

**ESTRÉS PERCIBIDO Y AFRONTAMIENTO DE INMIGRANTES VENEZOLANOS EN
EL CENTRO DE MIGRACIONES DE LA DIÓCESIS DE CÚCUTA MISIONEROS
SCALABRINIANOS**

**CINDY JULIETH LOPEZ RODRIGUEZ
GLADYS ESPERANZA ANTELIZ
YOMEIDA ALEJANDRA FAJARDO**

INVESTIGACION EN CIENCIAS SOCIALES Y HUMANAS II

Profesor:

NIDIA JOHANA BONILLA CRUZ



**UNIVERSIDAD SIMON BOLIVAR SEDE CUCUTA
PROGRAMA PSICOLOGIA
GRUPO 7 T01
SAN JOSE DE CUCUTA 2019-1**

**ESTRÉS PERCIBIDO Y AFRONTAMIENTO DE INMIGRANTES VENEZOLANOS EN
EL CENTRO DE MIGRACIONES DE LA DIÓCESIS DE CÚCUTA MISIONEROS
SCALABRINIANOS**

INVESTIGACION EN CIENCIAS SOCIALES Y HUMANAS II

Profesor:

NIDIA JOHANA BONILLA CRUZ



UNIVERSIDAD SIMON BOLIVAR SEDE CUCUTA

PROGRAMA PSICOLOGIA

GRUPO 7T01

SAN JOSE DE CUCUTA 2019-1

CONTENIDO

TITULO	4
INTRODUCCIÓN	5
1. PROBLEMA	7
1.1 Planteamiento del problema	7
1.2 Delimitación	12
1.2.1 Delimitación espacial	12
1.2.2 Delimitación conceptual	13
1.2.3 Delimitación temporal	19
1.3 Justificación	20
1.4 Formulación del problema	24
1.5 Objetivos	24
1.5.1 Objetivo General	24
1.5.2 Objetivos específicos	24
2. MARCO REFERENCIAL	25
2.1 Antecedentes	25
2.2 Marco Teórico	76
2.3 Marco Conceptual	91
2.4 Marco contextual	94
2.5 Marco legal	96
3. METODOLOGÍA	102
4. Bibliografía	104

TITULO

**ESTRÉS PERCIBIDO Y AFRONTAMIENTO DE INMIGRANTES VENEZOLANOS EN
EL CENTRO DE MIGRACIONES DE LA DIÓCESIS DE CÚCUTA MISIONEROS
SCALABRINIANOS**

Resumen

La presente investigación busco analizar la relación de estrés percibido y afrontamiento por parte de los inmigrantes venezolanos en el centro de migraciones de la Diócesis de Cúcuta misioneros Scalabrinianos, por medio de la identificación del nivel de estrés percibido y afrontamiento de la población, determinandolas estrategias de afrontamiento en el nivel de estrés percibido de la población y estableciendo la relación el nivel de estrés percibido y afrontamiento. **Tipo de investigación:** este es un estudio cuantitativo basado en un diseño no experimental, descriptivo y correlacional. **Instrumentos:** se utilizó la Escala de estrés percibido (EEP) y el Inventario de estimación de afrontamiento, y los datos recolectados se almacenaron en una base de datos de Excel; para el análisis estadístico se utilizó el programa IBM SPSS Statistics 2.1, los resultados obtenidos muestran que existe una correlación significativa al nivel de $-0,01$, indicando que entre menor sea el afrontamiento activo de la persona mayor estrés percibido se presenta, los datos nos arrojaron más correlaciones en las otras sub escalas, en relación a los objetivos específicos se encontró que los niveles de estrés de la población se encuentran en un nivel medio; y las estrategias de afrontamiento presentan un nivel bajo en redes de apoyo. **Discusión:** un aporte de información singular en relación al estrés percibido y las estrategias de afrontamiento desplegadas ante las situaciones, se comprueba que aunque existe un nivel medio de estrés estos indican no presentan una relación directa con las estrategias de afrontamiento que están siendo utilizadas por los inmigrantes, si bien la literatura sugiere que el proceso migratorio es un fenómeno que genera en las personas cambios que son significativos en diversos aspectos en los que se ven implicados diversas esferas de la vida, de esta manera las acciones son un resultado del desarraigo y el estrés asociado con el momento de partir, el encuentro con la nueva cultura y estilo de vida al que se deben enfrentar.

Palabras claves: estrés percibido, estrategias de afrontamiento, inmigrantes venezolanos, fenómeno, estrés medio

Summary

This research sought to analyze the relationship of perceived stress and coping by Venezuelan immigrants in the migration center of the Diocese of Cúcuta missionaries Scalabrinian, through the identification of the level of perceived stress and coping of the population, determining the strategies of coping in the level of perceived stress of the population and establishing the relationship the level of perceived stress and coping. Type of research: this is a quantitative study based on a non-experimental, descriptive and correlational design. **Instruments:** the Perceived Stress Scale (EEP) and the Coping Estimation Inventory were used, and the collected data were stored in an Excel database; For the statistical analysis the IBM SPSS Statistics 2.1 program was used, the results obtained show that there is a significant correlation at the level of -0.01 , indicating that the lower the active coping of the person, the greater the perceived stress is presented, the data shows us they showed more correlations in the other sub-scales, in relation to the specific objectives it was found that the population's stress levels are at a medium level; and coping strategies have a low level of support networks. **Discussion:** a unique contribution of information in relation to perceived stress and coping strategies deployed in situations, it is found that although there is a medium level of stress these indexes do not present a direct relationship with the coping strategies that are being used by immigrants, although the literature suggests that the migratory process is a phenomenon that generates changes in people that are significant in various aspects in which different spheres of life are involved, in this way actions are a result of uprooting and stress associated with the moment of departure, the encounter with the new culture and lifestyle that they must face.

Keywords: perceived stress, coping strategies, Venezuelan immigrants, phenomenon, medium stress

Introducción

La competencia del estado colombiano en la prestación del servicio de salud como derecho fundamental al extranjero venezolano en Cúcuta Norte de Santander. La salud, como derecho humano fundamental, goza de protección internacional y especial amparo constitucional en Colombia. Ante la dificultad humanitaria de Venezuela, especialmente en las zonas fronterizas de La Guajira y Norte de Santander, se presentan con gran afluencia hechos de impacto social por la migración de ciudadanos venezolanos, sobre la gradual demanda de servicios de salud, el Estado colombiano en respuesta a esta crisis, ha adoptado acciones y planes de contingencia para esos puntos críticos que exigen una actuación estatal eficaz para garantizar la estabilidad social y de salud pública.

Es así como el gobierno colombiano se obliga a reconocer la protección en el país de todos los habitantes en cumplimiento de la normatividad interna y los convenios internacionales en materia de derecho a la salud y derechos humanos enfocados en la atención, prevención y promoción. Esta atención además de prioritaria debe ser oportuna y garante, de manera paralela e igualitaria para el nacional colombiano frente al ciudadano extranjero venezolano. La crisis de la salud en el país ha evidenciado la falta de recursos para este sector, con ausencia de personal calificado, medicamentos de alcance, por mencionar algunos.

En esta huida, los venezolanos que ingresan al país, atraviesan la frontera repletos de miedos, inseguridades, derrotas por la situación económica, política y social que atraviesa el vecino país, pero con la fé intacta y sueños que forjan su deseo de buscar mejores condiciones de vida. El estrés visto desde la psicología permite evidenciar los cambios de humor, sentimientos, emociones a los que se ve inmerso en ciudadano con calidad de inmigrante, es por eso la importancia de

evaluar y observar de cerca los episodios, síntomas y proceso de estrés y afrontamiento en esta población.

Entorno a toda esta problemática relacionada con el estado y estabilidad mental y emocional de los habitantes inmigrantes dentro del territorio nacional, en el presente caso, venezolanos en Colombia, resulta estar ligado de manera ineludible con la salud y el derecho que obliga a velar y garantizar la misma a los ciudadanos inmigrantes. En este tránsito masivo de migrantes venezolanos, con casos y situaciones de los mismos difieren en tanto a su situación legal al ingreso.

Respecto al funcionamiento de sistema de salud en el país frente a los venezolanos con cédulas de migrante y documentos en regla para su posible afiliación al sistema pensional, se debate el tema en razón a la seguridad social y de salud de los mismos. Con respecto a este tema, el Gerente General de Corredores de Seguros Colombianos, Enrique Acevedo Schwabe refiere que esta es una forma de ofrecer calidad de vida a los inmigrantes que llegan a Colombia no sólo a trabajar, sino a crear empresa y generar empleos. Los extranjeros que escojan irse por una pensión voluntaria, pueden acceder a reducciones en impuestos de renta y de retención en la fuente, ampliando la posibilidad de obtener mejores rendimientos.

En consecuencia, es necesario vigilar e inspeccionar de cerca las condiciones de vida que actualmente tienen los migrantes venezolanos, con esto siendo útil y requerirle el hecho de que cuando las personas cruzan la línea limítrofe, sean censados y trasladados de manera inmediata a los sitios de albergue en donde se les dará la atención básica necesaria para su estadía sea está de paso o definitiva, de acuerdo a su situación legal, sin dejar a un lado el estudio emocional, psicológico y como se manifiesta el estrés y a su vez el afrontamiento que se le da al mismo.

Planteamiento del problema

La palabra migración tiene diferentes usos y aplicaciones dependiendo de las áreas y temas de estudio, lo que implica necesariamente tratar de encontrar diferentes aproximaciones, análisis y escenarios que nos permitan comprender adecuadamente el concepto. A partir de esta aclaración, se debe mencionar que, las migraciones son una condición que se genera a través de una necesidad de tipo biológico, natural, económico, social, etc., de encontrar lugares, entornos, ambientes y sistemas que puedan suplir esas necesidades originales. Por tal motivo, vemos constantemente cómo la gran mayoría de los seres vivos, desde los animales y plantas hasta los seres humanos, buscan acomodarse en lugares favorables y propicios a su propia condición. (Echeverry, 2011)

Las migraciones afectan tanto los territorios de origen que pierden población como a los territorios de destino, que la gana. Este trasiego poblacional se deja sentir en diferentes aspectos sociales y económicos de ambos territorios. Un estudio realizado sobre la población migrante en Cúcuta arroja los siguientes resultados: 56% de los encuestados eran hombres, y 44% mujeres, abordados en el periodo del 9 de abril al 6 de mayo de 2018. El 90.6% de los emigrantes hombres trabajaba en Venezuela, antes de salir del país. En la misma condición estaba el 83% de las mujeres, es decir, el estar desocupado no fue causa para emigrar; el 73.6% de los inmigrantes encuestados tienen entre 20 y 39 años. (Opinion, 2018)

Según los expertos, esto representa una dificultad para Venezuela, que se quedará sin fuerza de trabajo y con una población envejecida que supera los 70 años, mientras que para los países receptores debe entenderse como fortaleza productiva; el 43.8% de los emigrantes lleva consigo el título que avala su profesión, u oficio y finalmente el 59.2% de los emigrantes tiene título venezolano, estando más preparadas académicamente las mujeres venezolanas en comparación a los hombres que emigraron. (Opinion, 2018)

La población emigrante suele ser joven, en edad de trabajar y procrear, por lo que los destinos se rejuvenecen, mientras que el origen envejece al quedar los efectivos poblacionales más mayores, que ya no procrean. Así pues, en los destinos aumenta la natalidad y disminuye la mortalidad, al contrario que en el origen. No obstante, para nuestro caso, es vital mencionar que mucha de esa migración venezolana también se da por anteriores migrantes colombianos establecidos en el país bolivariano hace muchos años. Estamos hablando entonces de migraciones de segunda y tercera generación, que pueden tener ascendencia colombiana, pocas estadísticas al respecto existen hasta el momento sobre este escenario.

Un efecto más es el crecimiento desmesurado de las ciudades que acogen a la población emigrantes del medio rural, en las ciudades se observan todos los efectos descritos en este apartado al ser destino de las migraciones interiores por ende este aumento de la población reduce entonces las oportunidades laborales. Otro aspecto es falta de integración de los emigrantes en el destino, debido a diferencias culturales muy grandes, como el idioma, la religión, etc. Desarraigo de los emigrantes de los lugares de origen, debido, por una parte, a la falta de contacto habitual, y por otra, a un intento de integración excesivo que le hace perder sus señas de identidad, en las sociedades de acogida suelen surgir sentimientos de rechazo hacia el emigrante, bien solo porque es forastero (xenofobia u odio a lo extranjero) o bien por sus características físicas diferentes (racismo). Casos referentes a estos temas han sido ampliamente documentados.

Entre algunos de los modelos teóricos para explicar los movimientos migratorios, se destaca el modelo de atracción/rechazo de J. O'Kane (1992), quien afirma que existen dos elementos básicos entre las razones de los movimientos migratorios. Un factor de expulsión, una falta de satisfacción con la vida presente, y un factor de atracción o presentimiento de una vida mejor en otro lugar. Por lo tanto, es necesario establecer una diferencia entre las decisiones propias del lugar de origen y las que le son inherentes a la zona de destino. (Echeverry, 2011)

En Venezuela existe mucha desigualdad de oportunidades, se valora cada vez menos al trabajador calificado y es muy difícil cubrir las necesidades básicas, como la vivienda, la educación y la atención médica, así como también existe una alta preocupación por la situación política del país y sobre todo [por] la inseguridad personal. Esto también, por razones culturales, ya que el venezolano ha sufrido una pérdida total de la identidad nacional, que considero tampoco nunca ha tenido muy arraigada. De otra parte y que afecta la salud mental de los emigrantes venezolanos es Aprender a manejar la ruptura de relaciones familiares, desprenderse de su territorio y buscar que sean reconocidos sus derechos, son el panorama al que se exponen emigrantes venezolanas, situaciones que necesitan de políticas de acompañamiento para que su salud mental no se afecte. (Hernández, 2011)

La migración es causa y consecuencia de la inseguridad humana, de carencias económicas, sociales, de persecución política, de poder político y de restricciones a los derechos humanos concernientes con la salud de la población migrante y riesgos a la salud particular, familiar y colectiva en los territorios de acogida. La necesidad económica, alimentaria, los riesgos ambientales, la violencia, la persecución política y religiosa y la discriminación étnica son condiciones que generan corrientes masivas de migración. Colombia, especialmente las acciones de salud en lo que al sector se refiere, se basa en lo establecido en la septuagésima Asamblea General de la Organización Mundial de la Salud y la 68 sesión del Comité Regional de OMS para Las Américas reiterado en la Declaración de Nueva York para los Migrantes y los Refugiados. (Urrutia, 2012)

Un segundo tipo de barrera es de carácter cultural. En especial, en el campo de la salud mental se ha puesto énfasis en las diferencias culturales con que se expresan los trastornos mentales y la forma en que esto afecta el logro de un diagnóstico correcto y un tratamiento adecuado.

(Posada, 2013) Los trabajadores de la salud requieren entrenamiento especial para la atención de problemas de salud en poblaciones de inmigrantes, y en especial en el campo de la salud mental.

El éxodo no cesa, y cada vez existe más exposición a todo tipo de virus y enfermedades contagiosas que no discriminan edad, raza o nacionalidad en el caso de los migrantes venezolanos. Estos en medio de estas condiciones precarias, buscan atención en los centros dispuestos para la salud con patologías preexistentes reclamando su derecho fundamental a la salud, interponiendo tutelas, haciendo reclamaciones escritas, esto como herramientas que adoptan los ciudadanos venezolanos en nuestro país para acceder a los beneficios que una vez tuvieron en su estado y que esperan recibir en el nuestro.

Entorno a la realidad de los migrantes en Colombia, los municipios realizan convenios administrativos con las ESE (empresas sociales del estado) para que se garantice el servicio de salud a los venezolanos a través de la atención de Población Pobre No Asegurada PPNA. Este tratamiento es una herramienta de apoyo por parte de las entidades territoriales para el aseguramiento en salud de los migrantes, a falta de regulación en la materia, es decir, es obligatorio un esfuerzo del estado por normativizar la atención en salud de los ciudadanos venezolanos que hoy se atienden con recursos de salud de las entidades territoriales, pero bajo una figura jurídica que no lo permite.

El derecho a la salud de los habitantes del territorio nacional y la obligación del Estado de extender la protección en salud, también, los derechos de los extranjeros en materia de salud y su deber de cumplir el ordenamiento jurídico, el derecho de los migrantes conforme al derecho internacional y las obligaciones mínimas que tiene Colombia respecto de este, son solo una parte de lo que reclaman hoy en día estos ciudadanos venezolanos en razón de vivir dignamente con garantía y respeto por sus derechos. En este tránsito masivo de migrantes venezolanos, con casos y situaciones de los mismos difieren en tanto a su situación legal al ingreso. Los extranjeros que

llegan a Colombia por motivos laborales, se les hace exigible a la hora de aplicar a una oferta laboral y conseguir esta misma, el tema de la cotización para su seguridad pensional en el futuro, es claro que la ley no obliga a que coticen, aunque algunas Administradoras de Fondo de Pensiones (AFP) refieran lo contrario.

DELIMITACIÓN

Delimitación espacial

Esta investigación se llevará a cabo en el centro de migraciones Scalabrinianos. Este centro de acogida para población migrante en la ciudad de Cúcuta, es un centro ubicado en el barrio camilo daza el cual tiene como precursor a Juan Bautista Scalabrini (1839- 1905 Italia) el cual era el tercero de ocho hijos de una familia muy religiosa, de clase media. Estudió en el instituto “Volta de Còmo”. Ingreso en el seminario diocesano, donde realizó sus estudios de filosofía y teología. Recibió la ordenación sacerdotal el 30 de mayo de 1863. Durante sus primeros años de sacerdocio fue profesor u luego rector del seminario comasco de San Abundio; en 1870 fue nombrado párroco de San Bartolomé.

Fue nombrado obispo de Piacenza por el Papa Pio IX, recibió la consagración episcopal el 30 de enero de 1876. Desarrollo una actividad pastoral y social muy amplia: visitó cinco veces las 365 parroquias de la diócesis, a la mitad de las cuales sólo podía llegar a caballo o a pie; celebró tres sínodos, uno de ellos dedicado al culto eucarístico, difundiendo entre todos los fieles la comunión frecuente y la adoración perpetua; reorganizó los seminarios y reformó los estudios eclesiásticos, anticipando la reforma tomista de León XIII; consagró doscientas iglesias, fue incansable en la administración de los sacramentos y en la predicación; impulso al pueblo a profesar un amor activo a la iglesia y al Papa, fomentando la verdad, la unidad y la caridad.

Ejerció de forma osada la caridad asistiendo a enfermos del cólera, visitando a los enfermos y a los encarcelados, socorriendo a los pobres y a las familias en desgracia, y siendo generoso en el perdón. Salvó del hambre a miles de campesinos y obreros, despojándolos de todo, vendiendo sus caballos, así como el cáliz y la cruz pectoral que le regaló el Papa Pío IX. Entre sus logros, fundo un instituto para sordomudas, sociedades de mutua ayuda, asociaciones obreras, cajas

rurales, cooperativas y otras formas de Acción católica. Pío IX lo definió “apóstol del catecismo”, porque hizo posible para que lo enseñaran en todas las parroquias bajo forma de escuela, incluso para los adultos. Ideó y presidió el primer Congreso catequístico nacional de 1889 y fundó el primer periódico catequístico italiano. (migrantes, 2018)

Frente a la problemática y desarrollo en su época de la emigración italiana, se hizo apóstol de millones de italianos, que vivían en otros países, a menudo en condiciones de semi- esclavitud y corrían el peligro de abandonar su fe o la práctica religiosa. El 28 de noviembre de 1887, fundó la Congregación de los Misioneros de San Carlos (Scalabrinianos), aprobada por León XIII, para proporcionar asistencia religiosa, moral, social y legal a los emigrantes. Impulsó a santa Francisca Cabrini, la madre de los emigrantes, a partir rumbo a América en 1889 para encargarse de los niños, los huérfanos y los enfermos italianos. Él mismo fundó, el 25 de octubre de 1895, la Congregación de las Hermanas Misioneras de San Carlos (Scalabrinianos). De sus enseñanzas nacieron en 1961 las Misioneras Seglares Scalabrinianas.

Su intensa actividad episcopal tenía su origen e inspiración profunda en una fe ilimitada en Jesucristo. Su programa era: “Hacerme todo a todos para ganarlos a todos para Cristo”. Estaba profundamente enamorado de la Eucaristía: pasaba horas en adoración delante del Santísimo; durante la jornada la hacía muchas visitas y hasta quiso ser sepultado con todo lo necesario para la celebración de la santa misa al lado del altar del Santísimo.

Delimitación conceptual

En el desarrollo de este documento son muchos los conceptos a referenciar y concretar para una mayor comprensión de los futuros lectores y como clarificación de los conocimientos obtenidos hasta ahora, además de conceptualizar nuevos enfoques relacionados con la psicología y lo que a ansiedad y estrés se refiere. Entre estos se exponen los siguientes:

Ambiente: Los psicólogos sociales han concebido el medio ambiente como un objeto social (entiéndase objeto de debate y de conflicto social), lo que lo convierte en un objeto de su interés (Rouquette, 2006 en Weiss y Marchand, 2006) Agregaríamos que lo ambiental le da a la experiencia humana, social por naturaleza, no sólo el continente para que pueda "ser", sino, además, su contenido y significado. En este sentido proponemos hablar de una psicología social ambiental, que se define como una disciplina científica que estudia las interrelaciones entre las personas (individuos o grupos) y su entorno físico y social, con referencia a las dimensiones espacial y temporal de dicha relación (Moser, 2009). (NAVARRO CARRASCAL, 2013)

Ansiedad: manifestación esencialmente afectiva. Se trata de una vivencia, de un estado subjetivo o de una experiencia interior, que podemos calificar de emoción. Según Freud (1856) surge a raíz de un conflicto mental. Freud percibió desde muy temprano es que si había una condición que afectaba en exceso al ser humano, era la ansiedad, y por ello definió que existen 3 tipos de ansiedad; La ansiedad realista, la cual surge como reacción a un hecho concreto, objetivo y ante todo real; La ansiedad neurótica o secundaria surge a partir de la anticipación de hechos o circunstancias, donde reaccionamos ante hechos, pensamientos e ideas que solo tienen realidad en nuestra mente, pero no fuera de ella, no en nuestro entorno y por último la ansiedad moral que no es otra cosas que, esa angustia, esa ansiedad proviene según el psicoanálisis del influjo del superyó. Es ese mundo social interno que todos tenemos donde se orquestan nuestros “debería”, nuestros “mandatos inconscientes” y ese miedo o vergüenza al fracaso o incluso al castigo en cualquiera de sus formas (desprestigio, desamor, despidos, soledad...). (gonzalez, 2018)

Afecciones emocionales: Son varios los conceptos que se refieren a las afecciones o trastornos emocionales, entre ellos: inhabilidad de aprender que no puede explicarse por factores intelectuales, sensoriales o de la salud, una inhabilidad de formar o mantener relaciones interpersonales satisfactorias con sus pares y maestros, conducta o sentimientos inapropiados bajo

circunstancias normales, un humor general de tristeza o depresión o una tendencia a desarrollar síntomas físicos o temores asociados con problemas personales o escolares. (Resources, 2014)

Alternativas o técnicas terapéuticas: La psicoterapia se puede definir como el tratamiento de naturaleza psicológica de los trastornos emocionales, de conducta y de la personalidad, que implica la comunicación entre paciente y terapeuta y que emplea métodos con una fundamentación teórica. Todas las psicoterapias se basan en la relación entre terapeuta y paciente, así como en la utilización de procedimientos y técnicas específicas. Las psicoterapias pueden ofrecerse en diferentes formatos (individual, familiar, grupal) y pueden diferir en dimensiones específicas tales como la frecuencia de las sesiones y su grado de estructuración, la duración y los objetivos planteados. (Salud, 2018)

Autoestima: Según Abraham Maslow la autoestima se refiere a la necesidad de respeto y confianza en sí mismo. La necesidad de la autoestima es básica, todos tenemos el deseo de ser aceptados y valorados por los demás. Satisfacer esta necesidad de autoestima hace que las personas se vuelvan más seguras de sí mismas. El no poder tener reconocimiento por los propios logros, puede llevar a sentirse inferior o un fracasado. (Valencia, 2017)

Depresión: Según la organización mundial de la salud OMS, La depresión es un trastorno mental frecuente, que se caracteriza por la presencia de tristeza, pérdida de interés o placer, sentimientos de culpa o falta de autoestima, trastornos del sueño o del apetito, sensación de cansancio y falta de concentración. La depresión puede llegar a hacerse crónica o recurrente y dificultar sensiblemente el desempeño en el trabajo o la escuela y la capacidad para afrontar la vida diaria. En su forma más grave, puede conducir al suicidio. Si es leve, se puede tratar sin necesidad de medicamentos, pero cuando tiene carácter moderado o grave se pueden necesitar medicamentos y psicoterapia profesional.

