres como en mujeres, vendrá determinada en la internalización que haga cada género en torno a la forma de evaluar la realidad y afrontar las demandas^{12,14}. Aunque existen diferencias entre culturas, generalmente las jóvenes tienden a emplear más la estrategia *Reducción de la tensión (Rt)* y los hombres enfrentan los sucesos a través de *Distracción física (Fi)*, *Buscar diversiones relajantes (Dr)*, *Reservarlo para sí (Re)* e *Ignorar el problema (Ip)*¹⁵.

Estudios como los realizados por Hampel y Petermann¹⁶ y Sinha *et al*¹⁷ reportan que los hombres puntúan alto en estrategias de distanciamiento y control de sí mismos y las mujeres prefieren la búsqueda de soporte social. Resultados equivalentes fueron obtenidos por otras investigaciones como reseña Correché, Fiorentino y Fantin¹⁸, las cuales muestran que dentro de la gama de estrategias no funcionales, el sexo femenino tiende a usar *Hacerse ilusiones*, *Reducción de la tensión* y *Preocuparse* en comparación con los hombres cuya frecuencia de uso más altas en este campo se remite a *Distracción física* e *Ignorar el problema*. El uso de estrategias funcionales como *Búsqueda de apoyo social* o *Invertir en amigos íntimos* fue destacada en mayor grado en las mujeres.

Respecto al género, los resultados en el estilo dirigido a la resolución de problemas son contradictorios. Frydenberg y Lewis¹⁵ señalaron la ausencia de diferencias, y posteriormente se describen diferencias.

Por ejemplo, se ha descrito que los varones utilizaban la *Búsqueda de diversiones relajantes* y la *Distracción física* más que las mujeres^{19,20}. González-Barrón *et al*²⁰ encontraron que las mujeres usaban más la estrategia *Concentrarse en lo positivo* y *Resolver el problema*. Mientras

en el estilo centrado en la relación con los demás parece haber acuerdo, relacionándose con las mujeres adolescentes en la *Búsqueda de apoyo social*¹⁷. Aunque González -Barrón *et al*²⁰ encontraron diferencias en todas las estrategias de este estilo excepto *Buscar ayuda profesional*, donde hombres y mujeres no mostraron diferencias significativas.

En el estilo improductivo los hombres destacan por el uso de las estrategias *Ignorar el problema* y *Reservarlo para sí*. Las demás estrategias son más empleadas por las mujeres, que hacen uso de un mayor número de estas que los varones²⁰. Esto da cuenta de cómo las diferencias en torno a las estrategias y el género se desarrolla de forma diversa y ampliada dado también el marco de edad en el que se impliquen, teniendo en cuenta la adolescencia como una etapa crucial del desarrollo.

A partir de lo anterior, y considerando la importancia de un análisis que permita integrar las variables reseñadas de manera que pueda verse el impacto de cada una en un ámbito relacional, el presente estudio tiene como objetivo establecer la relación existente entre los niveles de ansiedad, los estilos y estrategias de afrontamiento empleadas por estudiantes más jóvenes de una universidad del Caribe colombiano y compararlos en relación al género. Así mismo, se buscó estudiar la relación existente entre ansiedad y estilos de afrontamiento.

MATERIALES Y MÉTODOS

Tipo de estudio

Es un estudio transversal, su propósito es describir variables y analizar su incidencia e interrelación en un momento dado²¹. Es comparativo, ya que contrasta unas variables en relación al género y se vale de datos cuantitativos.

Participantes

Participaron estudiantes universitarios (n=216) de los cuales el 46,8% fueron hombres (n=101) y el 53,2% fueron mujeres (n=115). El rango de edad de los participantes estuvo comprendida entre los 16 y los 18 años de edad (media=17,32; DT= ,70).

Los sujetos fueron seleccionados a partir de un muestreo probabilístico por conglomerados de una etapa, de manera que esta muestra correspondió al 10,45% de la población total de estudiantes de la universidad (N=2066) inscrita en el período 2016-1.

Los sujetos no recibieron remuneración económica por participar en el estudio. En la recolección de datos participaron estudiantes del curso *Evaluación Psicológica I*, previamente entrenados para la administración de los instrumentos.