La depresión es un trastorno que se puede diagnosticar de forma fiable y que puede ser tratado por no especialistas en el ámbito de la atención primaria. (OMS, OMS | Depresión - World Health Organization, 2018)

Emoción: Teoría evolutiva de la emoción tiene su origen en las ideas de Charles Darwin, que afirmaba que las emociones evolucionaron porque eran adaptativas y permitían a los seres humanos sobrevivir y reproducirse. Por ejemplo, la emoción del miedo obligaba a las personas a luchar o evitar el peligro. Por tanto, de acuerdo con la teoría evolutiva de la emoción, nuestras emociones existen porque nos sirven para sobrevivir. Las emociones motivan a las personas a responder de forma rápida ante un estímulo del ambiente, lo que aumenta las probabilidades de supervivencia. Además, entender las emociones de otras personas o animales también juega un rol crucial en la seguridad y la supervivencia. (Corbin, 2018)

Entorno: que por lo general hace referencia al componente físico y material de la existencia y la relación que las personas establecen con él. Está determinado por las condiciones sociales, las normas, los valores, las creencias e, incluso, las prácticas, que van a afectar no solamente ese entorno, sino al sujeto y al grupo que lo significa para apropiárselo y usarlo. (NAVARRO CARRASCAL, 2013)

Estrés: se describe con frecuencia como una sensación de agobio, preocupación y agotamiento. El estrés puede afectar a personas de cualquier edad, género y circunstancias personales y puede dar lugar a problemas de salud tanto física como psicológica. instrumento con que se va a medir es cuestionario para la evaluación del estrés de la batería de riesgos psicosociales. Son muchas las menciones que hoy en día se hacen a este término y a sus consecuencias sobre la conducta del individuo, e igualmente son muchos los autores que lo definen y lo intentan cuantificar. Kertesz, Kerman (1982, p.32) cita a Hans Selye (1978), reconocido mundialmente por haber sido el principal científico que definió el concepto de estrés “El estrés es la respuesta

inespecífica del organismo ante cualquier exigencia, sea provocada por condiciones agradables o desagradables: el chirrido de una frenada al cruzar distraídos en la calle, acelera nuestro pulso tanto como un encuentro imprevisto con alguien muy querido. Cía, Alfredo (2002, p.37), la palabra estrés es la traducción española del término original inglés “stress” que significa constricción, fuerza impulsadora o esfuerzo y demanda de energía. Este idioma lo ha tomado del latín “strictiare”, que significa estrechar o constreñir.

El concepto de Estrés se remonta a la década de 1930, cuando un joven austriaco de 20 años de edad, estudiante de segundo año de la carrera de medicina en la Universidad de Praga, Hans Selye, hijo del cirujano austriaco Hugo Selye, observó que todos los enfermos a quienes estudiaba, indistintamente de la enfermedad propia, presentaban síntomas comunes y generales: cansancio, pérdida del apetito, baja de peso, astenia, etc. Esto llamó mucho la atención a Selye, quien le denominó el “Síndrome de estar Enfermo”. (Roque, 2018)

Estrés crónico: según la Asociación Americana de Psicología (APA) el estrés crónico puede ser el resultado de estresores cotidianos que no se atienden o no se manejan adecuadamente, así como de eventos traumáticos. Las consecuencias del estrés crónico son graves, particularmente porque éste contribuye a la ansiedad y la depresión. Las personas que tienen depresión y ansiedad tienen un riesgo dos veces mayor de tener enfermedades cardíacas que las personas que no tienen estas afecciones. Además, las investigaciones han demostrado que hay una relación entre el estrés crónico o agudo y el abuso de sustancias adictivas. ((APA), 2018)

El exceso de estrés puede causar, además, graves daños emocionales. La gente puede superar bien episodios leves de estrés sirviéndose de las defensas naturales del cuerpo para adaptarse a los cambios. Pero el estrés crónico excesivo, es decir, aquél que es constante y persiste por un largo período de tiempo, puede ser extenuante tanto en lo físico como en lo psicológico.

Nivel de afrontamiento evitativo: son las estrategias cognitivas o comportamentales que permiten escapar o evitar el problema. (carmen solis manrique, 2006)

Negación: La negación consiste en la invalidación de una parte de información desagradable o no deseada y en vivir la propia vida como si aquella no existiera. Es un mecanismo de defensa que los psicoanalistas relacionan fundamentalmente con la depresión, pero es apreciable en otras patologías, la ansiedad entre ellas, y aún en la vida cotidiana. La persistente negativa a verse influido por las evidencias de la realidad también es un indicativo de que el mecanismo de la negación está funcionando. La negación en el contexto de la enfermedad no se considera efectiva, ya que el individuo deja de desarrollar un afrontamiento apropiado (p.e. buscar atención necesaria). (Baeza Villarroel, 2018)

Regresión: Según Sigmund Freud, considerado el fundador del psicoanálisis, la regresión es un mecanismo de defensa que consiste en el retroceso del yo a un estadio anterior del desarrollo. Este proceso se daría en respuesta a pensamientos o impulsos inaceptables que la persona no puede afrontar de modo adaptativo, y podría ser transitorio o crónico. Freud afirmó que, a lo largo del desarrollo psicosexual, las personas jóvenes corren el riesgo de quedar psicológicamente ancladas en uno de los estadios, sin lograr avanzar de forma completa a través de los posteriores. Esto se conoce como “fijación”, y cuanto más intensa sea mayor será también el riesgo de reaccionar al estrés psicosocial con una regresión. (Figueroba, 2018)

Salud mental: La salud mental se define como un estado de bienestar en el cual el individuo es consciente de sus propias capacidades, puede afrontar las tensiones normales de la vida, puede trabajar de forma productiva y fructífera y es capaz de hacer una contribución a su comunidad. La dimensión positiva de la salud mental se destaca en la definición de salud que figura en la Constitución de la OMS: “La salud es un estado de completo bienestar físico, mental y social, y no solamente la ausencia de afecciones o enfermedades”. (OMS, salud mental, 2018)

Salud física: La Salud Física, debe entenderse como el óptimo funcionamiento fisiológico del organismo, ya que tiene que ver con nuestro cuerpo; con nuestro caparazón y vehículo el cual nos ha transportado desde el día que nacimos y lo hará hasta el día de nuestra muerte. Para asegurarnos de que sí vamos a llegar lo más lejos posible en la vida, tenemos que cuidar a nuestro cuerpo de la mejor manera. Dicha salud física, se logra con ejercicio o deporte, buena alimentación y con una buena salud mental. (cortez, 2018)

Vulnerabilidad: La vulnerabilidad es el resultado de la exposición a riesgos, aunado a la incapacidad para enfrentarlos y la inhabilidad para adaptarse activamente” (CEPAL-ECLAC, 2002, s/p) del mismo modo la vulnerabilidad es vista como la disposición interna a ser afectado por una amenaza. Si no existe vulnerabilidad no se produce la destrucción. Depende del grado de exposición, de la protección, de la reacción inmediata, de la recuperación básica y de la reconstrucción, todo esto según lo dispuesto por González 2015. (Gonzalez, 2015)

Delimitación temporal

La investigación tendrá una duración de 4 meses la cual se realizará el en segundo semestre del año 2019, con la participación del centro de migraciones Scalabrinianos.

JUSTIFICACIÓN

Esta investigación tiene como objetivo principal analizar la relación de estrés percibido y afrontamiento por parte de la población migratoria de Venezuela en ubicados en el centro de migraciones de la Diócesis de Cúcuta como base para resolver desde el campo de la psicología los problemas de salud mental que padece esta población. Otra razón que justifica la investigación es que la migración de los venezolanos es una situación reciente y poco estudiada, debido a una falta de información cuantitativa en los censos realizados en Venezuela, que puede ser subsanada, al menos de forma parcial, con la información existente en los censos practicados en los países de destino de la emergente migración venezolana.

Colombia al ser un destino potencial para inmigrar por la cercanía a Venezuela, es un ejemplo digno de estudiar. La importancia de la investigación radica entonces en el impacto social y de salud mental que está ocurriendo por el éxodo masivo de los venezolanos hacia Colombia y otros países del continente, en busca de mejores oportunidades de vida. La migración, como la mayoría de los acontecimientos de la vida, posee, junto a una serie de ventajas, de beneficios, un conjunto de dificultades de tensiones, de situaciones de esfuerzo. La migración tendría una parte problemática, un lado oscuro, al que se denomina estrés o duelo migratorio.

Salir del país a buscar nuevas oportunidades es hoy para muchos venezolanos un proceso que implica unos niveles de estrés tan intensos que llegan a superar la capacidad de adaptación de los seres humanos. Estas personas sufren el riesgo de padecer el síndrome del inmigrante con estrés crónico y múltiple, o síndrome de Ulises, la realidad es que nunca antes se había vivido un éxodo tan numeroso y que cada día resulta ser más grande, porque pese a los controles los venezolanos siguen atravesando las fronteras en busca de una mejor vida, y con el ánimo de laborar para ayudar a los que se quedan en Venezuela, soportando las atrocidades de una dictadura descarada.

Se puede ver una gran deshumanización al abordar el tema y que se evaden los temas como la salud mental, no se atienden los aspectos psicológicos como por ejemplo los sentimientos. Muchos llegan con niños tan pequeños y al encontrarse con otra realidad, la falta de atención gubernamental, pasan a mendigar y/o esperar las ayudas que no son precisamente gubernamentales, sino de aquellos que se solidarizan e instituciones sin ánimo de lucro que con esfuerzos logran mitigar algunas necesidades enfocadas especialmente al hambre. Es evidente que la exposición prolongada a situaciones de estrés afecta su personalidad, lo que conlleva una afectación al área depresiva, de la ansiedad que a su vez los lleva a tensión, insomnio, pensamientos recurrentes, e intrusivos e irritabilidad. Y en fin afectando otras áreas donde se empieza a cambiar de comportamientos que los llevan a cometer errores, por el afán de buscar suplir sus necesidades básicas.

Entonces existe una relación directa entre el grado de estrés que viven estos inmigrantes y la aparición de su sintomatología. “La persona padece unos duelos y, por otro lado, porque aparecen un conjunto de síntomas psíquicos y somáticos que caben en el área de la salud mental. Entendemos por estrés un desequilibrio sustancial entre las demandas ambientales percibidas y las capacidades de respuesta del sujeto, y por duelo, el proceso de reorganización de la personalidad que tiene lugar cuando se pierde algo significativo.

De otra parte, la ansiedad surge del hecho de que lo que sucede es más grande de lo que logramos manejar normalmente; sobrepasa nuestra capacidad de procesamiento y lleva a que nos sintamos abrumados, que no tenemos el control. Todos los factores suman y son importantes en este tipo de situaciones; el alimento resulta ser un factor determinante en el entendido de que es el que satisface una de las necesidades básicas del hombre, como el alimento. El venezolano que reside en Colombia o cruza fronteras, llegan por obligación esto con el fin de que sus familiares en Venezuela puedan tener un mejor estilo de vida, coman tres veces al día, gocen se agua potable, de

ropa, estudio y demás. Perú, Ecuador y Chile son uno de los destinos más buscados por los migrantes venezolanos en busca de un futuro mejor, según la ACNUR más millón y medio de personas dejaron sus casas ir tras sus sueños en el año 2017.

No siempre se trata de aventura cuando se empaca una maleta a un viaje de un destino poco seguro o incierto, en ocasiones estos viajes significan supervivencia, dejando el pasado para cambiar el futuro. Es así como las decisiones se materializan en hechos concretos, dejan de ser planes, para convertirse en una realidad, porque resulta más que necesario huir de un país cruel y opresor que no permite cumplir expectativas como personas, como profesionales. Las autoridades de Colombia están en el deber de atender a los migrantes venezolanos en concordancia con los derechos humanos; resulta así necesario que todos los países de Latinoamérica tomen medidas frente a la crisis migratoria, una de esas, son las promovidas por el Ministerio de Relaciones Exteriores en cabeza del director Nacional de Migración Colombia, con la creación de una base de datos conjunta que identifique a los venezolanos residentes en Colombia y así mismo permita coleccionar información, ayuda en la elaboración de políticas de salud, educación, seguridad y trabajo para atender el fenómeno migratorio dando aplicación a las tecnologías de la comunicación.

Son muchos los obstáculos presentes en el diario vivir de esta población para sobrellevar una vida digna. El desplazamiento forzado y las necesidades de protección generadas por nuevas formas de intimidación y crimen en el mundo, van de la mano con el rechazo, el cual a su vez promueve miedos que en el peor de los casos son usados, de la mano de personas con poder, como resultan ser los políticos, que se aprovechan del temor para justificar medidas inhumanas contra los migrantes, ejemplo el caso de Estados Unidos con los migrantes donde son vistos como amenazas, amenazas que se deben atacar reforzando seguridad, invirtiendo más dinero en la vigilancia de fronteras y centros de detención, en lugar de optar por medidas para la integración de los migrantes. Esto sin olvidar, que el país del tío Sam ha vetado el ingreso de personas de 7 países,

refutando dicha privación, en que son personas peligrosas y extremistas, generalizando y estigmatizando a los israelitas. Sumándose así el poco interés de los estados gobernantes frente a esta situación siendo poco aplicable lo creado para contener esta realidad.

Este tipo de travesías resultan ser cada vez más suicidas, en razón de la necesidad, urgencia y desasosiego de los migrantes. Al no existir garantías, el tema migratorio se convierte en combustible para los discursos nacionalistas y extremistas de estados unidos y Europa, desestabiliza tanto que influyen en otros países, excluyendo a las personas, haciéndolas invisibles, generando más pobreza, marginando a los migrantes; convirtiéndose en un gran reto el hecho de atender a población extranjera con disposición de manera humana y con más calidad.

La idea de fortalecer los niveles de afrontamiento a las personas migratorias, brindarles apoyos psicológicos como alternativa y así evitar que sean vulneradas tanto hombres, mujeres y niños por personas malintencionadas, es una solución a este problema. Así como el apoyo brindado a estas personas en el caso del cuidado de sus hijos para que no los tengan que exponer al trabajo infantil como consecuencia de la migración y así los niños puedan vivir su infancia si presentar afectaciones al medio que sus papas los están enfrentando.

Formulación del problema.

¿Cómo es la relación de estrés percibido y afrontamiento de inmigrantes venezolanos en el centro de migraciones de la Diócesis de Cúcuta misioneros Scalabrinianos?

OBJETIVOS

Objetivos General

Analizar la relación de estrés percibido y afrontamiento por parte de los inmigrantes venezolanos en el centro de migraciones de la Diócesis de Cúcuta misioneros Scalabrinianos.

Objetivos Específicos

Identificar el nivel de estrés percibido y afrontamiento de los inmigrantes venezolanos en el centro de migraciones de la diócesis de Cúcuta misioneros Scalabrinianos.

Determinar las estrategias de afrontamiento en el nivel de estrés percibido de los inmigrantes venezolanos en el centro de migraciones de la diócesis de Cúcuta misioneros Scalabrinianos.

Establecer la relación el nivel de estrés percibido y afrontamiento de los inmigrantes venezolanos en el centro de migraciones de la diócesis de Cúcuta misioneros Scalabrinianos.

MARCO REFERENCIAL

Antecedentes

El propósito de este estudio es realizar un estado del arte sobre estrés y ansiedad utilizando artículos publicados en las bases de datos de Scopus. Las palabras claves halladas en los artículos fueron estrés, estrategias, autoestima, ansiedad social, habilidades sociales. El instrumento de recolección de información fue una matriz de antecedentes la cual permitió sistematizar los datos de los artículos encontrados para el análisis de la investigación. En la búsqueda se encontró indicadores importantes donde permite ver la relación que tienen las estrategias de afrontamiento al estrés con cualquier tipo de situación en este caso la ansiedad social y las habilidades sociales.

“Se habla de estrés, cuando la estimulación es dañina, amenazante o ambigua. Se ha concebido, pues, el estrés como estímulo, aunque incluyendo su repercusión o impacto en el sujeto. Así lo entiende (Pelechano ,1991)”. Esto explica la estrategia de afrontamiento que puede tener un migrante venezolano teniendo el conocimiento de la situación en la que se está enfrentando y así pueda manejar un nivel de estrés y ansiedad normal en el diario vivir. “La ansiedad es una emoción frecuente, una señal de que determinada situación puede ser una amenaza, una forma patológica de conexión orientada por la ansiedad y por la emoción, que subvierten la razón y el autocontrol (Nichols & Schwartz, 2001; Carter & McGoldrick, 1995)”. Por consiguiente, es importante que reconozcan cuales son los sentimientos y emociones que demuestran los niveles de ansiedad y la relación con la vida social para así tener un mejor estilo de vida mental y saludable.

La relación que se encuentra en el estrés y la ansiedad en los migrantes venezolanos es el nivel de enfrentamiento a los sucesos vividos ya que puede presentarse en varios tipos de conductas: de tipo apropiado y relativa al desencadenante del estrés: es la respondiente, se compone

de la percepción de peligro, o alteración emocional, y la conducta adaptativa o reapreciación subjetiva del daño, amenaza de recursos con los que cuentan para enfrentar la situación del contexto, por último la conducta comportamental que surge el intento por realizar cambios por el ambiente. (Fierro 1997).

El afrontamiento se refiere a una respuesta adaptativa al estrés, el cual es un mediador en los eventos estresantes y emocionales. Investigaciones recientes demuestran que existen varios factores que pueden agravar el estrés, y puede convertirse en una situación agravante y amenazante que puede afectar la salud del migrante, entre ellos está la imposibilidad de anticipar o predecir una situación o evento, la falta de control al modificar una situación, la falta de medios para descargar la frustración, esto permite acumular sus impulsos y emociones que impiden estar con un nivel de ansiedad y estrés adecuado y manejable.

La ansiedad social general también entra en un papel importante ya que, por las diferentes interacciones sociales, la timidez al manejar diferentes tipos de conversación con desconocidos genera desconfianza y allí se produce un nivel de ansiedad y autoestima bajo, lo cual puede causar tipos de estrés según el caso. En conclusión, sobre el estudio del estrés y la ansiedad muestra que tienen relación a la investigación de migrantes venezolanos ya que se deben enfrentar a diferentes tipos de situaciones, económicas, sociales y psicológicas, las cuales muchos no tienen la información completa de cómo identificar o manejar adecuadamente este tipo de situación la cual están viviendo y que deben controlar y llevar adecuadamente para tener mejores resultados y una mejor calidad de vida familiar y social.

Ahora entonces, el fenómeno migratorio no solo ha debilitado y puesto en duda el debido funcionamiento de un gobierno, sino que, en la misma medida ha puesto en tela de juicio a la misma declaración universal de los Derechos humanos en el entendido de que la defensa de los derechos civiles y la autonomía de los estados que lo aplican, pues la mayoría de los gobiernos que han

firmado y se amparan en la declaración universal, se dan a la tarea de incorporar los artículos dentro de su Constitución, haciendo de estos derechos civiles para la protección de la comunidad migrante.

Antecedentes Internacionales.

Depresión, ansiedad y estrés en niños y niñas jornaleros agrícolas migrantes. José Ángel Vera Noriega, Psico, v. 40, n. 3, pp. 337-345, 2009, México.

En este trabajo el autor se enfocó en describir la sintomatología de la depresión, ansiedad y de estrés en un grupo de niños y de niñas migrantes a los campos agrícolas en el Estado de Sonora, México. El estudio se realizó con el fin de describir la sintomatología de la depresión, ansiedad y estrés en un grupo de niños y niñas migrantes, para tal fin se les aplicó 3 escalas psicológicas las cuales estuvieron orientadas y apoyadas por un psicólogo. Lo anterior arrojó como resultado que el sexo, la edad y el número de migraciones afectan los promedios de depresión, ansiedad y estrés sumado a una condición de riesgo, por último, se evidenció que la edad a la que se inició el proceso migratorio, el número de las mismas y el lugar de trabajo incrementan proporcionalmente los niveles de estrés y ansiedad, pero no tiene relación con los puntajes de depresión.

Se conceptualizó lo que se entiende por variantes de la migración temporal entre los que se encuentran la “oscilatoria” o “pendular” y la “golondrina”. Por otra parte, se abordó los estresores más comunes hallados en el contexto de la migración y su sintomatología. La investigación se realizó de manera cuantitativa y su diseño de investigación fue no experimental. La población estudiada fueron menores migrantes en edad escolar, mujeres y varones e itinerantes, así como asentados y migrantes de segunda generación, alfabetizados al español, con edades entre los 8 y 14 años, con un promedio de 10.6 años de edad; originarios su mayoría de estados del sureste de la República Mexicana.

Dentro de su marco de referencia se hace un análisis importante, el cual hace referencia al hecho de que algunos de los estresores más comúnmente hallados en el contexto de la migración se encuentran, la soledad, el fracaso del proyecto migratorio, la lucha por la subsistencia, el miedo a los peligros físicos, etc., siendo éstos la base psicosocial del síndrome antes mencionado. En cuanto a la sintomatología, esta es muy variada, y va desde síntomas depresivos como la tristeza, llanto, culpa e ideación suicida; síntomas ansiosos como el nerviosismo, las preocupaciones recurrentes y excesivas, irritabilidad, e insomnio. (Noriega, 2009)

Bajo un muestreo probalístico se llevó a cabo la muestra con 358 niños. Los instrumentos utilizados fueron la Escala de Ansiedad Manifiesta en Niños Revisada (CMAS-R) propuesta por C. Reynolds y B. Richmond, para evaluar la ansiedad de estos menores. El instrumento obtuvo una puntuación de .83 y un alfa de cronbach de 80. El Cuestionario de Depresión para Niños (CDS) diseñado por M. Lang y M. Tisher, para evaluar depresión; .96 y .74 (Test-Retest). 3. El Inventario de Estrés Infantil (IEI) elaborado por A. Ramírez y Z. Vega, para la evaluación del estrés.

La condición lingüística de los participantes no está relacionada con la ansiedad total, aun cuando no hay evidencia que sea una relación causal, además de señala que para este factor la única correlación en la que se encontró una diferencia significativa fue para la variable que media la condición lingüística. Se evidencio la existencia de una diferencia significativa entre migrantes y asentados en lo que a puntuaciones directas se refiere, presentando un valor “t” de 4.07 donde a mayor tiempo de asentamiento, menor estrés.

El aporte que esta investigación genera, reside en que tiene principalmente como objetivo el describir la sintomatología de la depresión, ansiedad y de estrés en un grupo de niños y de niñas migrantes, siendo esto un punto de partida relevante hacia lo que se pretende tomar en la investigación propia que es el determinar los niveles de estrés y ansiedad en la población migratoria

de Venezuela tomando como factor clave si dentro de la población a investigar hay niños y niñas y, por otra parte si los adultos que conforman la misma población han sujetos de migraciones en el pasado. Además de concluir que la situación del migrante pendular o golondrino para resolver favorablemente el duelo que las pérdidas migratorias suponen, al no terminar de establecerse en un solo lugar. Esta realidad es distinta para los migrantes permanentes, asentados en nuevas localidades geográficas, quienes viven un proceso lineal y no circular, facilitándoles la resolución saludable del duelo. (Noriega, 2009)

Características psicométricas de una Escala de Ocurrencia e Intensidad del Estrés Migratorio (OIAM) en población migrante mexicana a Estados Unidos, Jorge Luis Arellanez Hernández, María Emily Reiko Ito Sugiyama, & Isabel Reyes Lagunes Arellanez, J., & Reiko Ito, M., & Reyes, I. (2009).

En esta investigación se busca contar con un instrumento que evidencie la presencia de estrés en el proceso migratorio es que se diseñó la Escala de Ocurrencia e Intensidad del Estrés Migratorio, conformada por tres subescala: preparación para la partida, trayecto y llegada al lugar destino. El estudio se realizó con el fin de contar con un instrumento que evidencie la presencia de estrés en el proceso migratorio, por lo tanto, se diseñó la Escala de Ocurrencia e Intensidad del Estrés Migratorio, conformada por tres subescala: preparación para la partida, trayecto y llegada al lugar destino.

Tomando en cuenta que la migración hacia Estados Unidos ha ido cambiando desde 1990. Se abordó lo que ha sido o lo que ha constituido la migración desde épocas pasadas, revelando datos importantes acerca del flujo migratorio. Por otra parte, como esto puede influir en la salud mental. Aquí se lleva a cabo una investigación cuantitativa con un diseño de investigación No experimental. La población objeto de estudio: ciudadano mexicano, varón, mayor de 18 años, que

estuvieran por cruzar la frontera hacia Estados Unidos o que hubiesen sido repatriados por alguna autoridad del gobierno estadounidense y la muestra (Muestreo no probalístico) 605 varones.

Aquí se hace un estudio de lo que es la "Escala de Ocurrencia e Intensidad del Estrés Migratorio, conformada por tres subescala: preparación para la partida, trayecto y llegada al lugar destino. El instrumento arrojó que la confiabilidad de cada subescala y de la escala total arrojó coeficientes Alpha por encima de 0.9; en la validación se obtuvieron factores congruentes con lo teóricamente esperado, explicando una varianza por encima del 75% en cada subescala y en la escala total.

Como resultados del estudio se evidencio lo que se conoce como experiencia migratoria, detallando factores importantes como resultan ser las Entidades de procedencia siendo los lugares de origen de los migrantes encuestados fueron muy diversos, procedían de prácticamente toda la República Mexicana, del mismo modo los motivos de migración como intentos de cruce y expectativas de permanencia en Estados Unidos: aquí sobresalen los relacionados con la búsqueda de una mejora económica y la escasez de oportunidades, por otra parte asociados con familia o pareja y finalmente lo que referente a la experiencia migratoria de quienes ya han radicado en estados unidos, los cuales durante su estancia migratoria la mayoría se dedicó a trabajar (72.4%), y a estudiar y trabajar (5.4%); con porcentajes menores al 1.0% se mencionó realizar otro tipo de actividades, dedicarse sólo a estudiar o haber permanecido desempleado. Cabe señalar que 19.0% no contestó.

Como producto de la estancia en la unión americana, 27.8% dijo haber aprendido a comunicarse en inglés, el resto (71.2%) manifestó no haber aprendido a hablar dicho idioma. Asimismo, 13.9% señaló haber estudiado en ese país, mientras que el 86.1% no lo hizo. El aporte que esta investigación hace se basa en que recuenta como ha sido el proceso migratorio desde

épocas anteriores y, por otra parte, es el punto de partida a la creación de un instrumento que mida o presencie el estrés en el proceso mismo.

Relación entre las cinco grandes dimensiones de la personalidad y el afrontamiento en estudiantes preuniversitarios de Lima Metropolitana, Mónica de los Milagros Cassaretto Bardales; p.p 1-182; Lima-Perú; 2009.

El presente estudio tiene como objetivo general analizar las posibles relaciones entre la personalidad y el afrontamiento en estudiantes preuniversitarios. Se hace referencia al afrontamiento como un concepto que sirve para describir aquellas conductas del individuo cuando responde al estrés y su estudio permite identificar los elementos que intervienen en la relación dada entre situaciones de vida estresantes y síntomas de enfermedad. Así, se considera que este proceso de afrontamiento actúa como regulador de la perturbación emocional; si es efectivo no se presentará dicho malestar; en caso contrario, podría verse afectada la salud de forma negativa, aumentando así el riesgo de mortalidad y morbilidad. Además, el hecho de frente al afrontamiento han existido dos propuestas, la primera siendo un proceso dinámico y situacional y la segunda donde los rasgos de personalidad tienen vínculos importantes con ciertos estilos de afrontamiento, como también con ciertas estrategias. (Bardales, 2009)

Esta investigación es de tipo correlacional, transversal y con un diseño ex post facto, fue aplicada a 342 estudiantes, quienes se encontraban en el semestre de verano preparándose para postular a una universidad privada de Lima, sus edades oscilaban entre los 16 a 20 años (con una media de 17.36 y desviación estándar 0.93) y estuvo conformado por 161 mujeres (47.08%) y 181 hombres (52.92%). En este estudio se utilizaron los siguientes instrumentos: a) Ficha Sociodemográfica b) El inventario de Personalidad NEO Revisado: NEO PI-R (Costa y McCrae,

1992) y, c) El Inventario de Estimación del Afrontamiento: COPE (Carver, Scheier y Weintraub, 1989).

Los resultados arrojan mayores niveles de extraversión, seguido de conciencia y apertura en la muestra y menores niveles en neuroticismo. Respecto al afrontamiento, encontramos que el estilo centrado en el problema fue el utilizado en mayor frecuencia por los participantes, seguidos por el estilo centrado en la emoción, siendo los otros estilos de afrontamiento los menos usados. Las estrategias de mayor uso en la muestra son reinterpretación positiva y crecimiento, búsqueda de soporte social por motivos instrumentales y planificación y las estrategias menos usadas en la muestra fueron desentendimiento conductual, negación y acudir a la religión.

También encontramos algunas diferencias estadísticamente significativas en los individuos de acuerdo a las variables controladas. Las asociaciones halladas entre la personalidad y los estilos de afrontamiento fueron: la relación positiva entre el neuroticismo y los otros estilos de afrontamiento, entre extraversión y el estilo centrado en la emoción, entre conciencia y el estilo centrado en el problema y una relación negativa entre conciencia y el uso de los otros estilos. (Bardales, 2009)

En términos de las asociaciones entre rasgos de personalidad y estrategias de afrontamiento se encontró relaciones positivas entre neuroticismo y las estrategias desentendimiento conductual y desentendimiento mental; entre extraversión y las estrategias búsqueda de soporte social por motivos emocionales y reinterpretación positiva y crecimiento personal; entre apertura y el afrontamiento activo, planificación y reinterpretación, y entre conciencia con afrontamiento activo, planificación, supresión de actividades competentes, postergación, reinterpretación positiva y crecimiento. Las asociaciones negativas fueron entre neuroticismo y las estrategias de afrontamiento activo y, entre conciencia y desentendimiento conductual.

Estrés migratorio y sintomatología depresiva: Rol mediador del afrontamiento. Revista Mexicana de Psicología, 28 (2), 151-160. 2011, Barcelona.

El estudio se realizó con el fin de determinar el rol mediador de las estrategias de aproximación y de las de evitación entre estrés migratorio y depresión. Teniendo en cuenta que la migración genera niveles elevados de estrés que de no ser afrontados efectivamente pueden aumentar los síntomas depresivos. Se abordó cómo el proceso migratorio constituye un proceso de transición en los individuos y, a partir de esto, el surgimiento de estresores como punto de afectación en la salud mental.

Su investigación fue de tipo cuantitativa con un diseño de la investigación transversal y población estudiada: Inmigrantes latinoamericanos, mayores de edad, residentes en la ciudad de Barcelona. La Muestra: (Muestreo de casos consecutivos) 295 inmigrantes. Aquí se muestra que la depresión se presenta cuando los inmigrantes viven el proceso de aculturación, a través del cual buscan adaptarse al nuevo medio y empezar a apropiarse de la cultura de acogida, lo que puede llegar a generar altos niveles de frustración, al igual que la relación existente entre depresión y aculturación también se ha identificado y estudiado en grupos de inmigrantes culturalmente diversos (Miller et al., 2006).

Los estudios de consistencia interna indican valores alfa entre 0.81 y 0.90 según las escalas. Estos valores concuerdan con los obtenidos en el presente estudio (escala global alfa = 0.97, y subescala alfa entre 0.70 y 0.90). En los datos estadísticos descriptivos y relación entre las variables Se obtuvieron los estadísticos descriptivos para las tres variables analizadas en función del, el nivel de estrés referido por los inmigrantes fue medio, siendo significativamente más elevado en las mujeres en comparación con los hombres.

En el mismo sentido, en relación con la presencia de síntomas de depresión, se observan nuevamente diferencias debidas al género, obteniendo las mujeres medias más elevadas que los

hombres. Se realizaron correlaciones para establecer la relación entre estrés, afrontamiento y depresión. Un paso previo consistió en analizar si la edad de los participantes y el tiempo de exposición a la experiencia migratoria podían actuar como variables de confusión e influenciar en los resultados.

Frente al efecto mediador del afrontamiento para establecer el rol mediador del afrontamiento en la relación entre estrés y síntomas depresivos se utilizó el programa MedGraph (Jose, 2003) mediante dos análisis distintos para cada sexo. En el primero de ellos se introdujo como variable independiente (vi) la puntuación total del pss, como variable dependiente (vd) la puntuación de la escala de depresión (dep) del scl-90-r y como variable mediadora (vm) la puntuación de la escala global de evitación, en el segundo análisis mediacional se introdujo como variable independiente (vi) la puntuación total del pss, como variable dependiente (vd) la puntuación de la escala de depresión (dep) del scl-90-r y como variable mediadora (vm) la puntuación de la escala global de aproximación.

El afrontamiento de aproximación no tiene valor mediacional entre estrés y depresión ni en hombres (Sobel Z-test = -1.08, $p = 0.28$), ni en mujeres (Sobel Z-test = -1.38, $p = 0.17$). El afrontamiento de evitación tiene valor mediacional parcial sólo en las mujeres, pero no en los hombres (Sobel Z-test = -0.07, $p = 0.92$).

A modo de conclusión, cabe destacar que hombres y mujeres parecen tener reacciones psicológicas diferentes ante el estrés migratorio. La principal diferencia es que en ellas el estrés lleva al uso de estrategias evitativas las cuales a su vez inciden en los síntomas de depresión. Ello podría estar entroncado con la mayor tendencia a la internalización por parte del género femenino y con la percepción de que no serán capaces de cambiar por sí solas los acontecimientos (mayor locus de control externo).

Por lo tanto, intentan regular su estado emocional negativo en vez de intentar eliminar la fuente de estrés. Estos datos pueden tener valor a la hora de implementar terapias psicológicas en poblaciones migradas. Finalmente, y a pesar de los estudios que buscan clarificar la asociación entre migración y salud mental, la literatura también señala la importancia de no homogeneizar a la población migrante en tanto que cada grupo tiene características particulares dependiendo de diversas variables tales como motivo de la migración. El aporte que esta investigación produce, se basa en analizar cómo el estrés afecta de manera diferente a la población femenina y masculina. (Patiño Rodríguez & Kirchner Nebot, 2011)

Perfil de estrés y estrés crónico en migrantes mexicanos en Canadá. Rev. salud pública. 16 (1): 63-75, 2014.2014, México.

Como objetivos de este estudio, es establecer la asociación existente entre el nivel alto de estrés crónico y las variables consideradas como negativas del perfil de estrés en los migrantes mexicanos radicados en Edmonton Canadá. El estudio se realizó con el fin de establecer la asociación existente entre el nivel alto de estrés crónico y las variables consideradas como negativas del perfil de estrés en los migrantes mexicanos radicados en Edmonton Canadá. Llegando a la conclusión que la situación de estrés y la minimización de la amenaza son predictoras para desarrollar niveles altos de estrés crónico y las mujeres migrantes a diferencia del sexo masculino, tienden a no utilizar la minimización de la amenaza como afrontamiento al estrés.

En los elementos teóricos abordados, expone el "modelo cognitivo-transaccional" o "modelo interactivo" del estrés, propuesto en 1981 por Lazarus, fundamentado en la investigación acerca del estrés, abordando la definición del mismo y demostrando la relación existente entre el estrés y la migración. Siendo su investigación de tipo cuantitativa y diseño de la investigación: Transversal y analítico, con una población de estudio de migrantes mexicanos mayores de 18 años,

registrados en la sociedad mexicana en Edmonton y que respondieran la encuesta, durante el periodo 2010-2011.

Dentro de los instrumentos utilizados se encuentra la Muestra: (Aleatoria simple) 58 migrantes, el inventario de Síntomas de Estrés (ISE), el cuestionario fue elaborado y validado por Lipp y Guevara, basado en un modelo de tres fases desarrollado por Selye (alarma, resistencia y agotamiento). Este fue adaptado en México mediante una validación de contenido obteniendo una Alpha de Cronbach de 0,94, lo que indica un grado aceptable de confiabilidad y el cuestionario perfil de Estrés desarrollado en 2002 por Nowack, conformado por dos dimensiones, una correspondiente a recursos protectores confiables, positivos y significativos para la salud.

La otra dimensión que constituye un buen control en los comportamientos de riesgo al estrés, a las adicciones o a la autovaloración negativa. Las propiedades psicométricas del instrumento reportan que el estimado de la confiabilidad test-Retest se encontró en un rango de 0,51 a 0,92, Alpha de Cronbach. El análisis factorial determinan una relación baja a moderada (0,41 a 0,75 Eigen), determinando que las dimensiones son independientes para su interpretación por separado, las cuales explican el 57 % de la varianza.

Como resultados se mostró que los niveles de estrés crónico fueron: 34 % alto, 45 % medios y 21 % bajo, El análisis de regresión estadístico se determinó que la situación de estrés y la minimización de la amenaza son predictoras para desarrollar niveles altos de estrés crónico. El aporte de esta investigación recae en que evidencia que el proceso migratorio produce altos niveles de estrés vinculados a la psicopatología, teniendo un efecto desestabilizador en la salud mental y física que puede llevar al deterioro en las relaciones sociales. (Blanca E. Pozos-Radillo, 2014)

Sucesos Estresantes Y Sus Impactos En Mujeres Y Jóvenes De La Comunidad De Cuitzeo, Michoacán. El Ciclo De La Migración Méxicoeua En Sus Familias; obregón-Velasco, Nydia; rivera-Heredia, maría Elena; martínez-ruiz, diana Tamara; cervantes-pacheco, ericka Ivonne REMHU - revista interdisciplinar da mobilidade humana, vol. 22, núm. 43*, julio-diciembre, 2014, pp. 211-224; centro Scalabriniano de estudos migratorios; Brasilia, Brasil.

El presente trabajo describe algunos sucesos de vida estresantes y los impactos que tienen en la salud de las mujeres y sus hijos jóvenes, a partir de la migración hacia EUA de algunos de sus familiares directos, lo cual favorece el ciclo de migración en la familia. Se ha planteado que la discriminación de los migrantes se podría evitar por medio de una integración social, que resulta sumamente complicada, ya que dicha integración es un tema muy discutido por los expertos en el tema, refiriendo que el reto de integrar socialmente, es asumir que vivimos en un mundo diverso y no integrado como otros expertos piensan. Lo que es un hecho es que la integración implica aprender a relacionarnos con las diferencias de nacionalidad, de raza, idioma, económicas, generacionales, jerárquicas, etc. Que implica una tarea titánica cuando comúnmente los grupos de individuos connacionales y no, han recibido una educación basada en prejuicios. (Obregón-Velasco, Rivera-Heredia, Martínez-Ruiz, & Cervantes-Pacheco, 2014)

Otro aspecto de riesgo para los que viven la experiencia de migración es la depresión, esto debido a la reorganización y a los sucesos de vida estresantes a los que están expuestos. La literatura refiere que específicamente uno de los factores que ayuda a reducir la depresión es la función que juega el apoyo social sobre todo en quienes se van, convirtiéndose en un recurso, ya que les apoya en los aspectos correspondientes a brindarles la información necesaria, apoyo emocional y material¹⁰. Con el objetivo de evitar la depresión y cuidar la salud mental de los migrantes, se han

realizado diversas investigaciones para conocer específicamente qué es lo que las causa y cómo poder evitarlas, en donde se sugiere que es el lugar de origen en donde se encuentra el mayor conflicto, ya que la falta de posibilidades de desarrollo laboral o personal, es lo que empuja al sujeto a querer buscar nuevos espacios de desarrollo.

Se utilizó la metodología cualitativa con un enfoque de participación-acción, aplicando grupos focales, entrevistas y observación participante durante diferentes actividades realizadas en la comunidad de Cuitzeo, Michoacán, tales como conferencias y talleres. Se contó con la participación de 24 mujeres originarias de Cuitzeo Michoacán que tuvieran experiencia de migración en la familia sea porque migró su esposo, hija(o), papá, hermana(o).

Se organizaron dos grupos focales conformados cada uno con diferentes mujeres en el cual se indagó con el apoyo de una guía de tópicos, temas relacionados con la migración y su vivencia de género en su familia y en la comunidad, así como su estado de salud física y mental. Posterior a ello se aplicaron entrevistas a profundidad individuales a mujeres quienes no habían participado o lo habían hecho limitadamente durante los grupos focales (Obregón-Velasco, Rivera-Heredia, Martínez-Ruiz, & Cervantes-Pacheco, 2014).

Salud mental y estrés por aculturación en inmigrantes sudamericanos en el norte de Chile, Alfonso Urzúa M., Osvaldo Heredia B., Alejandra Caqueo-Urizar, diciembre 2015.

En este trabajo se tuvo como objetivo tiene el Analizar la Salud mental y estrés por aculturación en inmigrantes sudamericanos en el norte de Chile. Para poder llevar a cabo dicha investigación plantean un enfoque cuantitativo, con muestreo no probabilístico en donde la combinación de la bola de nieve en donde la muestra estuvo compuesta por 431 inmigrantes colombianos y peruanos, mayores de 18 años, con una residencia mínima de 6 meses en Antofagasta,

Los resultados obtenidos dieron a conocer que se encuentra que tanto en peruanos como en colombianos la mayor fuente de estrés es la distancia con el origen, seguido de discriminación y rechazo. Al comparar las medias de ambos países, se encuentran medias significativamente mayores en la población colombiana en discriminación y rechazo ($t(422)=-3,172$; $p = 0,002$), distancia de origen ($t(420)=-3,693$; $p = 0,000$), quiebre familiar ($t(428)=-2,000$; $p = 0,048$) y en el puntaje total de la escala ($t(412)=-2,659$; $p = 0,008$). Esta investigación aporta información relevante con respecto al nivel de estrés y el tipo que puede llegar a presentar una persona migrante en otro país como puede ser a nivel latinoamericano partiendo de los resultados obtenidos en dicha investigación.

Los resultados indican que las fuentes de estrés por aculturación con mayor capacidad predictiva en las dimensiones de salud mental evaluadas son la distancia del país de origen, seguida por las dificultades en las relaciones sociales con otros inmigrantes y la discriminación y rechazo percibido. Parte de la causa de esto podría ser la distancia cultural que perciben los inmigrantes, dadas las diferencias idiosincráticas entre Chile y sus países de origen, principalmente con Colombia. Se ha reportado que no sólo el entrar en contacto con una nueva cultura es un factor significativo de riesgo para el inmigrante, también que cuanto mayor sea la discontinuidad sociocultural mayor será el shock cultural dificultando el proceso de aculturación y, por lo tanto, incrementando el riesgo de aparición de sintomatología asociada a problemas de salud mental.

Concluye que la resistencia de los cambios que conlleva la inmigración, así como las circunstancias sociales que con frecuencia caracterizan este proceso, implican que de manera frecuente y sostenida, el inmigrante se vea expuesto a niveles elevados de estrés que terminen repercutiendo negativamente sobre su salud mental. (Alfonso Urzúa, 2016)

Consumo de drogas y respuestas al estrés migratorio entre los migrantes mexicanos que se dirigen a Estados Unidos, Jorge Luis Arellanez Hernández Arellanez, Jorge. (2016). Drug use and responses to stress among Mexican migrants headed to the United States. Frontera norte, 28(56), 113-133. 2016, México.

Entre sus objetivos, este estudio plantea explorar la presencia de estrés migratorio en un grupo de migrantes mexicanos, sus estrategias de enfrentamiento y su relación con el consumo de drogas. El estudio se realizó con el fin de explorar la presencia de estrés migratorio en un grupo de migrantes mexicanos, sus estrategias de enfrentamiento y su relación con el consumo de drogas. Entendiendo que el estrés puede estar relacionado con la aparición de ciertas adicciones.

Como elementos teóricos, se abordó el incremento de la migración de mexicanos y cómo a raíz de esto, la presencia del estrés y su mal manejo acarrearán afecciones emocionales e influye en el consumo de drogas. La investigación fue de tipo cuantitativa con un diseño de investigación transversal con una población de estudio de migrantes mexicanos captados en los albergues y casas de migrantes localizados en las ciudades fronterizas participantes. De esta cifra, 202 se encontraban temporalmente en Matamoros, 204 en Reynosa y 199 en Nuevo Laredo. Muestra: (Muestreo no probalístico, por cuotas) 605 migrantes.