Se tuvieron en cuenta los siguientes **criterios de inclusión**: los participantes debían encontrarse matriculados en unos de los trece programas de la universidad objeto de estudio, debían ser menores de 18 años de edad y participar voluntariamente en el estudio.

Instrumentos

La Escala de Afrontamiento para Adolescentes (ACS) –versión española editada por TEA– fue diseñada por Frydenberg y Lewis¹⁵, y constituye un instrumento de evaluación que permite a los jóvenes analizar sus propias conductas de afrontamiento. Es una herramienta de carácter psicométrico, de autoevaluación, que necesita de un profesional especializado para su interpretación clínica. Se aplica a adolescentes entre 12 y 18 años en forma individual o colectiva.

El ACS tiene dos versiones: una general y otra específica. Estas versiones responden a la concepción de los autores acerca del afrontamiento¹⁵. Se ha observado que las estrategias de afrontamiento que un sujeto elige son en gran parte estables con independencia de

la naturaleza del problema, indagada por medio de la Forma General. Ambas versiones tienen los mismos elementos aunque varían parcialmente las instrucciones de aplicación.

Consta de dos partes: la primera es una pregunta abierta sobre los principales problemas vividos durante los últimos seis meses. La segunda parte consiste en un inventario en forma de auto-informe compuesto por 80 elementos, 79 de tipo cerrado y uno abierto al final, y permite evaluar con gran fiabilidad 18 estrategias de afrontamiento diferentes que se han identificado conceptual y empíricamente. Los 79 elementos cerrados se puntúan mediante una escala de tipo Likert de cinco puntos: *1: no me ocurre nunca o no lo hago; 2: Me ocurre o lo hago raras veces; 3: Me ocurre o lo hago algunas veces; 4: Me ocurre o lo hago a menudo y 5: Me ocurre o lo hago con mucha frecuencia.*

La pregunta abierta se evalúa según las categorías de análisis empleadas por Casullo y Fernández-Liporace¹, pero en este trabajo no fue incluida; la segunda parte de la escala evalúa 18 estrategias de Afrontamiento.

Estos factores o estrategias encontradas son:

As– buscar apoyo social,

Rp– concentrarse en resolver el problema,

Es– esforzarse y tener éxito,

Pr– preocuparse,

Ai– invertir en amigos íntimos,

Pe– buscar pertenencia,

Hi– hacerse ilusiones,

Na– falta de afrontamiento,

Rt– reducción de la tensión,

So– acción social,

Ip– ignorar el problema,

Cu– autoinculparse,

Re– reservarlo para sí,

Ae– buscar apoyo espiritual,

Po– fijarse en lo positivo,

Ap– buscar ayuda profesional,

Dr– buscar diversiones relajantes

Fi– distracción física.

Con respecto a la validez, se realizaron tres análisis factoriales a través del método de los componentes principales con Rotación Oblimin para los ítems, encontrando que las 18 escalas son válidas. Luego se estudió las propiedades estadísticas de cada escala. En cuanto a la confiabilidad, se encontró que las respuestas tenían suficiente estabilidad. Alcanzó coeficientes de consistencia interna que oscilan entre 0,62 y 0,87, con un promedio de 0,73 para la forma específica y entre 0,54 y 0,84 con un promedio de 0,71 para la forma general. Sólo en dos escalas de la forma específica y tres de la general, los coeficientes fueron menores a 0,65. Se encontró suficiente estabilidad de los ítems, reportándose coeficientes test-retest mayores a 0,32. Estos coeficientes para las subescalas obtuvieron entre 0,49 y 0,82 para la forma específica y entre 0,44 y 0,84 para la forma general. Se adaptó y ha sido usado en población argentina¹.