Dentro de sus instrumentos para explorar la experiencia migratoria, las condiciones del contexto y el consumo de drogas, se retomó una encuesta elaborada para un estudio realizado en 2005 (Sánchez y Arellanez, 2011), cuya estructura de reactivos permite la medición de las variables de interés (proceso migratorio, accesibilidad, percepción de riesgo y protección contra el uso de drogas y patrón de consumo), además del uso y aplicación de la escala de ocurrencia e intensidad del estrés migratorio (OIEM), que ha sido validada con población migrante mexicana y consta de tres áreas de estrés: por la partida, el traslado y el arribo al lugar de destino (Arellanez, Ito y Reyes, 2009), la aplicación de la escala de estrategias de enfrentamiento al estrés migratorio -EsEnEM-

(Arellanez, 2010), que también ha sido validada y que evalúa la respuesta al estrés por la partida, el traslado y el arribo al lugar de destino y finalmente la aplicación de la escala de percepción del daño (EPD), cuyos reactivos, reorganizados, se tomaron de la escala de percepción de riesgo del uso de drogas utilizada en la Encuesta nacional de adicciones (SSA, 1993).

Como resultados considerables, se constató que la experiencia migratoria: mejora económica (69.4 %), la escasez de oportunidades laborales en el lugar de origen (53.1 %) y el traslado por razones familiares (23.5 %), Ocurrencia e intensidad del estrés migratorio: 88.1 por ciento de los migrantes (533 casos) manifestaron haber experimentado alguna situación en este sentido, mientras que 11.9 por ciento (72 personas) señaló no haber vivido alguna experiencia de este tipo. De los que mencionaron haber pasado por una situación así, la intensidad con la que la vivieron va de alta a muy alta. Estrategias de enfrentamiento ante el estrés migratorio: Los 533 migrantes que mencionaron haber vivido una situación de estrés asociada a la partida utilizaron dos tipos de estrategias de enfrentamiento: las dirigidas a su resolución, cuyos indicadores hacen referencia a situaciones como superar una a una las dificultades que se presentan, pensar que es un reto que tenía que solucionar y/o buscar una solución. Redes sociales de usuarios de drogas: Llama la atención que casi la mitad de los migrantes encuestados señalaron tener algún amigo, compañero de trabajo y/o vecino que ha consumido drogas ilícitas, ya sea en México o Estados Unidos (45.1, 44 y 43.5 %, respectivamente); así mismo, 19.7 por ciento dijo tener al menos un familiar usuario de este tipo de sustancias y 6.9 por ciento mencionó que su pareja es consumidor o consumidora de drogas ilícitas. Consumo de alcohol, tabaco y otras drogas: Poco más de la mitad de los encuestados mencionaron que han consumido alguna bebida alcohólica en el último año (53.6 %, que equivale a 324 migrantes). De éstos, 33.6 por ciento dijo haber incrementado el uso de este tipo de bebidas mientras se encontraba en Estados Unidos.

Las razones por las que aumentó el consumo giraron en torno de la invitación por parte de amigos, familiares o compañeros y para dejar de lado malestares emocionales como soledad, melancolía, estrés o ansiedad, aspectos asociados directamente con su situación emocional y la experiencia migratoria. El aporte de esta investigación reside en demostrar cómo el estrés puede influir en el consumo de drogas, teniendo en cuenta que no manejar o resolver correctamente el mismo conlleva a que los sujetos estén vulnerables en un ambiente con muchos factores de riesgo. Ansiedad y afrontamiento en universitarios migrantes.

Ansiedad En Adolescentes Migrantes: Un Estudio En La Frontera Norte De México, Aguilar Rodríguez, Claudia Jazmín; Solís, Noel Michel; Gutiérrez Vega, mayo-agosto, 2016, pp. 177- 182 Consejo Nacional para la Enseñanza en Investigación en Psicología A.C. Xalapa, México.

Siguiendo con los antecedentes se toma en cuenta lo que plantearon Rodríguez, Solís y Gutiérrez (2016) Es un estudio en la frontera norte de México, en donde plantearon como objetivo general el analizar las posibles diferencias en los niveles de ansiedad que manifiestan los adolescentes migrantes albergados en Ciudad Juárez durante su proceso migratorio, en donde se utilizó el muestreo no probabilístico en donde la población eran analizar las posibles adolescentes migrantes albergados en Ciudad Juárez durante su proceso migratorio.

En los resultados obtenidos se analizaron las variables sociodemográficas para garantizar que los tres grupos fueran homogéneos. Solo se encontró una diferencia significativa en edad ($F[2, 83] = 24.763, p < .001$): el grupo de adolescentes de procedencia local tuvo una edad promedio de 14.18 años (d.e. = 1.768), la cual fue significativamente menor comparada con los adolescentes de origen nacional, que fue de 16.40 (d.e. = .883) y los de origen extranjero, de 16.15 años (d.e. = .884).

No se encontraron diferencias significativas en los tres grupos de adolescentes migrantes respecto a respuestas inconsistentes, ansiedad total, ansiedad fisiológica e inquietud/hipersensibilidad. Sin embargo, se encontraron diferencias significativas en la subescala de presiones socioculturales ($F[2, 83] = 2.956, p = .05$), así como en encubrimiento de ansiedad ($F[2, 83] = 10.781, p < .001$). Los migrantes nacionales reportaron un mayor nivel de presión socioculturales. Esta investigación aporta información relevante con relación a la ansiedad y como esta puede llegar a presentarse en jóvenes migrantes en países latinoamericanos y como esta puede llegar afectarlos en las distintas ocupaciones que realicen en su vida diaria.

La migración ha estado a la par del desarrollo del ser humano, “la movilidad es inseparable de la condición humana, quizá una precondition a la forma en la que el Homo sapiens pudo desarrollar su capacidad adaptativa y simbólica en todas las geografías del planeta”. (Arce, 2016) Es decir, se concibe como algo que pasa o ha pasado cotidianamente a lo largo de la historia, entre sus motivos se pueden encontrar “los relacionados con la búsqueda de una mejora económica y la escasez de oportunidades laborales en el lugar de origen. También se mencionan los asociados con la familia, ya sea por la migración de ésta, para reunirse con su pareja y/o por tener conflictos familiares”. (Luis, Reyco Ito Sugiyama, & Lagunes, 2009) Sin embargo, se ha convertido en una problemática con un sin número de repercusiones tanto para los países en materia económica que han debido hacerles frente a aquellas masas que llegan necesitadas de alimentación, vestido, vivienda, atención en salud y entre otras tantas necesidades que traen consigo, como repercusiones a nivel individual a raíz de la experiencia migratoria.

Relaciones entre Inteligencia Emocional y Estrategias de Afrontamiento ante el Estrés; Agustín E. Martínez¹, José Antonio Piqueras² y Cándido J. Inglés; 2016, p.p 1-24; Clínica Neuropsicológica Mayor, Alcantarilla (Murcia) Departamento de Psicología de la Salud, Universidad Miguel Hernández, Elche (Alicante), España.

El objetivo de este trabajo es realizar una revisión de los estudios que han analizado la relación de la Inteligencia Emocional, siendo está catalogada como una habilidad para asimilar, percibir y comprender las propias emociones y las de los demás, llevando a un crecimiento emocional e intelectual; con la capacidad para afrontar situaciones estresantes, así como el papel del género en esta asociación. En este punto, este trabajo presenta lo que es el esfuerzo cognitivo y conductual que debe realizar un sujeto para manejar situaciones que demandan estrés, afectan el estado emocional y que son estudiadas como algo que excede los recursos de la persona, esto es lo denominado estrategias de afrontamiento. (Agustín E. Martínez, 2016)

Los distintos trabajos muestran que niveles altos en inteligencia emocional se relacionan con estrategias de afrontamiento basadas en la reflexión y la resolución de problemas, mientras niveles bajos se relacionan con estrategias de afrontamiento basadas en la evitación, la rumiación y la superstición. Las evidencias acumuladas hasta el momento indican que la inteligencia emocional juega un papel muy importante en el autocontrol emocional y en la capacidad adaptativa del individuo para afrontar situaciones estresantes; desde el marco teórico el modelo transaccional del estrés, el autor Lazarus refiere que frente a situaciones estresantes se debe tener en cuenta varios factores como: la valoración de la persona frente a los estresores, las emociones de dichas apreciaciones y los esfuerzos que hacen las personas de manera cognitiva para enfrentar dichos estresores. Es así como el afrontamiento se orienta en 2 direcciones siendo estas: centrándose en resolver el problema de manera lógica y la elaboración de planes de acción o centrándose en respuestas emocionales basadas en el evitación, preocupación y reacciones fantásticas, siendo esta

ultima la que menos se adapta en situaciones de estrés, ya que resulta ser un método de afrontamiento incorrecto y pasivo, haciendo que con esto se aumente la intensidad de respuesta de estrés y provocar situaciones negativas en lo emocional. (Lazarus 2009)

Del mismo modo, parte de los resultados de este estudio muestran de manera concreta se evidencia que la claridad emocional está relacionada de forma positiva con el apoyo social que proporcionan los demás. Igualmente, el apoyo emocional se relaciona con la dimensión de reparación emocional y con una mejor salud mental. Por lo tanto, el rol de algunas de las dimensiones de la IEP en las estrategias de afrontamiento al estrés es decisivo para preservar tanto la salud mental como la búsqueda de apoyo social ante una situación de estrés (Montes-Berges y Augusto, 2007).

Se deja en claro también, que la IEP (inteligencia emocional percibida) está relacionada con el afrontamiento al estrés y la regulación del estado de ánimo, siendo la dimensión de claridad emocional (la capacidad para identificar los sentimientos y para expresar) y la reparación, las variables que se relacionan con la regulación emocional y el afrontamiento adecuado en situaciones estresantes (Limonero, Tomás-Sábado, Fernández-Castro y Gómez-Benito, 2004; Moreno-Jiménez, et al 2004; Velasco, Fernández, Páez y Campos, 2006). Así, la alta reparación emocional es un indicador de comunicación interpersonal, de realización personal, de salud mental y de regulación emocional. Del mismo modo, la claridad emocional o capacidad para identificar los sentimientos y para expresarlos o comunicarlos está asociada al bienestar psíquico y físico, el apoyo social, la realización personal y se relaciona con estrategias de afrontamiento de tipo instrumental (Agustín E. Martínez, 2016).

Es así como, los estudios parecen evidenciar que las mujeres prestan más atención a las emociones y son más empáticas y ello está asociado con un estilo de afrontamiento rumiativo

centrado en las propias emociones, mientras que los hombres tienen mayores niveles de autorregulación emocional ante las situaciones de estrés.

Antecedentes Nacionales

Afrontamiento del estrés por aculturación: inmigrantes latinos en Chile, Urzúa, Alfonso; Basabe, Nekane; Pizarro, José Joaquín; Ferrer, Rodrigo; Universitas Psychologica, vol. 16, núm. 5, 2017; Pontificia Universidad Javeriana, Colombia.

En el plano nacional el estudio realizado en la Universidad Pontificia Javeriana, se suma al interés representado en los inmigrantes latinos en este caso, fijado en Chile. El estrés en esta investigación se relaciona con la aculturación en el entendido de que este tipo de situaciones son el resultado de factores como la discriminación, las diferencias socioculturales, la añoranza del origen y la ruptura familiar.

La muestra aquí se enfocó en la entrevista a 853 inmigrantes peruanos y colombianos en Chile (51 % mujeres y edad $M = 33.19$; $DE = 9.54$). Se aplicaron escalas de estrés por aculturación y formas de afrontamiento. (Urzúa, Basabe, Pizarro, & Ferrer, 2017) Se indaga acerca de la importancia de que las personas que gozan de calidad de inmigrantes están vulnerables en cuanto a el estrés y demás problemas de corte psicológico, donde la migración como concepto se relaciona con el estrés y demás cambios a los que actualmente se ven sometidos los inmigrantes al cambiar de territorio, de círculo social, de ambiente y demás considerados influyentes en el debido desarrollo emocional e integral de las personas.

. Los niveles de tensión y ansiedad sujetos a el estrés con fuertes implicaciones sociales y psicológicas. Del mismo modo se ha pone en contexto del temor en similar a la ansiedad ante el contacto intergrupar, y el estrés por recursos que se experimenta al percibir al inmigrante como una

amenaza económica o competidor por recursos; al igual de lo investigado en este estudio, sobre el choque cultural y las dificultades socioculturales en el proceso de aculturación de los inmigrantes, refugiados y repatriados (Ward et al., 2001), entendiéndose la adaptación sociocultural como un proceso de aprendizaje social y en referencia con las habilidades sociales, capacidad de integrarse adecuadamente o de manejar diferentes aspectos de la cultura de acogida (Ward & Kennedy, 1993). (Urzúa, Basabe, Pizarro, & Ferrer, 2017)

Las personas inmigrantes se convierten en minorías étnicas cuando migran y se asientan en la nueva sociedad, y en el caso de las migraciones económicas, es común que estos grupos tengan que hacer frente a una identidad negativa o al estigma de inmigrante (Bobowik, Basabe, & Páez, 2014). En esta situación, los grupos pueden responder de manera activa y creativa ante las situaciones que amenazan su autoestima y su identidad (Branscombe & Ellemers, 1998; Crocker, Major, & Steele, 1998; Major & O'Brien, 2005; Miller & Káiser, 2001). Ante estos desafíos que supone la inmigración, las personas y los grupos pondrán en marcha un conjunto de respuestas de afrontamiento.

Este trabajo analiza las diferencias entre dos grupos de inmigrantes, peruanos y colombianos en Chile, en el estrés de aculturación y las formas de afrontamiento conductuales y cognitivas, así como la relación entre ambas. La muestra como se había mencionado, estuvo compuesta por 853 inmigrantes residentes en Chile entre 6 meses y 6 años, de los cuales 441 nacieron en Colombia (51.7 %) y 412 en Perú (48.3 %). Los datos fueron recogidos en las ciudades de Arica (24.9 %), Antofagasta (50.5 %) y Santiago (24.6 %). El 51 de la muestra estuvo constituido por mujeres y las edades de los encuestados oscilaron entre los 18 y los 71 años ($M = 33.19$; $DE = 9.54$).

Se evaluaron, a través de los Instrumentos Escala de Estrés por Aculturación (Hernández et al., 2011) los niveles de estrés percibidos (grado de malestar o incomodidad), producidos por

diversas fuentes del proceso de aculturación en los por un periodo de seis meses. Compuesta por 24 ítems agrupados en 6 dimensiones: 1) Discriminación y rechazo percibido de los autóctonos por el hecho de ser inmigrantes. Por su parte la escala de afrontamiento se aplicó un instrumento compuesto por 13 familias (y 20 ítems) de afrontamiento individuales (Basabe et al., 2009) y colectivas (Basabe & Bobowik, 2011; Bobowik et al., 2014). (Urzúa, Basabe, Pizarro, & Ferrer, 2017)

Como limitaciones del presente estudio cabe señalar su naturaleza transversal, así como los posibles sesgos a la representatividad de la muestra. Futuras investigaciones tendrán que ampliar el conocimiento sobre las condiciones que favorecen o dificultan las respuestas adaptativas de afrontamiento al estrés, así como la validez concurrente con otras fuentes de estrés aculturativo.

Recursos psicológicos y percepción de la migración en menores con familiares migrantes; Guzmán-Carrillo, Karla Yunuén; González-Verduzco, Blanca Sharim; Rivera-Heredia, María Elena, Revista Latinoamericana de Ciencias Sociales, Niñez y Juventud, vol. 13, núm. 2, julio, diciembre, 2015, pp. 701-714, Centro de Estudios Avanzados en Niñez y Juventud, Manizales, Colombia.

La migración impacta la vida familiar en la mayoría de los países del mundo. Esta investigación describe y compara los recursos psicológicos de los niños y niñas que tienen experiencia de migración dentro de su familia con los de quienes no la tienen, donde la principal razón como bien se ha referenciado a lo largo de esta exposición de antecedentes de la migración ha sido el conseguir un empleo que les dé un mayor ingreso, que les permita ayudar a sus familias a hacerse de un patrimonio, apoyar la educación de los hijos e hijas y pagar deudas. (De la Torre, 2011, Guzmán-Carrillo & Rivera-Heredia, 2012).

El estudio de la migración visto desde varias áreas del conocimiento como la geografía, la economía, la sociología, antropología, el derecho y más recientemente y aplicable a este estudio, la psicología. Esto con el ánimo de presentar a la sociedad que el impacto generado hasta el día de hoy por las migraciones en el núcleo familiar, solo por citar un ejemplo es considerable, debido a que se experimentan varias sensaciones entre ellas la de dolor, nostalgia, impotencia e intolerancia frente al hecho de separarse en ocasiones de los seres queridos, mientras tanto, quienes se encuentran en el hogar sin quien partió, experimentan zozobra por desconocer la integridad del sujeto migrante, y su ausencia desemboca en un sentimiento de abandono que aumenta cuando los hijos e hijas se encuentran en la etapa temprana de crecimiento y desarrollo, lo que crea un ambiente de desconocimiento y resentimiento; situaciones que dejan la salud mental y emocional truncada e inestable. (Guzmán-Carrillo, González-Verduzco, & Rivera-Heredia, 2015)

Los recursos psicológicos son elementos que dan poder a la persona para hacer frente a las situaciones que vive, por lo que pueden variar, intercambiarse, darse o recibirse, según sea el contexto social y las circunstancias en las que se utilizan, siendo empleados especialmente ante situaciones percibidas como amenazadoras o estresantes, como resulta ser la migración por desempleo, factores sociales y económicos (Pérez-Padilla & Rivera-Heredia, 2012). Cada individuo, familia o contexto, cuenta con diferentes recursos; algunos de ellos han sido provistos por elementos genéticos y medio-ambientales, pero muchos otros se han desarrollado mediante las experiencias de la vida, evolucionando según el tipo de situaciones a las que se han enfrentado y mediante la interacción con los diferentes individuos y contextos con quienes se tiene contacto

Frente a la muestra y procedimiento, participaron 177 estudiantes de primaria de la comunidad de Jesús del Monte, Michoacán (México). Donde se aplicó un estudio transversal con una metodología mixta. En la fase cuantitativa empleamos las Escalas de Recursos Psicológicos y de Evaluación de las Relaciones Intrafamiliares. En la fase cualitativa realizamos grupos focales y

un juego con marionetas. Encontramos que la experiencia de migración impactó de manera semejante a los niños y niñas, quienes mostraron un mayor desarrollo de sus recursos familiares (unión y apoyo) que quienes no tenían experiencia de migración familiar. (Guzmán-Carrillo, González-Verduzco, & Rivera-Heredia, 2015)

Perfil de estrés y estrés crónico en migrantes mexicanos en Canadá; Pozos-Radillo, Blanca E.; Aguilera-Velasco, María; Acosta-Fernández, Martín; Pando-Moreno, Manuel, Revista de Salud Pública, vol. 16, núm. 1, febrero, 2014, pp. 63-75; Universidad Nacional de Colombia, Bogotá, Colombia.

En esta investigación se toma como objetivo inicial establecer la asociación existente entre el nivel alto de estrés crónico y las variables consideradas como negativas del perfil de estrés en los migrantes mexicanos radicados en Edmonton Canadá. Aquí se parte, de que el proceso de migración se considera dinámico ya que genera una serie de cambios y pérdidas, entre las que se encuentran la barrera del idioma y la integración a una nueva cultura, en donde el migrante puede manifestar varios síntomas mentales y somáticos debido a la migración y al estrés laboral. (Pozos-Radillo, Aguilera-Velasco, Acosta-Fernández, & Pando-Moreno, 2014)

Se relaciona del mismo modo, la relación entre migración y salud mental está establecida como el resultado del difícil proceso de integración a una nueva cultura (aculturación) entre países con tradiciones y valores diferentes, tanto para las personas como para las sociedades y así mismo se hace una descripción de lo que es el estrés aculturativo frente a las relaciones interculturales como oportunidad para un aprendizaje positivo o suponer un grado más o menos importante de estrés llamado también choque cultural.

En cuanto a la metodología del estudio, el diseño se caracterizó por ser transversal y analítico. Donde se obtuvo para el tamaño de la muestra, la solicitud a una sociedad mexicana asentada en Edmonton el número de migrantes registrados, resultando ser este 2809, dicha muestra se calculó por medio del programa Epi6 y dio como resultado 58 entrevistas individuales. Al igual que la selección de dicha se hizo gracias a la técnica aleatoria simple mediante una tabla de números aleatorios y seleccionándoles, durante el año de 2010-2011, se aplicó el Inventario de Síntomas de Estrés y el Perfil de Nowack.

Como resultados, se evidencio que los niveles de estrés crónico fueron: 34 % alto, 45 % medios y 21 % bajo, El análisis de regresión estadístico se determinó que la situación de estrés y la minimización de la amenaza son predictoras para desarrollar niveles altos de estrés crónico. (Pozos-Radillo, Aguilera-Velasco, Acosta-Fernández, & Pando-Moreno, 2014) En el mismo sentido como discusión en dicho reporte, se logró concluir que el proceso migratorio produce altos niveles de estrés vinculados a la psicopatología, teniendo un efecto desestabilizador en la salud mental y física que puede llevar al deterioro en las relaciones sociales; además de mostrar mayor frecuencia de los niveles medios de estrés crónico, considerándose como una situación de alarma, ya que el instrumento está basado en síntomas manifiestos, indicándonos que si no existe ninguna estrategia de intervención encaminada a bajar los niveles de estrés de medios a bajos podrían en cualquier momento pasar a niveles altos, y poner en riesgo la salud y seguridad laboral de los migrantes mexicanos radicados en Edmonton, Canadá-

Dicho así, se determinó finalmente por los autores que la situación de estrés y la minimización de la amenaza son predictoras para desarrollar niveles altos de estrés crónico y las mujeres migrantes a diferencia del sexo masculino, tienden a no utilizar la minimización de la amenaza como afrontamiento al estrés. (Pozos-Radillo, Aguilera-Velasco, Acosta-Fernández, & Pando-Moreno, 2014)

Estrategias de afrontamiento individual y familiar frente a situaciones de estrés psicológico; Macías, María Amarís; Madariaga Orozco, Camilo; Valle Amarís, Marcela; Zambrano, Javier; Psicología desde el Caribe, vol. 30, núm. 1, enero-abril, 2013, pp. 123-145; Universidad del Norte, Barranquilla, Colombia.

En el presente estudio se buscó describir las relaciones que existen entre el estilo de conducta interpersonal auto-informado y las estrategias de afrontamiento en una muestra de 162 estudiantes universitarios (125 mujeres y 37 varones) ante situaciones de estrés general y estrés interpersonal. Se relaciona igual la investigación sobre la relación entre estrategias de afrontamiento y personalidad, más en concreto el estudio de las influencias de las características de personalidad en los procesos de afrontamiento (Suls, David y Harvey, 1996), ha permitido establecer diferencias entre dos conceptos que podrían parecer similares: los estilos de afrontamiento y las estrategias de afrontamiento.

Aquí el punto de vista de diferentes estudiosos del tema, resulta ineludible, como es el caso de Fernández Abascal (1997), el cual menciona que, los estilos de afrontamiento se refieren a predisposiciones personales para hacer frente a las situaciones y son los responsables de las preferencias individuales en el uso de unos u otros tipos de estrategias de afrontamiento, así como de su estabilidad temporal y situacional y que a su vez, las estrategias de afrontamiento serían los procesos concretos que se utilizan en cada contexto y pueden ser altamente cambiantes dependiendo de las situaciones desencadenantes, como lo sería en adecuación al objeto de este estudio en particular, el estrés y el afrontamiento que enfrentan los inmigrantes venezolanos en su paso o estadía por Colombia. (Castaño & León del Barco, 2010)

En este sentido, los estilos de afrontamiento se pueden considerar como disposiciones generales que llevan a la persona a pensar y actuar de forma más o menos estable ante diferentes situaciones (Sandín, Chorot, Santed y Jiménez, 1995), mientras que las estrategias de afrontamiento se establecerían en función de la situación. Para ello se emplearon las Escalas de Adjetivos Interpersonales y el Inventario de Estrategias de Afrontamiento, La administración de las escalas se realizó en grupos de entre 5 y 15 sujetos donde el procedimiento seguido para la obtención de datos, implicó la administración del cuestionario sociodemográfico.

Como resultado se encontraron diferencias estadísticamente significativas en cuanto a las estrategias de afrontamiento utilizadas por los participantes en ambas situaciones, y correlaciones significativas entre los estilos interpersonales característicos y las estrategias de afrontamiento. Se discuten los resultados desde la teoría interpersonal de la personalidad, en cuanto a las relaciones entre personalidad y afrontamiento y el análisis de los conceptos de estilos y estrategias de afrontamiento. La expresión de emociones supone que la persona expresa aquellas emociones que está sintiendo en la situación y los pensamientos ansiosos son estrategias cognitivas que reflejan falta de habilidad o rechazo a alterar simbólicamente la situación.

Un resultado a destacar es la ausencia de diferencias significativas en las personas que se describen en sus relaciones interpersonales como ingenuas modestas (JK) en ambas situaciones, y quienes se describen a sí mismas como arrogantes calculadoras (BC) en la situación interpersonal.

Dos perfiles interpersonales muy diferentes, incluso opuestos, respecto al comportamiento hacia los otros, por cuanto las personas que se describen como arrogantes suelen ser explotadoras mientras que las personas ingenuas suelen ser sencillas y solidarias con los demás, todo esto igualmente sujeto a las situaciones en las cuales se vean enfrentados, como sería el caso del manejo del estrés que posee una persona inmigrante, sin protección alguna, viviendo la informalidad y del

día a día en un país receptor donde la mayoría de veces es visto de manera indiferente y poco humana.

Mediación moderada, sensibilidad emocional y afrontamiento en el contexto del estrés
Pensamiento Psicológico, Guarino, Leticia; vol. 11, núm. 1, enero-junio, 2013, pp. 141-159;
Pontificia Universidad Javeriana; Cali, Colombia.

El presente trabajo presenta una propuesta teórica explicativa de la relación estrés – enfermedad, denominada modelo de medicación moderada, en el cual se establece la intervención de la sensibilidad emocional y el afrontamiento en tal relación, actuando la primera como variable moderadora y la segunda como variable mediadora del modelo. Se hace una revisión de la literatura de los últimos q5 años en cuanto a variables moderadoras y mediadoras en lo que a estrés se refiere y la importancia de su diferenciación a la hora de integrales en los modelos explicativos. (Guarino, 2013)

Este documento referenciado, permite definir y entender lo que es la moderación, mediación y estrés, además de la sensibilidad emocional y el afrontamiento en la relación estrés-enfermedad en diferentes contextos y poblaciones, lo cual resulta de ayuda en el presente estudio, ya que se pretende establecer la relación, causas y demás afines del estrés como enfermedad en ciertas poblaciones y situaciones. En tal sentido esta investigación ve al estrés como un fenómeno el cual tiene repercusiones considerables sobre la salud, bienestar, integridad personal y la relación con la enfermedad y desequilibrio, siendo este último determinante en cuanto a las situaciones que se pueden presentar al hombre según ciertos factores ambientales, sociales o de estrés.

La aplicación de los conceptos de mediación y moderación y de cómo son analizados, permite que la investigación se interesa por más como lo es la sensibilidad emocional y la relación con el estrés y la salud mental. Esta investigación se basa en fundamentos teóricos y metodológicos

para formular explicaciones más acertadas del fenómeno considerado en este documento, estrés; de igual modo los autores se fijan de modo preferente en ciertas variables personales como la edad, estatus social, antecedentes de salud, fortaleza personal, habilidades sociales, expectativas generalizadas de control, patrón de conducta y lo que para el estudio del estrés y afrontamiento resulta significativo; los estilos de afrontamiento y autoestima.

Así también en esta investigación Ferguson, Matthews y Cox (1999) con el objeto de dar respuesta a la hipótesis de la relación estrés-personalidad y salud, se dieron a la tarea de medir simultáneamente varios componentes dentro del proceso de estrés, buscando observar la interrelación entre los mismos (estrés-personalidad-salud). Se usó un instrumento de auto reporte aplicado a 268 estudiantes de postgrado con una serie de cuestionarios para evaluar la percepción de amenaza, reto y pérdida, la intensidad de malestar generado por dos eventos estresantes concretos como es el caso de la presión académica, y vivir lejos del hogar como lo hacen las personas inmigrantes; los estilos de afrontamiento a estos eventos, los niveles de neuroticismo y extraversión que no son otra cosa que los rasgos de personalidad, e indicadores de salud física y psicológica, temas que importan al desarrollo del presente estudio. (Guarino, 2013)

Entre los resultados obtenidos, apoyaron las hipótesis del estudio en razón de que los rasgos de personalidad resulto positivamente asociado con las evaluaciones cognitivas de amenaza y pérdida y estas evaluaciones a su vez dieron resultados positivos con formas de afrontamiento poco funcionales como la evitación y el afrontamiento emocional. Las evaluaciones de amenaza y pérdida a las situaciones estresantes se relacionan con el deterioro físico y psicológico.

Por su parte Buceta y Bueno (2001) hablan del estrés, el cual se determina con la interacción entre situaciones estresantes, situaciones que tienen la propiedad de provocar estrés, aunque no necesariamente lo provoquen y características personales relevantes, aquellas que en interacción con situaciones potencialmente estresantes aumentan la probabilidad del estrés. En esta situación

se observan dos tendientes, las cuales en primer lugar son las percepciones y valoraciones que las personas hacen de las situaciones potencialmente estresantes y en segundo lugar como la percepción y valoración de los propios recursos hacen que se les haga frente a tales situaciones estresantes. Del mismo modo el estudio de uno de los investigadores más importantes como lo es Sandín (1995), el cual refiere de la relación que hay entre el estrés y la enfermedad y de las variables moderadoras como las diferencias individuales y particulares en relación con las personas como; personalidad, sexo, raza, autoestima, optimismo, el afrontamiento y las reacciones al estrés.

Finalmente, los autores concluyeron que las variables examinadas como moderadoras entre los factores estresantes y síntomas psicopatológicos en la población fueron la edad, el sexo, raza, competencia, afrontamiento, apoyo social, ambiente familiar, actividades y eventos positivos entre otros. Es así como producto de esta revisión los autores llegan a determinar que la sensibilidad emocional y el afrontamiento relacionado con un modelo de mediación moderada, influyen en la salud y bienestar de las personas, de aquí que se propone que la sensibilidad emocional sea tenida en cuenta como una variable de personalidad moderadora y el afrontamiento a su vez como mediador. (Guarino, 2013)

Feminización de la migración y papel de las mujeres en el hecho migratorio; Unda, René; Alvarado, Sara Victoria; Revista Latinoamericana de Ciencias Sociales, Niñez y Juventud, vol. 10, núm. 1, enero-junio, 2012, pp. 593-610; Centro de Estudios Avanzados en Niñez y Juventud, Manizales, Colombia.

Este estudio, lejos un poco del estrés en situaciones de migración, recrea la el 50% de lo que está compuesta esta investigación, la migración en todos los aspectos. En este caso el papel de las mujeres en el hecho migratorio. La composición de la demanda laboral desde varios puntos geográficos de España situó a la oferta de servicios domésticos en Ecuador como uno de los más

importantes nichos para la concreción de la posibilidad migratoria. Cada vez, el trabajo de más mujeres era más solicitado y demandado para actividades de cuidado de niños y niñas, servicios de limpieza y atención a personas adultas mayores.

De modo evidente, como lo constatan varios estudios (UCM-UPS, 2008; Herrera, 2006 a; Hidalgo, 2007), una mayor presencia de mujeres en los flujos migratorios produjo una serie de cambios y transformaciones de las relaciones entre los miembros de la familia, de modo especial en el vínculo conyugal o de pareja y en el vínculo materno filial, todo esto influyente en el plano emocional y mental de cualquier núcleo familiar. El antecedente investigativo que desarrolla este trabajo, deja ver a “Los niños como actores en los procesos migratorios”, realizado entre noviembre de 2007 y julio de 2008 por dos equipos interdisciplinarios de las universidades Complutense de Madrid y Politécnica Salesiana de Quito. En dicho trabajo, la metodología usada es la inductiva, la cual permitió leer y analizar los relatos de vida de niños, niñas y adolescentes migrantes, e hijos e hijas de migrantes ubicados en Quito y Madrid, las constataciones y referencias acerca del activo papel de las mujeres-madres son abundantes y densas. (Unda & Alvarado, 2012)

Estos procesos de subjetivación, son procesos emergentes en la sociedad ecuatoriana caracterizados por cambios. Establecen, por lo tanto, subjetividades socialmente producidas y encarnadas en cuerpos y mentalidades que cambian y que, a la vez, van produciendo nuevos sujetos con sus modos particulares de estar en el mundo, y como se manifiestan sus actuaciones en sociedad de acuerdo a las situaciones a las cuales se ven inmersos. Respecto a la subjetividad, resulta ser tal, el producto de una época y de una formación social determinada (Mejía, 2004). En tal sentido, los hechos sociales comportan sujetos, procesos de subjetivación y subjetividades siempre históricas.

En este caso, el hecho migratorio, configurado de antemano por sujetos y subjetividades “concretamente situados” (Giddens, 1998), produce también nuevas subjetividades, maneras distintas y particulares de habitar los espacios sociales. mujeres migrantes en el ciclo migratorio

desde una mirada en la que las dimensiones de género, poder y subjetividad se cruzan y establecen relaciones dinámicas entre sí ((APA), 2018) (Unda & Alvarado, 2012) .

Este tipo de investigaciones, aunque no están relacionadas con el estudio del estrés, uno de los pilares importantes del presente documento, si deja entrever lo que genera dicho estrés como lo es la migración. Los estudios en este caso, como lo son el género y el feminismo, requiere el análisis de los sucesivos momentos de los ciclos migratorios porque allí entran en tensión sus variaciones y regularidades constituidas sobre la base, por una parte, de las experiencias vitales y culturales de ser mujer o de ser hombre y, por otra, de cumplir roles de pareja o de esposos o esposas, todo ligado como bien se ha mencionado en varios apartes del presente documento al núcleo familiar y todo lo que este significa en cuanto a protección y garantía de la integridad humana, integridad emocional y mental.

Se presentan así mismo, el estudio de ciertos teóricos y conceptuales en cuanto al género porque desde allí intentamos comprender algunos de los giros recientes que aparecen como registros en constitución respecto de la socialización de género y del rol de género, como dos de las dimensiones analíticas más importantes del enfoque de género. Y como una arista específica de lo que se produce en los pliegues de la interrelación entre estas dos dimensiones, aquello que provisionalmente podemos denominar como “autonomía dependiente del mercado” (Perea, 2008) de la mujer con relación al hombre y su rol masculino (cónyuge, conviviente, esposo), así como con relación a la familia en los distintos momentos del ciclo migratorio. (Unda & Alvarado, 2012)

Y aunque el papel de la mujer aparezca revestido de un ambiguo protagonismo en ciertos procesos migratorios en los que su presencia ha resultado decisiva por los efectos que ha producido en la familia y en la sociedad, una de las pistas que permite mostrar que la creciente presencia y visibilización de las mujeres en el fenómeno de desplazamientos poblacionales transnacionales, es aquella relacionada con la idea de la circulación y ejercicio de un particular tipo de poder,

producido en el espacio social de las cada vez más pronunciadas desigualdades entre los sectores de población con más altos niveles de ingreso y los sectores más desfavorecidos y vulnerados a nivel global: niños, niñas y mujeres de países con menores niveles de ingreso (Sassen, 2007)

Para el caso que nos ocupa, la socialización de género, estrechamente vinculada a los roles de género, permite comprender cómo los distintos espacios sociales (familiar, escolar, laboral, comunitario, mediático) configuran la subjetividad del *ser hombre* o del *ser mujer* en una sociedad (Macionis & Plummer, 2001). Resulta importante reconocer en los años iniciales de esta década una serie de factores que incuban los dramáticos cambios que se observarán en los procesos migratorios al final de la misma. Entre ellos puede mencionarse la tendencia al desplazamiento del Estado respecto de sus funciones, espacios y responsabilidades, por efecto de su creciente privatización, la agudización de la crisis y el desprestigio del sistema político en su conjunto, el desempleo y el incremento de niveles de pobreza e inseguridad, a lo que habría que agregar eventos como la guerra del Cenepa en 1995 en la frontera ecuatoriano-peruana, o el fenómeno meteorológico de El Niño en 1997.

El esquema del ciclo migratorio presenta tres momentos claramente diferenciados que, invariablemente, aparecen como constantes en los estudios de migración. Como veremos, en cada uno de estos momentos opera con particulares intensidades una estructura fundamental del hecho migratorio. En ello están involucradas personas, informaciones, percepciones y rumores, de los agentes presentes en la experiencia migratoria, como lo es el primer momento donde se toma la decisión de partir, la cual se alimenta de una serie de informaciones de muy diverso tipo y procedencia, pudiendo clasificarse dicha información en datos duros (confirmados) y en información volátil (comentarios, información de prensa, rumores, etc.) que tiene su determinada influencia en la decisión de emigrar.

En este primer momento son dos los factores que ejercen mayor peso para una eventual decisión: el nivel de proximidad e involucramiento con una *red de contactos* que formen parte de un proceso migratorio, y un conjunto de “condiciones objetivas” que, efectivamente, permitan concretar el viaje. La partida como segundo momento crucial en todo el ciclo migratorio deja claro que las relaciones entre los miembros de la familia, que emprenden el viaje vs los que se quedan; donde esto genera rupturas de vínculos familiares de suma importancia para para la unión familiar y el mantenimiento de la misma.

Finalmente, lo que llaman los autores, como la llegada a la sociedad de destino, que no es otra cosa que el duelo migratorio que se ha ido gestando desde la fase de la toma de decisión y se ha acumulado en el momento de la partida, encuentra nuevas e incluso inesperadas vías de procesamiento para cada uno de los miembros de la familia y de su entorno inmediato, para quienes el espacio común que les queda -tal vez el único- es el de la ausencia. (Unda & Alvarado, 2012)

Migración en Colombia: factores psicosociales y vínculos transnacionales, Giraldo Zuluaga, Gloria Amparo; Salazar Henao, Myriam; Botero Gómez, Patricia; Ánfora, vol. 19, núm. 33, julio-diciembre, 2012, pp. 51-69; Universidad Autónoma de Manizales; Caldas, Colombia.

En este trabajo se centró en el análisis e identificación de las narrativas de los migrantes y sus núcleos familiares en razón a sus experiencias frente a factores psicosociales y vínculos transnacionales. El estudio de las narrativas, ha sido referente internacional el cual afirma que las migraciones involucran, además de los componentes económicos y sociales conocidos, factores de orden colectivo tales como las redes familiares, los vínculos afectivos y la comunicación inter-familiar. De aquí que la metodología asumida por ellas, y de la que este estudio toma algunos procedimientos, parece de singular relevancia no sólo porque es novedosa sino integral y, además

de la caracterización objetiva del fenómeno transnacional, hace hincapié en las subjetividades de los protagonistas.

Se empleó una metodología basado en un enfoque mixto de investigación (cuantitativo y cualitativo), realizándose encuestas y entrevistas a los migrantes y sus familias. Posteriormente, desde una perspectiva que privilegia los “discursos” y la “subjetividad” de los actores, se hizo un acercamiento comprensivo a sus narrativas a fin de interpretar sus saberes, experiencias y percepciones. Aquí las categorías de análisis fueron las características psicosociales y vínculos familiares. La razón para esta prelación temática es que en el estado del arte se identificaron vacíos en lo relacionado con el análisis de las vivencias, experiencias y mundo subjetivo de los protagonistas del fenómeno migratorio. (Amparo, Salazar Henao, & Botero Gómez, 2012)

Como resultados representativos dentro de las principales “características psicosociales”, se hizo una profundización en temas como motivaciones para emigrar; entre estos, la situación económica, el deseo de un mejor futuro para los hijos, metas a corto y largo plazo, etc., redes de apoyo, riesgos, temores; en relación con alcanzar los objetivos trazados o fracasar, sentimientos y emociones. Respecto a los “vínculos familiares”, del mismo modo se evidencio que sus principales cambios, afectaciones, redistribuciones del poder, novedades, tensiones y consecuencias.

Concluye el estudio que son predominantes en este tipo de situaciones las ambivalencias, tanto en los propósitos como en las transferencias y desplazamientos de sentidos y emociones; como aspectos negativos de la migración es más que evidente el ligado a los sentimientos, la comprobación de la pérdida o transformación de las relaciones afectivas; detalle los sentimientos de los emigrantes (antes, durante y después del proceso migratorio) son bastante ambiguos y fluctúan entre el dolor y la alegría extremos. Curiosamente, a estos sentimientos les sigue la idea, más compleja, de” sacrificio” que se convierte, también, en el soporte psicológico y moral del proyecto migratorio y en la meta que justifica cualquier sufrimiento. Eso se debe a la razón del

interés colectivo-familiar que el emigrante sufre y supera, al mismo tiempo, las primeras secuelas psicosociales que produce la migración.

Las respuestas oscilan entre la idealización máxima del proceso migratorio y la comprensión realista y dramática de sus efectos. No solamente se modifican las estructuras y relaciones familiares, sino que su percepción se hace más positiva con el tiempo y el logro de los objetivos propuestos. Se confirma, como lo sugerían estudios previos, la visión “pragmática” y positiva que manifiestan los implicados en el fenómeno, a pesar de las interpretaciones negativas tradicionales. (Amparo, Salazar Henao, & Botero Gómez, 2012)

La migración en el Sistema Interamericano de Derechos Humanos; Torres-Marengo, Verónica; Universitas, núm. 122, enero-junio, 2011, pp. 41-76; Pontificia Universidad Javeriana; Bogotá, Colombia.

Dentro de este estudio, se hace referencia al Sistema Interamericano de Derechos Humanos, SIDH, el cual establece unos derechos básicos reconocidos a los migrantes, sin que esto implique un derecho a la migración per se. Estos derechos se encuentran en el marco del principio de no discriminación y la obligación general de respeto de los derechos humanos reconocidos en los instrumentos internacionales. Lo cual desde el punto de vista legal supone un peso importante que nos ocupa en medio del estudio de estrés y el afrontamiento de los inmigrantes y su estado mental.

Resulta ser más de corte legal esta investigación, pero aun así es importante para el desarrollo del presente estudio, en el entendido de que todo gobierno se basa en sus instrumentos jurídicos, los cuales son creados para la protección y garantía de los derechos de quienes habitan en el mismo, sean estos nacionales o en este caso, inmigrantes. De tal modo que el estrés al que se ven enfrentados los ciudadanos inmigrantes, es la consecuencia de una serie de sucesos dados por la migración los cuales llevan a que la persona desarrolle diferentes roles emocionales, mismos que

se relacionan de manera directa con la salud e integridad personal de las personas, deber y obligación de cualquier estado, sea cual sea la nacionalidad de las personas que lo habitan.

El desarrollo de sus políticas migratorias se ha dado en violación del derecho a la libertad, la nacionalidad, las garantías judiciales, el debido proceso, etc. Esta situación no parece mejorar en el futuro inmediato, razón por la cual el Sistema Interamericano de Derechos Humanos, SIDH, debe fortalecer su influencia en los estados miembros de la Organización de Estados Americanos, OEA, con el objetivo de discutir no solo el problema del reconocimiento de unos derechos básicos a los inmigrantes indocumentados, sino la pobreza frente al modelo de desarrollo neoliberal en América Latina que constituye una de las causas más frecuentes de la migración. (Torres-Marengo, 2011)

Este estudio, revela interesantes cifras con relación a inmigrantes indocumentados, la cual presenta variaciones según las fuentes. Es así como este estudio revela que, en el mundo, los inmigrantes constituyen el 3% de la población total: entre 175 y 200 millones de personas, y se estima que en 2050 habrá unos 230 millones de personas inmigrantes en el globo, lo cual al día de hoy solo nos separan 31 años, una cifra corta. Las personas abandonan sus países por numerosas causas: violaciones a los derechos humanos, dificultades económicas, reencuentro familiar, conflicto armado, violencia generalizada, desastres naturales, etc. Inmigran a los países desarrollados con la intención de conseguir un trabajo, formar una familia y radicarse de forma permanente o al menos la mayor parte de su vida productiva, dejar atrás un pasado de miedo y penumbra y empezar de cero, y para este tipo de ideal se requiere que los estados que dan refugio a estos inmigrantes tengan dentro de sus políticas la debida aplicación de los derechos humanos para la garantía de la protección de los mismos durante su estadía en el país.

A pesar de la legitimidad de las razones por las cuales emigra –una vida digna–, la percepción del migrante es concebida como la invasión de un delincuente o en el mejor de los casos

como un mal necesario. En este contexto, los inmigrantes enfrentan no solo la soledad y el abandono a sus familias, sino numerosos peligros para lograr la expectativa de una mejor calidad de vida como los trabajos forzados, la servidumbre doméstica y la explotación sexual, entre otros. Siendo estos factores antes mencionados los que llevan a que los niveles de estrés en esta población inmigrante sean más evidentes que en el resto de la población.

Este documento, permite al estudio particular, entender lo que a la fecha se conoce como atentados a la integridad personal, el hecho del trato poco digno que se les da a los inmigrantes careciendo de humanización, tolerancia y pertenencia. En la actualidad, hay un único instrumento convencional específico para los derechos de los migrantes: la Convención de la ONU para la protección de los derechos de los trabajadores migrantes y sus familias. Su adopción fue en 1990 y solo entró en vigor trece años después, en 2003, paradójicamente, al obtener la ratificación de estados que no son por excelencia receptores de migrantes sino emisores de personas a otros países por su situación socioeconómica.

Como lo es el caso de Colombia, Guatemala, Honduras, México y El Salvador, entre otros, con la misma característica. Según esto, la adopción de una Convención especial para los migrantes 20 años después, no ha sido una herramienta efectiva para la protección de sus derechos. (Torres-Marengo, 2011) Como aporte importante en esta investigación, pretende brindar condiciones de elección más igualitarias y justas, toda vez que los estados receptores son a la vez las potencias del primer mundo que someten a los países pobres a sus políticas de capitalismo salvaje, que provocan condiciones de miseria y pobreza, estimulan la migración en éxodo y la obra de mano más barata dentro y fuera de sus fronteras.

Migración y salud mental: un problema emergente de salud pública; Eugenia Vilar Peyrí, Catalina Eibenschutz Hartman, Revista de Gerencia y salud, Bogotá (Colombia), 6 (13): 11-32, julio-diciembre de 2007.