AMAS²²

Fue usada la forma C. La AMAS-C consta de 49 reactivos, contiene cuatro escalas de ansiedad y una de validez. Estas son *Inquietud/Hipersensibilidad*, *Ansiedad Fisiológica*, *Preocupaciones sociales* y *Ansiedad ante los exámenes*. La Escala de validez se le denomina *Mentira*. Para finalizar, los coeficientes alfa para las escalas de contenido del AMAS-C se encontraron en un rango entre 0,72 y 0,95 para la muestra total. Los coeficientes de estabilidad temporal para las subescalas de contenido de esta escala, basados en un estudio conducido con 70 estudiantes

universitarios en Ohio, se encontraron dentro de un rango de 0,76 a 0,83. Todas estas cifras se encuentran dentro de los límites generalmente aceptados de confiabilidad para medidas psicológicas.

En cuanto a la confiabilidad se utilizaron estimados de consistencia interna y de estabilidad temporal para establecer la confiabilidad de las AMAS, considerando suficiente un coeficiente de confiabilidad de 0,70²².

Procedimiento

Los estudiantes universitarios fueron informados acerca de los objetivos de la investigación, se les solicitó su consentimiento para participar y se les garantizó la confidencialidad en el tratamiento de los datos. También se les informó que no obtendrían remuneración a cambio de su participación y que podrían retirarse de la investigación en el momento que lo consideraran. Los dos instrumentos fueron aplicados de forma colectiva, por grupos de aproximadamente 30 personas.

Análisis de los Datos

Los datos fueron gestionados a través del programa SPSS 22,0 en Castellano. Se realizaron estadísticos descriptivos para los elementos de análisis y se estableció una prueba T de Student para comparar las variables por género. El nivel de confianza fue del 95% con un margen de error del 5%.

Fue empleada también una correlación bilateral de Pearson para establecer relación entre las dos variables de estudio (ansiedad y estilos de afrontamiento).

Declaración sobre aspectos éticos

La investigación se desarrolló de acuerdo al marco ético de rigor para la investigación en salud. Se clasificó como un estudio sin riesgo dado que se aplicaron cuestionarios, siendo instrumentos que no implicaban intervenciones,

modificaciones o procedimientos de tratamiento sobre los individuos participantes como lo especifica la Resolución 8430 de 1993 del Ministerio de Salud de Colombia. Se tuvo en cuenta, además, los puntos de la anterior resolución en materia de la protección de los derechos humanos y el bienestar, también según la Declaración de Helsinki de 1975. Se utilizaron consentimientos informados, según los parámetros de las leyes y declaraciones anteriormente mencionadas, destacando la garantía de la confidencialidad en el tratamiento de los datos y la libertad de retirarse de la investigación en el momento que lo consideraran.

RESULTADOS

Ansiedad

La subescala de *Mentira* mostró que el 97,7% de la muestra presentó un nivel esperado, el 2,3% fue bajo. Estos niveles serían indicadores de la validez de las respuestas de las subescalas restantes²².

Cuando fueron comparados los puntajes de esta subescala por género se observó que las mujeres presentaron menores valores (Tabla 1). No obstante esas diferencias no posibilitaron que se lograra la significación estadística (*Inquietud/Hipersensibilidad*: [F= (1, 216) = 2,70; P = ,10]; *Ansiedad Fisiológica*: [F= (1, 216) = 0,25; P = 0,87]; *Ansiedad ante los exámenes*: [F= (1, 216) = 0,73; P = 0,39]; *Preocupaciones sociales*: [F= (1, 216) = 0,30; P = 0,58]).

Estilos y estrategias de afrontamiento

Cinco estrategias conforman el estilo orientado a la resolución de problemas. Se encontró que los hombres presentaron una tendencia ligeramente menor a *buscar diversiones relajantes*, *fijarse en lo positivo*, *distracción* y *concentrarse en resolver el problema* (Tabla 2). Sin embargo, a través de una prueba T se observó que estas

diferencias no permitieron alcanzar la significación estadística (*Buscar diversiones relajantes*: [F= (1,216) = 0,73; P = 0,26]; *Fijarse en lo positivo*: [F= (1, 216) = 0,65; P = 0,41]; *Distracción*: [F= (1, 216) = 0,85; P = 0,08]; *Concentrarse en resolver el problema*: [F= (1, 216) = 0,08; P = 0,76]). En contraste con estos datos, la estrategias *esforzarse* y *tener éxito* resultó significativamente mayor en las mujeres [F= (1, 216) = 4,66; p < 0,05].