En esta investigación, se plantea inicialmente la problemática de la migración y de como esta se agudizada en la última década, como consecuencia de la polarización socioeconómica entre países y el empobrecimiento extremo al interior de los países del sur, ambas situaciones inducidas por las políticas neoliberales de la globalización. Además, este trabajo presenta la búsqueda de dicha problemática (migración) la cual implica en el ámbito de la salud mental; se toman como referentes la migración de México- Estados Unidos, donde se precisa urgente que los órganos dispuestos de la salud en general y particular tomen conciencia de los efectos tan destructores que la migración tiene para las poblaciones de los países expulsores como a la de los países receptores.

A pesar de ello, todavía son pocos los estudios sobre el impacto que estos fenómenos sociales tienen sobre la salud mental de los trabajadores que migran y los familiares que se quedan. De tal modo se tienen en cuenta algunos elementos teóricos y conceptuales como lo es el de la definición que le da la OMS (Organización mundial de la salud) a la salud mental, la cual más allá de ser la ausencia de una enfermedad mental, es el estado de bienestar que goza una persona el cual le permite realizar por sí mismo sus propias habilidades y actividades. (Eugenia Vilar Peyrí, 2008)

Sugiere entonces que solo se puede prevenir algún tipo de enfermedad o desorden mental solo es posible con la creación, verificación y debida aplicación de condiciones necesarias para que todos los individuos dentro de un estado o sociedad puedan gozar de un estado de bienestar que permita desarrollar su vida a gran escala con el cumplimiento de metas que genere así mismo un estilo de vida productiva con la satisfacción de todas las necesidades posibles. A su vez tenga el derecho ineludible de tener un ambiente el cual sea compatible con la salud, al igual que la exposición que se hace del manual creado por California donde se centra en que la responsabilidad

es individual frente a la decisión de dejar el país, y por lo mismo no se asume una corresponsabilidad colectiva o social, nadie más que el migrante y en todo caso su salud, es causa y efecto de deterioro de la salud.

Las personas que pasan por las diferentes etapas de la migración pueden enfrentar situaciones de riesgo más alto frente a diferentes tipos de problemas de salud... Para promover la salud y el bienestar, también es importante que se aproveche la fortaleza y la actitud para el cambio, que generalmente tienen los migrantes. El estudio realizado por los autores enfocado en México la generación de información en salud, tradicionalmente "...ha venido incorporando información estadística de por lo menos 10 sistemas, con diferentes formatos de captura, glosarios de términos y períodos de levantamiento en distintos momentos que responden a objetivos e intereses de cada institución en particular. (Eugenia Vilar Peyrí, 2008) Las dimensiones sociales por su parte son estudiadas y reportadas en el reporte de Harvard, el cual deja ver que se establecen ciertas fases (preparación del viaje, viaje y separación, asilo y reinstalación) a las cuales se han relacionado trastornos psíquicos.

La pregunta que guio esta investigación fue, ¿desde qué perspectivas de la salud mental se ha estudiado a estos grupos de migrantes en México como país expulsor y en España como país receptor? La metodología se basó en datos de fuentes secundarias, artículos publicados y estadísticas nacionales sociodemográficas y de salud mental, los que fueron reinterpretados a la luz de las ciencias sociales, la medicina social y la salud colectiva. Es aquí donde las autoras requieren necesario determinar que para abordar el tema de salud mental y demás temas relacionados con la salud emocional de las personas que migran es pertinente diferenciar los varios tipos de migración que existen en la actualidad. Los aspectos económicos y políticos de la problemática migratoria resultan ser determinantes, en el entendido de que el poder reglado e involucrado por el dinero

genera desestabilidades en cuanto a los países expulsores frente a los receptores, como bien se ha visto de manera particular de Venezuela con Colombia.

Expone los autores dentro de esta investigación que en solamente 8 años el número de personas que viven fuera de sus países de origen se ha incrementado en aproximadamente un 1000%, sin contar los migrantes ilegales quienes ni siquiera tienen el derecho de participar en estas cuentas de los organismos internacionales. (Eugenia Vilar Peyrí, 2008) Cifras que en comparación con el año en curso no son para nada ajenas ni extrañas, por el contrario, se viven incluso cifras más altas, las cuales tienen la situación migratoria como crisis humanitaria y de salud pública, social y económica, al menos en el caso que nos atiene, como lo es el de Venezuela con Colombia,

Las conclusiones van en el sentido de que se trata de un problema emergente de salud pública que amerita ser estudiado con mayor profundidad desde la perspectiva de los determinantes sociales y la equidad, así como la afirmación de que quizás la migración por sí sola no deteriora la salud mental y emocional de las personas, es más que eso, de salir huyendo de un país; y son más las situaciones de empleo, las condiciones de vivienda, de informalidad, de salud, del respeto por los derechos humanos y con esto los eventos traumáticos de antes, durante y después de la migración.

VARIABLES MODERADORAS DEL ESTRÉS, RICHARD DE MINZI, MARÍA CRISTINA SACCHI, CARLA;
Revista Latinoamericana de Psicología, vol. 31, núm. 2, 1999, pp. 355-365; Fundación
Universitaria Konrad Lorenz, Bogotá, Colombia.

Este trabajo presenta como objetivo principal analizar la influencia del estilo atribucional, la confianza interpersonal y el soporte social sobre la percepción de la amenaza. Dicho de otro modo, el análisis de la evaluación cognitiva, como ellos la definen, es el proceso de categorización de un evento según su efecto sobre el propio bienestar. Es decir que lo que postulan es que los

eventos no son aversivos, sino que lo son de acuerdo a la significación que el individuo les otorga, en otras palabras, las situaciones no son lo que aparentan ser sino son el resultado de la importancia que le prestemos a las mismas.

Es por ello que los sucesos vitales que, en principio, fueron considerados como situaciones amenazadoras en sí mismas, dieron lugar a la construcción de escalas de sucesos vitales. Si bien las mismas correlacionan con una variedad de condiciones físicas y psicológicas, tales como enfermedad física, ansiedad, depresión, etc., dejan un gran margen de incertidumbre. El problema es que la proporción de varianza explicada por las escalas de sucesos vitales, aunque estadísticamente significativa, es relativamente pequeña o de poco valor práctico.

Con esto se constata que el estrés no es un concepto unidimensional, debido a lo cual se han buscado factores adicionales al evento mismo, o variables moderadoras que puedan amortiguar el estrés e incrementar la resistencia al mismo, tales como el apoyo social (Cobb, 1974) y la creencia de control (Johnson y Sarason, 1978). Las creencias acerca del control personal, que involucra sentimientos de dominación y control o ausencia de los mismos, constituyen componentes esenciales para la propia evaluación del bienestar. Johnson y Sarason (1978) encontraron que los sucesos negativos de la vida se relacionaban significativamente con ansiedad y depresión sólo en sujetos con un locus de control externo. (Richaud de Minzi & Sacchi, 1999)

Se administraron la Escala de Estilo Atribucional; la Mannheim Interview 01 Social Support, la Escala de Confianza Interpersonal; y el Inventario de Situaciones y Respuestas de Ansiedad, a 260 sujetos de ambos sexos, de 30 años de edad promedio, de nivel socioeconómico medio, residentes en la ciudad de Buenos Aires. El soporte social no demostró influencia significativa sobre la percepción de la amenaza.

Con respecto a la influencia del estilo atribucional se puede decir que las personas indefensas perciben más amenaza, especialmente expresada como ansiedad cognitiva y, en menor

grado, como ansiedad motora o conductual. La confianza interpersonal demostró ser una variable importante en la percepción de la amenaza. Con respecto a la influencia del estilo atribucional se puede decir que las personas indefensas, es decir las que atribuyen sus éxitos a causas externas e incontrolables y sus fracasos a causas internas, estables y controlables, perciben más amenaza, especialmente expresada como ansiedad cognitiva y, en menor grado, como ansiedad motora o conductual. Esto es esperable en tanto la forma en que las personas atribuyen causas a lo que les ocurre (estilo atribucional) es una variable de neto corte cognitivo, de manera que un estilo atribucional adaptativo disminuye la duda, la rumiación y permite decisiones más rápidas en lo cognitivo y en lo comportamental. (Richaud de Minzi & Sacchi, 1999)

Antecedentes Locales.

A nivel local se aprecia que han sido pocos los estudios referenciados a la temática estudiada, pero se evidencio que en el libro “Derechos Humanos Desde una Perspectiva Socio. Jurídica” en varios de sus capítulos se hace mención acerca del estrés y afrontamiento, tomando distintas poblaciones y variables, pero que igual resultan productivas como antecedente en el entendido de que se habla entre tanto del afrontamiento en sentido emocional, problemático y evitativo, lo cual hace parte de las variables a desarrollar en este estudio.

En primer lugar, vemos el capítulo 2 del libro mencionado inmediatamente anterior que lleva por título **Afrontamiento evitativo, género y conflicto armado en la ciudad de Cúcuta, Anderson Moncada Grass, Lizeth Cardozo Rodríguez, Nidia Bonilla Cruz, Julio César Contreras Velásquez, Linda Katherine Calderón Vera; Derechos Humanos desde Una Perspectiva Socio-Jurídica; En: Venezuela ISBN: 978-980-402-234-0 Ed: Universidad Del Zulia Luz , v. , p.37 - 56 1 ,2017.**

El presente artículo analiza la fiabilidad y la frecuencia del estilo de afrontamiento evitativo desde la perspectiva de género en Cúcuta, Norte de Santander, Colombia, basado en el conflicto armado que ha acechado por varios años al departamento, siendo la violencia sociopolítica un factor influyente, gracias a la búsqueda insaciable de poder dejando a un lado el interés general gracias al estado de vulnerabilidad por el que pasan las personas víctimas de este conflicto. Dentro del este documento se muestra de manera teórica los conceptos y a las conclusiones que han llegado los estudiosos del tema del afrontamiento y conflicto armado, hacen énfasis en las capacidades que se mantienen en las personas que han sido víctimas de la violencia sociopolítica a lo largo y ancho del territorio colombiano, y que como consecuencia de esta violencia surgen variables psicológicas como los estilos de afrontamiento, entre estas el afrontamiento orientado al problema, y con esto se deduce que debido a los hechos victimizantes dentro del conflicto se afecta la salud mental de las personas.

Del mismo modo el presente artículo analiza los recursos psicológicos que se manifiestan luego del hecho victimizante, como el afrontamiento desde la perspectiva de género, ampliando la mirada a diversas posibilidades de impacto y respuestas tanto de hombres como de mujeres en relación con el conflicto armado. (Modesto Eloi Graterol Rivas M. I., 2017) El paradigma aquí, es positivista deductivo-lógico y descriptivo. Los datos se originan de una muestra de 40 personas pertenecientes a una asociación de víctimas del conflicto armado, de los cuales se distribuyeron 20 hombres y 20 mujeres por utilizando un muestreo no probabilístico.

El instrumento de evaluación utilizado sobre estrategias de afrontamiento está conformado por 12 ítems, con calidad de respuesta tipo Likert. El instrumento aplicado otorga una alta fiabilidad al obtener un coeficiente de alfa de Cronbach entre 0.767 y 0.826 para el afrontamiento evitativo. El contraste de hipótesis se deduce de cada una de las estrategias del afrontamiento evitativo

mediante la prueba de U Mann-Whitney con nivel de significancia de 0.724 para negación, 0.957 para desenganche conductual, y 0.978 desenganche mental.

Finalmente se concluye que no existen diferencias de género en el afrontamiento evitativo, utilizando como estrategias más representativas el desenganche mental y conductual. Además de no existir relación estadísticamente significativa en el afrontamiento evitativo entre hombres y mujeres, esto en cuanto al género. (Modesto Eloi Graterol Rivas M. I., 2017)

Afrontamiento orientado a la emoción y género en víctimas en conflicto armado de la ciudad de Cúcuta, Anderson Moncada Grass, Lizeth Cardozo Rodríguez, Nidia Bonilla Cruz, Julio César Contreras Velásquez, Linda Katherine Calderón Vera; Derechos Humanos Desde Una Perspectiva Socio-Jurídica. En: Venezuela ISBN: 978-980-402-234-0 Ed: Universidad Del Zulia Luz , v. , p.57 - 84 1 ,2017.

En este capítulo se destaca del mismo modo la lucha por el poder en Colombia a manos de los grupos armados al margen de la Ley y su disputa con el estado y todo lo que este mismo ha generado. Dentro de este documento se deja entrever las afectaciones físicas y psicológicas en toda la población nacional, se analiza la fiabilidad y la frecuencia del estilo de afrontamiento orientado a la emoción desde la perspectiva de género en Cúcuta, Norte de Santander, Colombia. Los grupos armados en Colombia datan desde el año 1950, con la participación de las guerrillas de extrema izquierda y los paramilitares de extrema derecha, al igual que el antecedente anterior se pone de precedente el hecho de que gracias los hechos victimizantes la salud mental se ve afectada de manera considerable al igual que sus áreas de funcionalidad Amaya y Carillo, 2015), se identifica de igual forma que las consecuencias del conflicto armado son de diferente magnitud y naturaleza.

Alguno de los autores participantes aquí, señalan que más de la mitad del grupo poblacional utiliza estrategias de afrontamiento como esperar que las cosas se arreglen solas, y por otro lado el uso de la religión, doctrinas dirigidas al ámbito religioso, lo cual evidencia cierta pasividad en su proceso de afrontamiento, según los resultados de la escala de estrategias de afrontamiento. Por ende, se evidencia que dentro del marco de conflicto armado las mujeres y hombres experimentan de distintas formas el conflicto, esto en razón del contexto social, y cultural, además de las costumbres y del tipo de pensamiento.

Aquí se enfoca en el afrontamiento orientado a la emoción, el cual debe generar un esfuerzo en la persona, el cual le permita manejar y reducir en cierto punto situaciones externas y distintas a la del diario vivir. En este punto se presentan estrategias como la búsqueda de soporte emocional, la aceptación, crecimiento, y negación de las emociones entre otras. El paradigma es positivista deductivo-lógico y descriptivo. Los datos se originan de una muestra de 40 personas pertenecientes a una asociación de víctimas del conflicto armado, de los cuales se distribuyeron 20 hombres y 20 mujeres por tipo de muestreo no probabilístico. El instrumento de evaluación utilizado sobre estrategias de afrontamiento está conformado por 20 ítems, con calidad de respuesta tipo Likert. (Modesto Eloi Graterol Rivas M. I., 2017)

El instrumento aplicado otorga una alta fiabilidad al obtener un coeficiente de alfa de Cronbach entre 0.825 y 0.850 para el afrontamiento orientado a la emoción. El contraste de hipótesis se deduce de cada una de las estrategias del afrontamiento orientado a la emoción mediante la prueba de U Mann-Whitney con nivel de significancia de 0.398 para la búsqueda de soporte social emocional, 0.643 para aceptación, 0.495 reinterpretación positiva y crecimiento, 0.496 focalización en las emociones y 0.109 acudir a la religión.

Se concluye finalmente que no existen diferencias de género en el afrontamiento orientado a la emoción, utilizando como estrategias más representativas la aceptación, y la focalización de

las emociones, esto ligado a la religión donde la mayor parte son mujeres en busca de esta ayuda divina.

Afrontamiento orientado al problema en víctimas en conflicto armado, Cúcuta: Análisis desde la perspectiva de género, Anderson Moncada Grass, Lizeth Cardozo Rodríguez, Nidia Bonilla Cruz, Julio César Contreras Velásquez, Linda Katherine Calderón Vera; Derechos Humanos Desde Una Perspectiva Socio-Jurídica. En: Venezuela ISBN: 978-980-402-234-0 Ed: Universidad Del Zulia Luz, v. , p.624 - 649,2017.

El presente artículo analiza los recursos psicológicos que se manifiestan luego del hecho victimizante, como el afrontamiento desde la perspectiva de género, analizando las posibilidades de impacto y respuestas tanto de hombres como de mujeres en relación con el conflicto interno colombiano. Aquí se toma como base los estudios realizados por Cabanach (2013) donde se ven las grandes diferencias de afrontamiento entre hombres y mujeres de universidad en el manejo de situaciones estresantes o de tensión, al igual que el resultado obtenido donde evidencian dichas diferencias entre hombres y mujeres en razón del afrontamiento orientado al problema.

Este tipo de afrontamiento es descrito como el conjunto de reacciones que las personas suelen utilizar en momentos donde los estímulos externos dan origen a la generación de respuestas internas de acuerdo al estado de ánimo. Del mismo modo este tipo de afrontamiento evidencia la constante búsqueda hecha por el hombre con el fin de cambiar la situación y minimizar la respuesta amenazante. Gracias a esta definición se presentan cinco modos de afrontamiento orientado al problema; el activo, planteamiento supresión de actividades, postergación del afrente y búsqueda de apoyo social instrumental.

Al igual que los antecedentes locales anteriores este estudio se realizó bajo un paradigma positivista deductivo-lógico de alcance descriptivo. Se definieron los siguientes criterios e

inclusión: (a) que sea mayor de edad (más de 18 años), (b) ser víctima del conflicto armado por cualquier de los hechos victimizantes y (c) que actualmente esté incluido en el Registro Único de Víctimas (RUV), los criterios de exclusión son (a) que no presente ningún tipo de trastorno neurológico, de aprendizaje o que impida la ejecución de los instrumentos a aplicar y (b) no saber leer.

El método de análisis de fiabilidad del instrumento, se realiza mediante el estadístico alfa de Cronbach, que permite estimar la consistencia a través del conjunto de ítems que se espera que midan el mismo constructo o dimensión teórica, el cual cuanto más cerca se encuentre el valor del alfa a 1 mayor es la consistencia interna. (Modesto Eloi Graterol Rivas M. I., 2017) A partir de los resultados obtenidos en la investigación, se concluye que no existen diferencias estadísticamente significativas en el afrontamiento orientado al problema entre hombres y mujeres entendido como el estilo de afrontamiento en donde las personas buscan disminuir la respuesta amenazante a nivel cognitivo permitiendo una evaluación óptima (Carver, 1989).

Los resultados demuestran que las estrategias más representativas son el planteamiento en el cual se busca una elección adecuada para resolver el problema y la supresión de actividades competentes en la que se deja de lado el factor estresor (Carver, 1989) guardando relación con los resultados expuestos por Freire et al. (2013) en el que reflejan la existencia de estrategias enfocadas a la reducción del estrés, en la que los hombres utilizan estrategias como reevaluación positiva y la planificación, acompañado de pensamiento positivo, planificar y gestionar recursos, y que las mujeres buscan más el apoyo social, es decir que tanto hombres como mujeres utilizan los mismos estilos o estrategias de afrontamiento orientados al problema. (Modesto Eloi Graterol Rivas M. I., 2017)

Apoyo social percibido y afrontamiento en víctimas de la Base de la Pirámide rural: análisis desde perspectiva de género; Anderson J. Moncada Grass, Lizeth E. Cardozo Rodríguez, Nidia J. Bonilla Cruz. Julio César Contreras Velásquez; La base de la pirámide y la innovación frugal en América Latina; p.p 129-156; marzo 2017, Maracaibo, República Bolivariana de Venezuela.

En este capítulo se analiza la relación entre el apoyo social percibido y el afrontamiento desde la perspectiva de género en personas de la base de la pirámide en Norte de Santander, Colombia. Aquí se presentan las opiniones de Rebollero y Rondón (2010), en cuanto a las capacidades que se mantienen en las personas y comunidades que han sido víctimas de la violencia sociopolítica en Colombia, resaltando, que, a pesar de las experiencias dolorosas del conflicto y las respuestas emocionales al daño, surgen variables psicológicas tales como el afrontamiento y el apoyo social percibido. (Modesto Eloi Graterol Rivas M. I., 2017)

Y es así como, Debido al conflicto armado, se afecta la salud mental, debido a que surgen algunos daños psicológicos y emocionales, consecuencia del hecho victimizante y la falta de atención psicológica oportuna en las víctimas (Amaya y Carrillo, 2015). Esta situación se complica en sujetos que han vivenciado el hecho en términos de bienestar psicológico, como lo demuestra el CNMH (2011), identificando que los impactos del conflicto armado son complejos, de diverso orden, magnitud y naturaleza. Dentro de las teorías que soportan la concepción de apoyo social percibido se pueden encontrar posturas que fortalecen el contenido científico de la variable; Vivaldi y Barra (2012) se centran en la concepción del apoyo social percibido como la existencia de relaciones ampliamente significativas y la evaluación o apreciación subjetiva que realiza el individuo según el apoyo que recibe y como lo percibe.

Respecto al afrontamiento, las principales características del afrontamiento, distinguiendo como los recursos del individuo, esfuerzos cognitivos y las conductas cambiantes que son utilizadas en situaciones cotidianas; permiten manejar las demandas específicas externas o internas; de esta manera, explican los mecanismos para enfrentar el estrés o aquellas características ambientales e internas que superan la capacidad de los recursos del individuo y ponen en peligro su bienestar. Aquí el paradigma es positivista deductivo-lógico, siendo el diseño de tipo transaccional, no experimental, donde se analizan dos variables en un momento determinado en función del género, sin intervenir ni controlar las variables, permitiendo que el análisis de la situación actual describa las variables de afrontamiento y apoyo social percibido relacionando cada una desde la perspectiva de género (Modesto Eloi Graterol Rivas M. I., 2017).

Los datos provienen de una muestra de 40 personas de una asociación de víctimas del conflicto armado, de los cuales se escogieron 20 hombres y 20 mujeres por muestreo no probabilístico. El instrumento de evaluación para medir el apoyo social percibido, es un cuestionario multidimensional MSPSS con escala Likert; y el instrumento de evaluación de las estrategias de afrontamiento, conformado por 52 ítems, divididos en 3 dimensiones con opciones de respuesta con escala Likert. Los instrumentos aplicados evidencian una alta fiabilidad al obtener un coeficiente alfa de Cronbach de 0.873 para el de apoyo social percibido y 0.936 para el de afrontamiento. El contraste de hipótesis se hace mediante la prueba de U Mann-Whitney con nivel de significancia $\alpha = 0.05$.

Se concluye en el análisis, que no hay asociación estadísticamente significativa entre el género y los estilos afrontamiento y apoyo social percibido el factor de afrontamiento en víctimas del conflicto armado en Norte de Santander, Colombia, no existe asociación estadística significativa entre el género y los estilos de afrontamiento, es decir, que los estilos de afrontamiento son asumidos de manera similar, independiente si es hombre o mujer. También se evidencia que

no existen diferencias significativas entre hombres y mujeres en ninguna de las dimensiones del factor apoyo social percibido: apoyo familiar, apoyo de amigos y apoyo de otras personas, concluyendo que las diferentes estrategias de apoyo social percibido son independientes del género.

Marco teórico

En los últimos años ha venido a hablarse de estrés para casi todo. Este mismo volumen seguramente es una muestra de ello entre otras muchas. Aparte de un crecimiento exponencial de estudios, informes y revisiones sobre el tema, en los últimos años han aparecido revistas de contenido monográfico (en España, *Ansiedad y estrés*) y asimismo obras sistemáticas que se presentan como "manuales" sobre estrés (Glaser y Kiecolt-Glaser, 1994; Goldberger y Breznitz, 1993; Zeidner y Endler, 1996). Parece esto garantizar y fortalecer una demarcación temática de este dominio como posible ámbito de un tratado dentro de la Psicología (Fierro).

En Colombia han sido varios los estudios desde los años 90's en cuanto el afrontamiento y todo lo relacionado con el estrés, entre estos estudios, el realizado por Casuso en 1996 la adaptación del COPE (Inventario de Modos de Afrontamiento) de Carver et al (1989) con 817 estudiantes de segundo año de estudios en una universidad nacional y otra particular, el rango de edad de la muestra oscilaba entre los 16 y 20 años. El instrumento señaló una validez aceptable y encuentra que entre las estrategias más usadas por esa muestra están la planificación, postergación del afrontamiento y el afrontamiento activo. Mientras que las estrategias menos usadas fueron acudir a la religión, negación y desentendimiento conductual.

Alcalde, en 1998 estudió los niveles de autoeficacia percibida y los estilos de afrontamiento en estudiantes universitarios de Lima entre 16 a 20 años de edad, usó para medir afrontamiento el COPE hallando que el estilo más usado era el centrado en la emoción muy seguido del centrado en el problema. Las estrategias más usadas por esta población fueron reinterpretación positiva y

crecimiento, planificación y afrontamiento activo. En el 2000, Canessa adaptó para el Perú el inventario ACS de Frydenberg y Lewis en una muestra de 1236 adolescentes entre los 14 y 17 años de colegios estatales y particulares de Lima, encontrando validez y confiabilidad para la prueba. Asimismo, encontró que los adolescentes de su muestra tendían a usar con mayor frecuencia la estrategia de afrontamiento buscar diversiones relajantes, distracción física, preocuparse y fijarse en lo positivo (Bardales, Relación entre las cinco grandes dimensiones de la personalidad y el afrontamiento en estudiantes preuniversitarios de Lima Metropolitana, 2009).

Segura (2001) realizó un estudio sobre las estrategias de afrontamiento al estrés e inteligencia cognitiva y no cognitiva en estudiantes universitarios utilizando el ACS; dicha autora encuentra que la inteligencia emocional y la inteligencia cognitiva predicen el uso de los estilos de afrontamiento, productivo o no productivo. Martínez y Morote (2001) buscaron determinar las preocupaciones principales y estrategias de afrontamiento en un grupo de 413 adolescentes de 13 a 18 años de dos colegios particulares y dos colegios nacionales de Lima. Para ello usaron el ACS de Frydenberg y Lewis (adaptación Canessa, 2000) y una pregunta abierta donde se le pide a los adolescentes que describan brevemente la preocupación principal de sus vidas, encontrando que las preocupaciones principales se centran en futuro, conseguir éxito académico, conflictos familiares y preocupación por las dificultades económicas.

Sobre la relación entre la personalidad y afrontamiento son varios los estudios realizados; sin embargo, ellos se han hecho con poblaciones e instrumentos diferentes. Snyder (1999) recopila las tres más importantes investigaciones realizadas en adultos que relacionan el afrontamiento y los cinco factores de personalidad; esos estudios fueron realizados por Vickers, Kolar y Herwin en 1989; Hooker, Frazier y Monahan en 1994 y Watson y Hubbard en 1996. Encontrando de forma consistente que el rasgo de personalidad conciencia se relaciona con las estrategias más activas y

centradas en el problema; neuroticismo se asocia con el afrontamiento más pasivo y centrado en la emoción y extraversión se relaciona con la búsqueda de soporte social y reevaluación positiva.

En el 2007 Connor-Smith y Flachsbart realizaron un metaanálisis basados en las más de 165 investigaciones sobre personalidad y afrontamiento, estos autores trataron de ver el efecto de los instrumentos, los modelos, y características de las muestras. En sus resultados consideraron que desde el enfoque de los cinco factores había relaciones entre el uso de estrategias mal adaptativas con neuroticismo, entre conciencia con el uso de estrategias más centradas en el problema y de reestructuración cognitiva y, extraversión con la búsqueda de soporte para afrontar el estrés.

Finalmente, En el Perú existe un estudio de Moreano (2006) que relaciona los estilos de personalidad (a través del inventario de estilos de personalidad de Millon: MIPS) con las estrategias de afrontamiento (con el ACS) en 145 estudiantes universitarios de ambos sexos en jóvenes entre los 15 y 22 años de edad. Encontrando que en dicha muestra se encontraba asociación positiva entre el afrontamiento no productivo con las escalas, preservación, intuición, afectividad, innovación, vacilación, discrepancia, sometimiento e insatisfacción, por un lado, y una asociación negativa con apertura, sensación y firmeza por otro lado.

Del mismo modo, refiere Ozer y Benet-Martínez (2006) encuentran asociaciones sólidas entre indicadores de salud, longevidad y tres rasgos personalidad de los cinco factores: neuroticismo, conciencia y extraversión. Ellos consideran que altos niveles de neuroticismo contribuyen a la enfermedad tanto por las alteraciones neuroendocrinas como por las prácticas poco saludables que suelen estar presentar sujetos con afecto negativo; además encuentran que los sujetos con alta conciencia presentan en mayor proporción y finalmente sujetos con alto niveles de extraversión presentan un afecto positivo y mejores redes de soporte social lo cual es un factor protector para la salud (Bardales, Relación entre las cinco grandes dimensiones de la personalidad y el afrontamiento en estudiantes preuniversitarios de Lima Metropolitana, 2009).

Ahora bien, en cuanto al estrés, muchos han sido los conceptos y definiciones dados, Sin embargo, a pesar de ser un término ampliamente utilizado aún no se tiene una idea suficientemente clara y precisa sobre él. El estrés se ha aplicado a diversos fenómenos psicosociales, lo que ha llevado a cierta confusión sobre el término. Sin embargo, puede considerarse como un estado producido por una serie de demandas inusuales o excesivas que amenazan el bienestar o integridad de una persona. En el intento de dominar dicha situación se corre el peligro de que los recursos de afrontamiento se vean superados, llevando a una perturbación en el funcionamiento del individuo, lo que podría causarle dolor emocional, enfermedad e incluso la muerte.

Lazarus y Folkman (1986) definen el estrés como una relación entre la persona y el ambiente que es cognitivamente evaluado como significativo y que excede a sus recursos. El estrés es un proceso (que indica cambio) dinámico y bidireccional que incluye las transacciones entre el individuo y su medio ambiente durante el cual la percepción de amenaza, y/o daño ocasiona reacciones fisiológicas y emocionales (ansiedad y cólera, por ejemplo). Ante la activación, el cuerpo se prepara para la acción (Lazarus, 1993, Lazarus y Folkman, 1984; Taylor, 2003).

En un enfoque que relaciona el afrontamiento con el estrés, Endler y Parker (1994) señalan que las investigaciones en este rubro se han venido dando de manera creciente durante las últimas décadas, evidenciando el rol tan importante que juega el afrontamiento como mediador entre hechos antecedentes estresantes y consecuencias tales como ansiedad, depresión, malestar psicológico y quejas somáticas. Rodríguez-Marín (1995) lo define como un conjunto de respuestas ante la situación estresante ejecutadas para reducir de algún modo las cualidades aversivas de la situación; es decir es el proceso que incluye los intentos del individuo para resistir y superar demandas excesivas que enfrenta, se busca adaptarse a la nueva situación.

La teoría de la evolución se centra en el proceso de adaptación al ambiente y principalmente estudia la variación en la reproducción y herencia de organismos vivientes, así como la selección natural para la supervivencia. En este sentido focaliza su investigación sobre cómo el hombre se ha ido adaptando al medio físico y social, y enfatiza el aspecto comunitario. Dicha orientación ha conducido a enfatizar e investigar sobre actividades para solucionar problemas y de esta manera facilitar una mejor supervivencia.

En cuanto a los conceptos psicoanalíticos demandan la reducción de la tensión a través de la satisfacción de los instintos sexuales y agresivos. Freud en 1926 concibió al afrontamiento como un elemento de defensa que permite lidiar con los conflictos sexuales y agresivos; en ese sentido, sirve para fines de protección en un sentido similar a lo que es actualmente el afrontamiento. De acuerdo a Moos y Schaefer (1993), el psicoanálisis aporta al tema el que los procesos del yo sean entendidos como elementos cognitivos que tienen tanto funciones defensivas que distorsionan la realidad como funciones que se centran en reducir la tensión; es decir que se centran en la emoción. Sin embargo, Lazarus (1993) critica la explicación freudiana que propone dos fuentes diferentes para dos tipos de ansiedad: la “ansiedad neurótica” y la “ansiedad objetiva” y las ubica en el mundo interno de la persona y en el medio externo respectivamente. Lazarus señala que tal perspectiva perdería de vista la aproximación relacional sobre la emoción.

En cuanto a las teorías de ciclo de vida, tiene como principal representante a Erik Erikson, quien describe ocho estadios en la vida, en cada uno de los cuales se espera que la persona resuelva un determinado reto para poder afrontar la etapa siguiente, en un proceso donde la persona incrementa sus recursos de afrontamiento. Con ello aporta al tema del afrontamiento la posibilidad del aprendizaje y brinda importantes posibilidades terapéuticas (citado por Papalia et al 2005). Finalmente, existe la propuesta de investigar situaciones de vida en las que los individuos han experimentado situaciones extremadamente estresantes sea durante un tiempo corto (prisioneros

de guerra o encarcelados) o durante etapas relativamente largas (muertes, migraciones, ser víctima de una fuerte agresión, la vivencia de una enfermedad seria, etc.). Dichos estudios en general han resaltado los aspectos adaptativos del afrontamiento individual y grupal, mostrando que la mayoría de personas afrontan efectivamente sus transiciones y crisis de vida.

Así, el afrontamiento puede influir no solo, en la frecuencia, intensidad, duración y en la forma de las reacciones neuroquímicas al estrés, sino, además, puede disminuir las condiciones ambientales nocivas o perjudiciales o aumentar el potencial patógeno de la situación estresante (Lazarus y Folkman, 1986). Se propone en el mismo sentido que las estrategias de afrontamiento tienen un carácter estable. Dentro de esta visión algunos opinan que las personas llevan consigo un conjunto de estrategias de afrontamiento preferidas que podrían ser consideradas a manera de estilos de afrontamiento que representan tipos de afrontamiento disposicional que permanecen relativamente fijos a través del tiempo y las circunstancias.

Otros se atreven a afirmar que las estrategias preferidas provienen de dimensiones de la personalidad. Así, es posible que ciertas características de personalidad predispongan a las personas a afrontar el estrés con unas estrategias y no con otras. Kobasa (1981) apoya dicha postura al afirmar que ambos aspectos de afrontamiento, la evaluación cognitiva de situaciones, y las acciones dirigidas hacia esos eventos, están influenciados por la personalidad. Incluso plantea una serie de características de personalidad que podrían atenuar los efectos de situaciones estresantes y que componen lo que denomina “Personalidad Fuerte” (citado por Taylor, 2003). Por su parte Lazarus y Folkman (1986) conceptualizan el afrontamiento como un proceso cambiante y dinámico donde la gente combina distintas estrategias, aplicándose de múltiples formas, a medida que la relación del individuo con el entorno varía. La perspectiva moderna acepta que el afrontamiento puede ser entendido tanto en términos estables (disposicional) como temporales (situacional), dependiendo del contexto el sujeto recurrirá a algunos de ellos (Bardales, Relación entre las cinco grandes

dimensiones de la personalidad y el afrontamiento en estudiantes preuniversitarios de Lima Metropolitana, 2009).

La visión del afrontamiento desde ambos enfoques ha permitido la elaboración de instrumentos para medir el afrontamiento desde ambas versiones. Algunos autores plantean que ambos enfoques son complementarios y planean una perspectiva integral en la descripción del proceso de afrontamiento. En esta perspectiva, el enfoque disposicional se referiría a los afrontamientos preferidos por la persona, que trascienden la situación particular; y el enfoque situacional, refleja la forma en que se enfrenta la persona con un estresor particular y cómo responde a los cambios que se van dando durante el proceso (citado por Moreano, 2006).

El enfoque cognitivo- transaccional del estrés, Richard Lazarus y Susan Folkman.

Desde que Hans Selye introdujo el término al ámbito de las ciencias de la salud en 1956, el concepto estrés ha generado algunos debates, acerca de los aspectos en los que debe centrarse su definición. El debate radicaba en que si lo esencial del estrés estaba en la respuesta del organismo o en los estímulos y situaciones evocadoras. A raíz de esto hacia las décadas de los 70's el planteamiento finalmente se impuso y Richard Lazarus y Susan Folkman lo denominaron Modelo cognitivo-transaccional o Modelo interactivo.

Este modelo propone una definición de estrés centrada en la interacción que existe entre la persona y su entorno. Para esto dispone de un proceso de evaluación del organismo que se dirige paralelamente en dos direcciones, siendo una el ambiente y otra los propios recursos como pocos como para hacer frente a las demandas del entorno. El estrés es un concepto dinámico el cual resulta de las desigualdades entre las demandas del medio y de los recursos para afrontarlas. La evaluación cognitiva se hace del estímulo y de la respuesta, es aquí donde radica la clave de este modelo.

Esta propuesta permitió ordenar de manera coherente el conjunto de elementos que intervienen en el proceso de estrés como los estímulos, las respuestas, los mediadores y moduladores. (Jose Dahab, 2010)

Igualmente, el estudio de las diferentes crisis de migraciones que se vienen presentando en el mundo, son una viva muestra de la vulnerabilidad de los seres humanos. Los diferentes factores que se presentan en el proceso migratorio como la ansiedad y el estrés, son muestras latentes del acompañamiento psicológico que se le debe prestar a esta población que ha tenido que separarse de sus familias, de sus trabajos, de sus bienes, de su patria y hasta de su identidad con el fin de buscar en nuevos horizontes otra oportunidad para retomar lo que anteriormente fue su vida en otros países, en otros lugares.

En busca del mejoramiento de las condiciones de vida, la realización de una justicia social, así como la ampliación de oportunidades, son esenciales en la construcción de sociedades más justas guiadas por un modelo de desarrollo que privilegie el bienestar de las personas en el cual la política pública social. En este caso de manera particular la de los extranjero o migrantes venezolanos los cual a raíz de todo el éxodo masivo, ocupan un papel protagónico y primordial, en donde se requiere cambiar notablemente las prácticas sociales en las cuales está inmersa la esta problemática en cuanto a conocimientos, creencias, actitudes y a las posibilidades de acceder a servicios en todos los escenarios en los cuales toda esta población migrante se vean beneficiados y así garantizarles el ejercicio pleno y goce de sus derechos.

Desde el desarrollo humano se concibe a los niños como seres con permanente cambio, y adaptación al mismo con derecho de tener un desarrollo integral que les posibilite el ejercicio de los derechos como ciudadanos en ejercicio con calidad de vida, tal como lo plantea el Documento de Jamaica (2000) sobre políticas a favor de la niñez, haciendo hincapié en la niñez ya que un gran número de migrantes está representado en niños los cuales como bien lo cita el congreso de la

república con la constitución Política de Colombia 1991 en su artículo 44, que el derecho de los niños prevalecen sobre los derechos de los demás y en este tipo de condiciones no es deber ser diferente. (Constituyente, 1991)

El control social, es visto como mecanismos mediante los cuales la sociedad ejerce su dominio sobre los individuos que lo componen a fin de asegurar estabilidad y supervivencia, así el control social busca garantizar que las personas se sometan a las normas de convivencia dirigiendo satisfactoriamente los procesos de socialización. Dentro de las dimensiones del afrontamiento, con el ánimo de emprender un estudio más minucioso y concreto estudiamos el afrontamiento orientado al problema que resulta en una búsqueda de soporte social instrumental; el afrontamiento orientado a la emoción con la búsqueda de soporte social emocional y finalmente el afrontamiento evitativo que va de la mano con la negación.

En este punto se sugiere referenciar a grandes pensadores, filósofos y eruditos en el tema de la dignidad humana, salud, estrés y ansiedad y necesidades básicas del hombre entre otros.

El pensamiento ético filosófico de Kant, Kant y el problema de la dignidad humana.

En este estudio Kant distingue claramente entre “valor” y “dignidad”. Concibe la “dignidad” como un valor intrínseco de la persona moral, la cual no admite equivalentes. La dignidad no debe ser confundida con ninguna cosa, con ninguna mercancía, dado que no se trata de nada útil ni intercambiable o provechoso. Lo que puede ser reemplazado y sustituido no posee dignidad, sino precio. Cuando a una persona se le pone precio se la trata como a una mercancía. “Persona es el sujeto cuyas acciones son imputables (...) Una cosa es algo que no es susceptible de imputación” con esto Kant busca recalcar a grandes rasgos que la ética del hombre llega hasta el límite de los deberes que tiene este mismo. (Michelini, 2010) Siendo el hombre un ser pensante,

dotado de voluntad y razón, donde puede discernir entre el mal y el bien, lo injusto y lo justo que goza de principios morales los cuales permiten obrar de forma responsable.

“Los seres moralmente imputables son fines en sí mismos, esto es, son seres autónomos y merecen un respeto incondicionado.” (Michelini, 2010) El respeto absoluto e incondicionado que debemos a los seres autónomos, moralmente imputables, no puede ser afectado por instancias arbitrarias, circunstancias contingentes, por razones de raza, color, nacionalidades o relaciones de poder. De ahí que la dignidad humana pertenece a todo hombre, por el sólo hecho de pertenecer a la especie humana. Ahora bien, el fundamento de la dignidad humana radica en la autonomía y la capacidad moral de los seres humanos, no en su especificidad genética.

Todos los seres humanos reconocidos como personas, resulta en que cada uno debe ser tratado siempre al mismo tiempo como una finalidad absoluta y nunca como medio. De esta comprensión deriva Kant el imperativo categórico: “Obra del tal modo que uses la humanidad, tanto en tu persona como en la persona de cualquier otro, siempre al mismo tiempo como un fin y nunca solamente como medio” (Michelini, 2010). La dignidad humana no puede ni debe ser fijada caprichosamente; se trata de una particularidad propia de todo humano en tanto que todos los miembros de una comunidad de seres morales, deben vivir en dignidad y respeto integral.

Abraham Maslow y su teoría de las necesidades

La motivación y las necesidades que el ser humano lleva consigo, refiere Abraham Maslow; es todo aquello que permite actuar de una u otra manera. Según Abraham Maslow, las acciones que nos motivan van encaminadas a satisfacer o cubrir una necesidad cualquiera que esta sea. Abraham proponía una teoría en donde existe una jerarquía de las necesidades humanas, en donde manifiesta que el hombre a medida que va cubriendo sus necesidades más básicas, el hombre crea y desarrolla necesidades más complejas, esta es la llamada pirámide de Maslow, todo esto siempre

y cuando en la búsqueda de satisfacer esas necesidades básicas estén dentro de un entorno amigable y propicio para su desarrollo ya que es allí donde la capacidad de perseguir sus deseos se cumple. La Pirámide se conforma de 5 niveles, en donde el cimero son las necesidades básicas y termina con las necesidades más complejas.

Las necesidades son: fisiológicas, de seguridad, de afiliación, de reconocimiento y de autorrealización; las necesidades fisiológicas son las básicas y por último las de autorrealización siendo las más complejas.

Los tipos de necesidades en la pirámide de Maslow, habla acerca de las necesidades instintivas y hace una distinción entre necesidades “deficitarias” (fisiológicas, de seguridad y de reconocimiento) y de “desarrollo del ser” (autorrealización). La diferencia existente entre una y otra se debe a que las primeras hacen referencia a una carencia, mientras que las de “desarrollo del ser” refieren al quehacer del individuo. (Psicología, 2017)

El hecho de satisfacer las necesidades en el momento oportuno evita en ocasiones consecuencias molestas para el ser humano, las necesidades del “desarrollo del ser”, son importantes por cuanto ayudan al crecimiento personal, representan el deseo de crecer como persona. Las necesidades fisiológicas; refieren estas la supervivencia en el mundo, y todo lo que se relaciona con la misma como lo es: el respirar, beber agua, dormir, comer, tener sexo, además de que las necesidades de seguridad son las necesarias para vivir, en donde las primeras deben satisfacerse a plenitud para lograr estas que se orientan a la seguridad personal, al orden, la estabilidad y la protección.

Resulta entonces aquí habita el empleo, el ámbito familiar, y la salud incluyendo lo que de esta se desprende como el tema puntal del presente estudio; estrés y niveles de ansiedad, resultan al igual que las necesidades de afiliación como el amor, el afecto y la pertenencia o la inclusión a cierto grupo social y el no a la soledad, visto desde el desarrollo de un niño en un contexto escolar y familiar donde el pertenecer a un grupo en este caso escolar y tener un núcleo familiar garantiza

la satisfacción de estas necesidades, las cuales están presentes en el diario vivir de las personas, en el tema presentado aquí, específicamente la población migratoria y/o venezolana.

Las necesidades de reconocimiento como la autoestima, el reconocimiento hacia la propia persona, el logro particular y el respeto hacia los demás; la interacción con la comunidad donde la tolerancia y el respeto por el otro juega un papel importante al satisfacer dichas necesidades, la persona confía en sí misma y cree en lo valiosa que es dentro de la comunidad, escuela, jardín y el hogar. Al no estar cubiertas estas necesidades los sentimientos de retracción, soledad e inferioridad aparecen y las necesidades de autorrealización y el desarrollo de las necesidades internas, el desarrollo espiritual, moral, la búsqueda de una misión en la vida, la ayuda desinteresada hacia los demás, no cumplirían su propósito. (Psicología, 2017) Es así como las necesidades de la persona están estrechamente ligadas con la felicidad de la misma.

La Teoría del Aprendizaje Social de Albert Bandura

En este punto se hace un análisis de uno de los cuerpos teóricos más influyentes en psicología social. Puede que el concepto de "aprendiz" pueda parecer plano y sin matices, pero lo cierto es que ha evolucionado mucho a lo largo del tiempo. Al fin y al cabo, si nos ponemos filosóficos, no existen respuestas fáciles para ninguna pregunta. ¿De qué hablamos cuando hablamos de aprender? ¿El hecho de llegar a dominar una habilidad o tema es un mérito únicamente nuestro? ¿Cuál es la naturaleza del proceso de aprendizaje y qué agentes intervienen en este?

Albert Bandura centro su estudio sobre los procesos de aprendizaje en la interacción entre el aprendiz y el entorno. Y, más concretamente, entre el aprendiz y el entorno social. Mientras que los psicólogos conductistas explicaban la adquisición de nuevas habilidades y conocimientos mediante una aproximación gradual basada en varios ensayos con reforzamiento, Bandura intentó explicar por qué los sujetos que aprenden unos de otros pueden ver cómo su nivel de conocimiento

da un salto cualitativo importante de una sola vez, sin necesidad de muchos ensayos. La clave la encontramos en la palabra "social" que está incluida en la TAS.

Los conductistas, dice Bandura, subestiman la dimensión social del comportamiento reduciéndola a un esquema según el cual una persona influye sobre otra y hace que se desencadenen mecanismos de asociación en la segunda. Ese proceso no es interacción, sino más bien un envío de paquetes de información de un organismo a otro. Por eso, la Teoría del Aprendizaje Social propuesta por Bandura incluye el factor conductual y el factor cognitivo, dos componentes sin los cuales no pueden entenderse las relaciones sociales. En occidente, lo habitual era considerar al hombre como el único motor de su proceso de aprendizaje: la idea del hombre en busca de la virtud (con permiso de la deidad correspondiente).