Se encontró que las mujeres tendieron más hacia las estrategias que componen el estilo de afrontamiento relacionado con los demás (Tabla 3) pero, tales diferencias no resultaron estadísticamente significativas (*Búsqueda de apoyo espiritual*: [F= (1, 216) = 0,01; P = 0,89]; *Invertir en amigos íntimos*: [F= (1, 216) = 0,69; P = 0,40]; *Buscar apoyo profesional*: [F= (1, 216) = 1,09; P = 0,29]; *Buscar apoyo social*: [F= (1, 216) = ,15; P = ,69]; *Pertenencia*: [F= (1, 216) = 2,47; P = 0,11]; *Acción social*: [F= (1, 216) = 0,00; P = 0,92]).

En relación a las estrategias que componen el estilo improductivo, los resultados mostraron diferencias en función del género. Las estrategias *preocuparse*, *no afrontamiento*, *reducción de la tensión*, *ignorar el problema*, *autoinculparse* y *reservarlo para sí* mostraron una tendencia mayor en las mujeres. En cuanto a *hacerse ilusiones* fue ligeramente mayor en los hombres. (Tabla 4). No obstante, estas tendencias estuvieron lejos de la significación estadística (*Preocuparse*: [F= (1, 216) = 2,42; P = 0,12]; *Hacerse ilusiones*: [F= (1, 216) = 2,73; P = ,10]; *No afrontamiento* [F= (1, 216) = 0,83; P = 0,36]; *Reducción de la tensión*: [F= (1, 216) = ,80; P = 0,37]; *ignorar el problema*: [F= (1, 216) = 0,11; P = ,73]; *Reservarlo para sí*: [F= (1, 216) = 0,07; P = 0,79]).

Tabla 1. Niveles de Medias y desviaciones estándar de las subescalas de Ansiedad Manifiesta (AMAS – C).

	1 Masc 2 Fem	N	Media	Desviación típ.	Error típ. de la media
IH	1	101	6,3861	3,08535	,30700
	2	115	6,0696	2,80576	,26164
AF	1	101	3,0990	2,08569	,20753
	2	115	2,9478	2,17176	,20252
AEX	1	101	6,8119	3,62964	,36116
	2	115	6,2348	3,36215	,31352
MENTIRA	1	101	3,59	1,839	,183
	2	115	2,88	1,687	,157
PR SOCIAL	1	101	22,09	9,161	,912
	2	115	20,40	8,287	,773

Tabla 2. Niveles de Medias y desviaciones estándar del estilo de afrontamiento dirigido a la resolución del problema.

	1 Masc 2 Fem	N	Media	Desviación típ.	Error típ. de la media
Buscar diversiones relajantes	1	101	6,7327	2,31901	,23075
	2	115	7,4000	3,74353	,34909
Esforzarse y tener éxito	1	101	9,2079	2,70302	,26896
	2	115	10,0000	4,28174	,39927
Distracción física	1	101	6,1980	3,07252	,30573
	2	115	6,4696	2,61011	,24339
Fijarse en lo positivo	1	101	9,1089	2,97288	,29581
	2	115	9,2368	3,26229	,30554
Concentrarse en resolver el problema	1	101	10,9406	3,43750	,34204
	2	115	11,9043	3,75564	,35021

Tabla 3. Estilos de Afrontamiento orientado a los demás. Medias y desviaciones típicas por género.

	1 Masc 2 Fem	N	Media	Desviación típ.	Error típ. de la media
Buscar apoyo espiritual	1	101	8,4752	3,16099	,31453
	2	115	9,2087	3,21863	,30014
Invertir en amigos íntimos	1	101	11,0594	3,55196	,35343
	2	115	11,0522	3,86129	,36007
Buscar ayuda profesional	1	101	7,9604	3,50120	,34838
	2	115	8,7217	3,99901	,37291
Buscar apoyo social	1	101	9,8515	3,85587	,38367
	2	115	10,2435	4,16458	,38835
Buscar pertenencia	1	101	11,2020	3,24503	,32614
	2	115	11,3043	3,78634	,35308
Acción Social	1	101	7,0198	3,29236	,32760
	2	115	7,9391	3,34896	,31229

Afrontamiento y Ansiedad

Se estableció adicionalmente una correlación bilateral entre afrontamiento y ansiedad, con una significación de $P < 0,05$. En relación a los estilos de afrontamiento dirigido a la resolución de problemas y ansiedad, se encontró una relación inversamente proporcional entre las *preocupaciones sociales* y la estrategia *Buscar diversiones relajantes* ($r = -,15$; $P < 0,05$). Se encontró que existe una relación negativa entre *Buscar diversiones relajantes* y la *Ansiedad ante los exámenes* ($r = -0,15$; $P < 0,05$). En relación a los estilos de afrontamiento orientado a los

demás y ansiedad no se encontraron correlaciones significativas en este componente. En cuanto a estilos improductivos y ansiedad, se encontró una relación positiva entre *Inquietud/Hipersensibilidad* y *Hacerse ilusiones* ($r = ,15$; $P < 0,05$), así como entre *preocupaciones sociales* y *reservarlo para sí* ($r = 0,16$; $P = 0,01$) y *autoinculparse* y *preocupaciones sociales* ($r = ,16$; $P = 0,01$); en contraste con una relación opuesta entre *Inquietud/Hipersensibilidad* e *ignorar el problema* ($r = -0,17$; $P = 0,01$) y *Ansiedad fisiológica* y *no afrontamiento* ($r = -,15$; $P < 0,05$).

Tabla 4. Estilo de afrontamiento improductivo, diferencias por género. Medias y desviaciones típicas.

	1 Masc 2 Fem	N	Media	Desviación típ.	Error típ. de la media
Preocuparse	1	101	9,8020	2,59623	,25833
	2	115	10,4174	4,27556	,39870
Hacerse ilusiones	1	101	11,1089	3,04270	,30276
	2	115	10,9043	3,72515	,34737
No afrontamiento	1	101	9,0198	3,95975	,39401
	2	115	9,4261	4,13386	,38548
Reducción de la tensión	1	101	8,7624	4,16449	,41438
	2	115	9,5565	5,14047	,47935
Ignorar el problema	1	101	6,8317	3,23750	,32214
	2	115	7,3304	3,23826	,30197
Autoinculparse	1	101	8,4059	3,27469	,32584
	2	115	9,2000	4,35729	,40632
Reservarlo para sí	1	101	8,3861	2,76756	,27538
	2	115	8,7652	3,01555	,28120

DISCUSIÓN

La salud mental del individuo viene determinada por múltiples elementos, entre los cuales el balance emocional es uno de los factores claves en su fortalecimiento²³. Este balance vendrá construido por los múltiples procesos que se desarrollan durante la adolescencia, una etapa donde los sucesos tensionantes aumentan²⁴, siendo una fase de transición fundamental en la construcción de la identidad y la futura adultez¹². Entre estos procesos que se desenvuelven en esta etapa, el afrontamiento y el manejo de la

ansiedad que se vive en ámbitos universitarios, donde el estrés y las exigencias son más determinantes, vienen a ser puntos importantes a analizar, especialmente al encontrarse que las correlaciones entre estrategias de afrontamiento negativas y estudiantes angustiados son cada vez más frecuentes⁸.

En este estudio, en líneas generales, los niveles de ansiedad total encontrados en los jóvenes universitarios fue predominantemente bajo y no hubo diferencias significativas entre los niveles de ansiedad entre hombres y mujeres. Esto

difiere de lo planteado por Quesada²⁵ en relación a que la ansiedad es el principal motivo de consulta de los universitarios colombianos.

Las correlaciones mostraron que existe una relación opuesta tanto en las preocupaciones sociales como ansiedad ante los exámenes y la estrategia *Buscar Diversiones Relajantes*, que estaría destinada a minimizar los efectos del estresor encarándolo de otra manera.

Por otro lado, se encontró un gran número de correlaciones entre subescalas de ansiedad y el estilo improductivo. Los resultados de este estudio mostraron que a medida que los adolescentes empleaban la estrategia *hacerse ilusiones*, aumentaba la *inquietud /hipersensibilidad*. Un estilo improductivo lleva a que el adolescente se descentre de la situación problema, pero no lo resuelve.

Las estrategias más utilizadas por los adolescentes del presente estudio fueron: *Buscar pertenencia*, *invertir en amigos íntimos*, *hacerse ilusiones* y *centrarse en resolver el problema*. Sin embargo, no se muestran grandes diferencias entre estilos y estrategias empleadas en función del género. La literatura plantea que con la edad se aumenta el repertorio de estrategias¹⁸. No obstante, los participantes de este estudio son todos adolescentes tardíos.

En este orden de ideas, Frydenberg¹² afirma que la adolescencia es una fase del desarrollo en el que se producen retos de especial importancia, en el que hay una transición de la infancia a la vida adulta, caracterizado por cambios fisiológicos y cognitivos. En esta etapa es necesario el logro de su propia identidad, conseguir la independencia de la familia, manteniendo al mismo tiempo la relación con sus pares (*Buscar Pertenencia*, *Invertir en amigos íntimos*). Todo ello explicaría según la autora el mayor empleo de estas estrategias a esta edad.

Adicionalmente se hipotetiza que la estrategia *centrarse en resolver el problema* se estaría empleando dadas las situaciones que demanda la vida universitaria y a su vez estaría explicando

los bajos niveles de ansiedad que se observaron en los estudiantes.

Finalmente, este estudio encuentra que la única estrategia en la que se encontró diferencia intra-género fue *esforzarse* y *tener éxito*, donde las mujeres mostraron una tendencia significativamente mayor. Esto daría cuenta que estas estarían buscando satisfacer sus necesidades y se enfrentarían a las situaciones de manera positiva. Esto resulta interesante y se explica por los retos a los que las mujeres desde tan corta edad debe enfrentarse y abrirse paso en roles que tradicionalmente se han asignado a los hombres. No se puede desconocer el papel de la cultura y el contexto a la hora de moldear roles según el género¹³. En este sentido, la movilización de esta estrategia resultará adecuada para el afrontamiento de soluciones problemáticas en el contexto universitario o en otros ámbitos de su vida personal.

DECLARACIÓN SOBRE CONFLICTOS DE INTERESES

Los autores declaran no tener conflicto de intereses.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. Casullo MM, Fernández-Liporace M. Estrategias de afrontamiento en estudiantes adolescentes. *Revista del Instituto de Investigaciones*. 2001; 6(1): 25-49.
2. González MLG, Hernández PM. Estrés y adolescencia: estrategias de afrontamiento y autorregulación en el contexto escolar. *Studium: Revista de humanidades*. 2009; (15): 327-344.
3. Figueroa MI, Contini N, Lacunza AB, Levín M, Estévez-Suedan A. Las estrategias de afrontamiento y su relación con el nivel de bienestar psicológico: Un estudio con adolescentes de nivel socioeconómico bajo de Tucumán (Argentina). *Anales de Psicología*. 2005; 21(1):66-72

4. Gómez-Campo VM, Celis-Giraldo JE. Crédito educativo, acciones afirmativas y equidad social en la educación superior en Colombia. *Revista de estudios sociales*. 2009; (33): 106-17
5. Frydenberg E, Lewis R. Adolescent coping: The different ways in which boys and girls cope. *Journal of adolescence*. 1991; 14(2): 119-33
6. Salotti P. Estudio sobre estrategias de afrontamiento y bienestar psicológico en una muestra de adolescentes de Buenos Aires. Buenos Aires: Universidad de Belgrano; 2006.
7. Casari L, Anglada J, Daher C. Estrategias de afrontamiento y ansiedad ante exámenes en estudiantes universitarios. *Revista de Psicología*. 2014; 32(2): 243-69
8. Lin HJ, Yusoff MSB. Psychological distress, sources of stress and coping strategy in high school students. *International Medical Journal*. 2013; 20(6): 672-676.
9. Vargas HS, Duitama ÁG, Camargo YS. Relación entre estilos de personalidad y estrategias de afrontamiento en estudiantes de psicología. *Médicas UIS*. 2014; 27(2): 15-27.
10. Alcoser A. Estrategias de Afrontamiento en adolescentes de 12 a 15 años con embarazos no planificados, usuarias del Centro de Atención Integral del Adolescente del Área 17 del Cantón Durán. [Tesis de maestría]. [Ecuador]: Universidad de Guayaquil; 2012. Recuperado a partir de: <http://repositorio.ug.edu.ec/bitstream/redug/6004/1/TESIS%20DE%20GRADO%20Alexandra.pdf>
11. Piemontesi S, Heredia D, Furlan L, Sánchez J, Martínez M. Ansiedad ante los exámenes y estilos de afrontamiento ante el estrés académico en estudiantes universitarios. *Anales de Psicología*. 2012; 28(1):89-96.
12. Frydenberg E. Adolescent coping: Theoretical and research perspectives. Londres: Psychology Press; 1997.
13. Fajardo Espinoza MC. El uso de estrategias de afrontamiento como factor resiliente favorece a la resolución de problemas ante la violencia entre pares en ambientes educativos por adolescentes. [Tesis de maestría]. [México]: Universidad Cuauhtemoc; 2015. Disponible en: http://servicios.ucuauhtemoc.edu.mx/biblioteca/tesis/tesis_mcepc/EL%20USO%20DE%20ESTRATEGIAS%20DE%20AFRONTAMIENTO%20COMO%20FACTOR%20RESILIENTE%20FAVORECE%20A%20LA%20RESOLUCION%20DE%20PROBLEMAS%20ANTE%20LA%20VIOLENCIA%20ENTRE%20PARES%20EN%20AMBIENTES%20EDUCATIVOS.pdf
14. Martínez P, Morote R. El bienestar psicológico en adolescentes escolares de Lima Metropolitana. *MM Casullo (comp.)*. Evaluación del bienestar psicológico en Ibero América. 2002; 55-64.
15. Frydenberg E, Lewis R. ACS: Escalas de Afrontamiento para Adolescentes: Manual. España: TEA Ediciones; 1996.
16. Hampel P, Petermann F. Age and gender effects on coping in children and adolescents. *Journal of Youth and Adolescence*. 2005; 34(2):73-83
17. Sinha BK, Willson LR, Watson DC. Stress and coping among students in India and Canada. *Canadian Journal of Behavioural Science/Revue canadienne des sciences du comportement*. 2000; 32(4): 218-25.
18. Correché MS, Fiorentino MT, Fantin MB. Estilos de personalidad y estrategias de afrontamiento en adolescentes de una escuela privada de la ciudad de San

Luis. Fundamentos en humanidades. 2005; (11): 159-76.

19. Frydenberg E, Lewis R. Things don't get better just because you're older: A case for facilitating reflection. *British Journal of Educational Psychology*. 1999; 69(1): 81-94
20. González-Barrón R, Montoya-Castilla I, Casullo MM, Bernabeu-Verdú J. Relación entre estilos y estrategias de afrontamiento y bienestar psicológico en adolescentes. *Psicothema*. 2002; 14(2): 363-8.
21. Hernández-Sampieri R, Fernández-Collado C, Baptista-Lucio P. Metodología de la investigación. 5ta ed. Mexico D.F: Mcgraw-Hill; 2010.
22. Reynolds CR, Richmond BO, Lowe PA. Escala de Ansiedad Manifiesta en Adultos -AMAS. México: Editorial El Manual Moderno; 2007.
23. Vega-Villa D, Camargo-Santodomingo A, Cabas-Hoyos K. Application of an affective-type therapeutic program in cases of patients diagnosed with schizophrenia: A pilot study. *European Psychiatry*. 2018; 48(1):S523.
24. Espina M, Calvete E. Estilos de afrontamiento y generación de estrés interpersonal en adolescentes. *Revista de Psicopatología y Psicología Clínica*. 2017; 22(1): 21-32.
25. Quesada S. Estudio sobre los motivos de consulta psicológica en una población universitaria. *Universitas Psychologica*. 2004; 1(3): 7-16.