En relación con el ambiente, hace una apreciación en la cual, ciertamente, para que exista una sociedad, por pequeña que esta sea, tiene que haber un contexto, un espacio en el que existan todos sus miembros. A su vez, ese espacio nos condiciona en mayor o menor grado por el simple hecho de que nosotros estamos insertados en él. Es difícil no estar de acuerdo con esto: resulta imposible imaginar a un jugador de fútbol aprendiendo a jugar por sí sólo, en un gran vacío. El jugador refinará su técnica viendo no sólo cuál es la mejor manera de marcar goles, sino también leyendo las reacciones de sus compañeros de equipo, el árbitro e incluso el público. De hecho, muy probablemente ni siquiera habría empezado a interesarse por este deporte si no le hubiera empujado a ello una cierta presión social. Muchas veces son los demás quienes fijan parte de nuestros objetivos de aprendizaje.

Bandura utiliza su modelo de la Teoría del Aprendizaje Social para recordarnos que, como aprendices en continua formación, nuestros procesos psicológicos privados e impredecibles son importantes. Sin embargo, a pesar de que son secretos y nos pertenecen sólo a nosotros, estos procesos psicológicos tienen un origen que, en parte, es social. Es precisamente gracias a nuestra

capacidad de vernos a nosotros mismos en la conducta de los demás por lo que podemos decidir qué funciona y qué no funciona. Además, estos elementos del aprendizaje sirven para construir la personalidad de cada individuo: Somos capaces de prever cosas a partir de lo que les pasa a otros, del mismo modo en el que el hecho de vivir en un medio social nos hace plantearnos ciertos objetivos de aprendizaje y no otros. (Triglia, 2018)

La escala de Rosenberg (Rosenberg, 1965). Rosenberg (1965)

La baja autoestima se ha identificado como criterio diagnóstico o como rasgo asociado a 24 trastornos mentales del DSM IV (Mruk, 2006). Algunas de las características asociadas a la baja autoestima son: hipersensibilidad, inestabilidad, timidez, falta de autoconfianza, evitación de riesgos, depresión, pesimismo, soledad o alienación (Rosenberg & Owens, 2001).

Dada la importancia de esta variable, su evaluación ha sido siempre muy relevante. Una de las escalas más utilizadas a nivel internacional para evaluar la autoestima global es la escala de Rosenberg (Rosenberg, 1965). Rosenberg (1965) define a la autoestima como una actitud positiva o negativa hacia un objeto en particular, el sí mismo. Rosenberg entiende a la autoestima como un fenómeno actitudinal creado por fuerzas sociales y culturales. La autoestima se crea en un proceso de comparación que involucra valores y discrepancias. El nivel de autoestima de las personas se relaciona con la percepción del sí mismo en comparación con los valores personales. Estos valores fundamentales han sido desarrollados a través del proceso de socialización. En la medida que la distancia entre el sí mismo ideal y el sí mismo real es pequeña, la autoestima es mayor. Por el contrario, cuanto mayor es la distancia, menor será la autoestima, aun cuando la persona sea vista positivamente por otros.

Los estudios que sostienen la existencia de dos factores de autoestima afirman que los ítems directos constituirían la faceta de automejoramiento en tanto que los ítems inversos constituirían la

faceta de autoderogación (Greenberger, Chen, Dmitrieva, & Farruggia, 2003; Tafarodi & Swann, 1995).

Marco conceptual

Tanto hombres como mujeres migrantes, independientemente de su edad, la mayoría de las veces sufren maltrato por parte de los ciudadanos colombianos o a el país que deciden migrar, tanto así que muchos al ver lo que sucede, deciden volver a su país de origen, esto les genera un sentimiento de frustración, desilusión y abandono. Es así como el traslado genera un alto nivel de incertidumbre, presentan una alerta permanente de la persona que migra para cuidarse de no ser asaltada o golpeada.

Quienes logran cruzar la frontera y llegar a territorio desconocido cuando se cree que han pasado lo más difícil, se presenta un problema en su salud mental, ya que al llegar a un lugar nuevo y al tratar de adaptarse, vuelven a experimentar otro tipo de tensiones, ya que se enfrentan a un nuevo medio por el hecho de no conocer el lugar al que llegan, tener que buscar trabajo sin contar con una red de apoyo, al no conocer la diversidad de las costumbres, tradiciones e idioma del lugar pueden contribuir a la aparición de cambios en la salud física y mental.

La Organización Mundial de la Salud (OMS) define al fenómeno del estrés como las reacciones fisiológicas que en su conjunto preparan al organismo para la acción (OMS, 1994). Considerado desde este punto de vista, el estrés sería una alarma, un estímulo que conduce a la acción, una respuesta necesaria para la supervivencia, respuesta que puede ser coherente con las demandas del entorno, o bien, insuficientes o exageradas. Cuando esta respuesta natural se da en exceso se produce una sobrecarga de tensión que repercute en el organismo humano y provoca la aparición de enfermedades y anomalías patológicas que impiden el normal desarrollo y funcionamiento del cuerpo humano. (OMS, ABCDELESTRES, 2015) Algunos ejemplos son los olvidos (incipientes problemas de memoria), alteraciones en el ánimo, nerviosismo y falta de

concentración, en las mujeres puede producir cambios hormonales importantes como dolores en abdominales inferiores, entre otros síntomas.

La progresiva inclusión de las variables mediadoras en los procesos de manejo del estrés y la creciente atención prestada a las variables cognoscitivas han sido elementos claves en el desarrollo conceptual del afrontamiento. Uno de los mayores desarrollos teóricos del afrontamiento surge del modelo cognoscitivo del estrés desarrollado por Lazarus y Folkman (1986), a partir de las investigaciones desarrolladas en el Berkeley Stress and Coping Project en los años setenta.

Desde este modelo, el afrontamiento se define como “aquellos esfuerzos cognitivos y conductuales constantemente cambiantes que se desarrollan para manejar las demandas específicas externas o internas que son evaluadas como excedentes o desbordantes de los recursos del individuo” (Lazarus & Folkman, 1986). Estos recursos incluyen la salud y la energía física, las creencias existenciales (como la fe en algún creador del universo), y las creencias generales del control que pueda tener el mismo o incluso el medio sobre su problema. (Lazarus & Folkman, 1986). (DI-COLLOREDO, APARICIO CRUZ, & MORENO, 2007)

En suma, la negación, como tantas otras estrategias de afrontamiento, no puede calificarse como inherentemente buena o mala. Debe tenerse en cuenta el contexto y sobre todo desarrollar principios que especifiquen las condiciones bajo las cuales los procesos de negación pueden tener consecuencias favorables o desfavorables. Lazarus y Folkman (1984) ofrecen las siguientes consideraciones: Cuando no hay nada constructivo que pueda hacerse para vencer el daño o la amenaza; es decir, cuando no existe una acción directa importante, los procesos de negación contienen el potencial necesario para aliviar el grado de trastorno producido por la situación, sin alterar el funcionamiento del individuo o producir daño adicional, la negación puede ser adaptativa con respecto a determinados aspectos de la situación, pero no en su totalidad. Los pacientes que sufren diabetes pueden negar la gravedad de la situación siempre y cuando continúen atentos a su

dieta, a su nivel de actividad y a la dosis de insulina, por último, la cronología de la negación como proceso de afrontamiento puede ser una cuestión de importancia. (Baeza Villarroel, 2018)

La negación puede resultar menos perjudicial y más afectiva en las primeras fases de una crisis, por ejemplo, en una enfermedad súbita, en una incapacitación o en la pérdida de un ser querido; es decir, cuando la situación ya no puede afrontarse en su totalidad, más que en fases posteriores.

Marco contextual

El centro de migraciones Scalabrinianos en cuanto a la atención de migrantes venezolanos y la situación fronteriza, este centro data que en la década de los 70, la bonanza petrolera de Venezuela creció que se convirtió en la esperanza laboral para cientos de miles de latinoamericanos que partieron hacia ese país en busca de mejorar la situación económica para ellos y sus familias, especialmente para los colombianos.

Sin embargo el mencionado sector comenzó a atravesar por una fuerte crisis, razón por la cual la mano de obra extranjera que en un tiempo fue vital, comenzó a convertirse en un problema, esto generó una oleada de deportados que con el pasar del tiempo fue aumentando y como no existía una entidad que los recibiera, prácticamente eran dejados en la frontera colombo-venezolana, a su suerte y sin otra cosa más que la ropa que traían puesta Cúcuta, capital del Departamento Norte de Santander fue el eje receptor de todas estas personas que día a día llegaban en abundancia, y a falta de un lugar para recibirlos y darles un trato digno, la Diócesis de Cúcuta acondicionó un espacio y en 1978 desarrolló el Centro de Recepción a Deportados, con el paso de los años y conociendo del carisma Scalabriniano por la atención a la población migrante mundial, se invitó a la comunidad misionera para que tomara las riendas del Centro, que desde entonces se conoce como Centro de Migraciones.

Actualmente es el único referente para la atención de las víctimas de la movilidad humana que arriban a la región: desplazados, indocumentados, refugiados, deportados, etc.; los servicios específicos del centro son: alimentación, hospedaje, aseo, y asesoría, bajo la total y única administración de la comunidad scalabriniana. La lenta reacción del Estado y la falta de políticas pertinentes ante esta problemática, motivaron a nuestra institución, que, centrada en una labor humanitaria e inmediata, vio el trabajo en Red como una solución eficaz. Fue por ello que desde aquel entonces trabajamos mancomunadamente con entidades de orden internacional que

atendieron con prontitud nuestro llamado: la Organización Internacional para las Migraciones (OIM), la Oficina de la Comisión Humanitaria Europea (ECHO), MOVIMONDO (ONG Italiana), Consejo Noruego para Refugiados (CNR), Agencia de Naciones Unidas para los Refugiados (ACNUR), Programa Mundial de Alimentos; tal situación motivó a la institucionalidad local para integrarse y desarrollar de a poco acciones de atención en el Centro de Migraciones.

La población atendida, en la cual se centra el Centro de Migraciones se compromete a brindar atención especial a la población vulnerables que se presentan solos o bajo remisión de Instituciones públicas o privadas locales e internacionales. Desplazados, deportados, refugiados, indígenas y personas en tránsito, son las atendidas en el centro de migraciones hoy en día. El Centro de migraciones hace parte de La Red Internacional de Migración Scalabrini (SIMN por sus siglas en inglés) organización que trabaja con las más de 80 casas migrantes en todo el mundo y coordina acciones conjuntas de registro, seguimiento y estudios migratorios. Entre sus servicios el de hospedaje; ofreciendo habitaciones para hombres y mujeres contando con espacios compartidos en cuanto a baños y duchas, el mismo tiene capacidad para albergar 70 personas.

Reporta en la actualidad el centro que, gracias a la gestión con instituciones locales e internacionales se ha vendido optimizado el servicio, en el entendido de ampliar los espacios y contar con habitaciones individuales con baño privado, espacios en los cuales se albergan a grupos familiares que arriban al centro de migraciones, buscamos minimizar casos de acoso, matoneo y revictimización. Espacios comunitarios como el patio para lavado de prendas y la sala facilitan la estancia de los residentes.

La Alimentación de los residentes aquí, consta de desayuno, almuerzo y cena para cada residente aseguran a diario su óptima estancia; los beneficiarios colaboran con el orden en el recinto. La preparación de los alimentos, el aseo y la seguridad durante las 24 horas del Centro de Migraciones, corre por cuenta de nuestro personal. La asesoría es un servicio con el cual

permanentemente se coordinan gestiones con instituciones locales e internacionales para brindar atención inmediata a los residentes, para este fin se establecen convenios interadministrativos que permiten la asesoría en temas jurídicos, rutas de atención, salud, seguridad, etc. Brindando un proceso de asistencia espiritual a través de los sacerdotes Scalabrinianos quienes dos veces por semana realizan eucaristías en la capilla del centro, de esta forma reforzamos en los afectados la confianza en Jesucristo a través de los preceptos Scalabrinianos. (migrantes, 2018)

Actualmente cuentan con aliados estratégicos para la consecución de esta labor humanitaria y social. Entre los aliados se encuentra la universidad Simón Bolívar, el Sena, la universidad de Santander UDES, fundación ÉXITO (almacenes éxito), alcaldía de san José de Cúcuta, ACNUR, consejo noruego para refugiados NRC y el servicio jesuita a refugiados SJR. Este tipo de alianzas permite ofrecer ayuda de calidad y oportuna a la población vulnerable afectada que se atiende en este centro migratorio.

Marco legal

El estudio se enfoca como se ha reiterado a lo largo de este proyecto, el alcance de los centros de migraciones o migratorios dispuestos para la atención de salud a la población migrante venezolana y a los extranjeros y el desarrollo de las leyes vigentes aplicadas al municipio de orden nacional como internacional, en el entendido de que los niveles de ansiedad y estrés resultan estrechamente ligados con la salud de todos estos ciudadanos.

Remontando el estudio jurídico a más 200 años atrás, en Colombia el libertador Simón Bolívar en el Congreso de Angostura (1819) el 15 de febrero sostuvo que; “El sistema de gobierno más perfecto es aquel que produce mayor suma de felicidad posible, mayor suma de seguridad social y mayor suma de estabilidad política”. Reiterando el porqué de la migración masiva y

desesperada de los migrantes venezolanos de un país que en la actualidad no produce ningún tipo de seguridad y menos felicidad a su pueblo.

Varios años después de la manifestación nacional del Libertador, es adoptada y proclamada **la Declaración Universal de Los Derechos Humanos (1948)**, donde de manera internacional y aplicable para los estados que se acogen a la misma, la libertad, la justicia y la paz del mundo debe reconocer la Dignidad de todos los integrantes de la Familia Humana además de promocionar entre las naciones el desarrollo de grandes relaciones basadas en la humanidad, la sensibilidad y el servicio por mencionar algunos. Los artículos para el análisis y acople del presente estudio, son el 1 y el 2 en donde se reitera el significado del hombre el cual posee derechos además de tener dignidad en igualdad y que la aplicación de los derechos proclamados en esta Declaración, se debe hacer sin distinción ni exclusión de raza, color, sexo, idioma, religión, opinión política o de cualquier otra índole, origen nacional o social, posición económica, nacimiento o cualquier otra condición.

Además, de no considerarse en casos morales y o humanitarios las ideologías políticas, jurídicas o internacional del país o territorio de cuya jurisdicción dependa una persona, tanto si se trata de un país independiente, como de un territorio bajo administración fiduciaria, no autónomo o sometido a cualquier otra limitación de soberanía. esto en relación del ámbito internacional.

Continuando en el ámbito nacional, entre los años de 1886 y 1950, se manifiesta el modelo higienista en el cual, la falta de agua, la mala alimentación, da origen a miles de enfermedades de origen sanitario y además de que solo había prevención mas no curación además de no haber promoción. Entre tanto la salud era costeadada y manejada por los directamente afectados (pacientes) o por entidades religiosas, iglesias, conventos u hogares de paso y caridad. Para la época de 1950 se expide el código sustantivo del trabajo, en el cual se establecen miles normas relacionadas a la salud, descanso obligatorio, seguridad en el trabajo y demás que hoy en día son aplicables.

Es así como postula el Congreso de la república desde (1970 - 1989), el estado colombiano crea el sistema nacional de salud bajo el esquema de subsidios, en el entendido que los recursos del estado eran consignados a la red de instituciones públicas hospitalarias. Sin embargo, el sistema aun carecía en proporcionar una atención integral de salud a la población de escasos recursos, o como se ve el día de hoy en razón de la atención a la población migrante venezolana. Para el año 1991 **la Asamblea Nacional Constituyente (1991)**, crea lo que es hoy en día la Constitución Política de Colombia, y con esta surgen miles de figuras garantes para la población, entre ellas se empieza a ver la salud como un derecho para todos y no como un acto de beneficencia de parte del estado.

El análisis de su artículo 49, **la Asamblea Nacional Constituyente (1991)**, mediante su constitución política, expone a que la atención de la salud y el saneamiento ambiental son servicios públicos a cargo del Estado, donde se garantiza a todas las personas el acceso a los servicios de promoción, protección y recuperación de la salud. Entre tanto es responsabilidad del Estado organizar, dirigir y reglamentar la prestación de servicios de salud a los habitantes conforme a los principios de eficiencia, universalidad y solidaridad. (Constituyente, 1991)

La creación y aplicación de políticas públicas para la prestación de servicios de salud por entidades privadas, y ejercer su vigilancia y control. Así mismo, establecer las competencias de la Nación, las entidades territoriales y los particulares y determinar los aportes a su cargo en los términos y condiciones señalados en la ley. Más tarde, en el plano internacional **Pacto Internacional de Derechos Económicos, Sociales y Culturales en sus Artículos 25, 12, 21,22**, presenta el derecho que tienen todas las personas a tener un nivel de vida adecuado que le asegure, así como a su familia, la salud y el bienestar, y en especial la alimentación, el vestido, la vivienda, la asistencia médica y los servicios sociales.

La protección de la seguridad nacional, el orden público o la salud o la moral públicas. necesarios; las responsabilidades y obligación que tienen los Estados Partes en el presente Pacto reconocen el derecho de toda persona al disfrute del más alto nivel posible de salud física y mental. Del mismo modo lo contemplado internacionalmente por la **Convención internacional sobre la protección de los derechos de todos los trabajadores migratorios y de sus familiares (1990)** adoptada por la asamblea general en resolución 45/158 del 18 de diciembre, donde estipula la aplicabilidad de dicha norma, salvo cuando en ella se instale otra cosa, a todos los trabajadores migratorios y a sus familiares sin distinción alguna por motivos de sexo, raza, color, idioma, religión o convicción, opinión política o de otra índole, origen nacional, étnico o social, nacionalidad, edad, situación económica, patrimonio, estado civil, nacimiento o cualquier otra condición. como aportes de estudio a considerar; el reconocimiento que tienen las personas enviadas o empleadas por un Estado fuera de su territorio, o por un empleador en su nombre, que participen en programas de desarrollo y en otros programas de cooperación, cuya admisión y condición jurídica estén reguladas por un acuerdo con el Estado de empleo y que, de conformidad con este acuerdo, no sean consideradas trabajadores migratorios.

Respecto al estudio de **la Carta de Derechos de los Migrantes Internacionales**, se enfoca **de manera particular lo dispuesto en sus artículos 2,3, 5 y 21**, los cuales presentan respectivamente, como lo es: el derecho que tiene todo migrante al nivel más alto posible de salud física y mental., incluidas la igualdad de acceso a los servicios de salud preventivos, curativos y paliativos y el derecho a un nivel de vida adecuado y a los factores determinantes de la salud, el derecho a la vida, el cual se exige este siempre protegido por la ley. Ningún migrante podrá ser privado de la vida arbitrariamente, con esto se respalda el principio de que todos son iguales ante la Ley, todas las personas, incluyendo los migrantes, son iguales ante la ley.

Además de ser derecho, la igualdad en cuanto al tema migratorio, reside en el hecho de que los migrantes tienen el derecho, sin distinción alguna, a igual protección de la ley frente a los nacionales de cualquier Estado en el que el migrante esté de manera transitoria o temporal. Y por último la Dignidad Humana, en igualdad a todo ser humano, incluida su integridad física, mental y moral.

Con este decreto se ha hablado de la Ley Estatutaria de Salud, también conocida como la LES, esto como consecuencia a la expulsión arbitraria de colombianos de Venezuela, compatriotas que han llegado al país y están a la deriva de la suerte o de lo que el gobierno los pueda ayudar de manera directa o indirecta o a voluntad del particular. En el entendido de que los que gozan recursos y cuentan con el apoyo de algún familiar en el país, la situación resulta ser más fácil, aunque no deje de ser nada anhelado tener un proyecto de vida y que de la noche a la mañana se tenga que cambiar o abandonarlo, el Decreto aquí considerado es el contenido en el **1768 del 4 de septiembre, por el cual el Congreso de la republica (2015)**, el cual establece las condiciones para la afiliación al Sistema General de Seguridad Social en Salud de los migrantes colombianos que han sido repatriados, han retornado voluntariamente al país, o han sido deportados o expulsados de la República Bolivariana de Venezuela"

Continuando con la labor del Presidente de la República con la Expedición de decretos con fuerza de Ley, **el Decreto 1495 del 15 de septiembre de 2016**, se analiza de manera general en razón de que en este se hace una modificación a los artículos 2.9.2.5.2, 2.9.2.5.3 y 2.9.2.5.8 del Capítulo 5, Título 2, Parte 9 del Libro 2 del Decreto 780 de 2016, Único Reglamentario del Sector Salud y Protección Social.". que no traduce otra cosa que, la responsabilidad que tuvieron las entidades territoriales y distritales (secretaria de Salud y departamentos administrativos de Salud) de censar a la población migrante en aras de tener un control migratorio y por ende un adecuado

manejo frente al respeto de los derechos humanos con la inclusión de los ciudadanos migrantes para que se vean beneficiados con la atención a salud.

Entre tanto el **Decreto 1288 del 25 de julio de 2018**, el cual establece la regularización temporal de venezolanos que realizaron el Registro y que habían ingresado a Colombia, quienes tendrán un permiso de permanencia temporal de dos años y acceso a servicios básicos de salud, educación y trabajo. En general Por el cual se adoptan medidas para garantizar el acceso de las personas suscritas en el Registro Administrativo de Migrantes Venezolanos a la oferta institucional y se dictan otras medidas sobre el retorno de colombianos, en materia de la salud, mantendrán el acceso a la atención de urgencias, con la posibilidad de afiliarse al Sistema de Seguridad Social en salud a través de la encuesta SISBEN para situarlos en el régimen contributivo o subsidiado, y las mujeres gestantes venezolanas tendrán control prenatal.

En educación, los niños seguirán accediendo, con mayor facilidad, a un cupo en la educación pública primaria y secundaria, además de validar de manera gratuita los estudios de bachillerato, mediante evaluaciones o actividades académicas, según lo considere el plantel educativo de procedencia legal además de prever lo necesario para acelerar el procedimiento de convalidar los títulos de educación superior provenientes de Venezuela. **Fuente especificada no válida.**

MARCO METODOLOGICO

El paradigma es interpretativo en la medida de que se hace un análisis del nivel de estrés y afrontamiento del migrante venezolano. En efecto, aunque los fenómenos del comportamiento humano son los mismos pueden analizarse en diversas formas, según la disciplina dentro de la cual se enmarque fundamentalmente la investigación; la mayoría de las investigaciones, a pesar de que se ubiquen dentro de un encuadre o una perspectiva en particular, no pueden evitar, en mayor o menor medida, tocar temas que se relacionen con distintos campos o disciplinas, esto según Hernández, Fernández y Baptista; 2003.

El desarrollo de esta propuesta de investigación se hará bajo el método cuantitativo ya que se pretende medir fenómenos, utilizando la estadística, y analizando causa y efecto de los migrantes bajo situaciones de estrés. El proceso se realiza de manera secuencial, deductivo y probatorio analizando del mismo modo la realidad objetiva de la población en especial de los extranjeros que, con su llegada por la alta migración desde Venezuela y las situaciones emocionales con las que llegan al país.

Enfoque de Investigación

En este enfoque Cuantitativo se realiza una recolección de datos para probar las hipótesis planteadas en un principio con base en una medición numérica y el análisis estadístico, para establecer en este caso los patrones de comportamientos que tienen los migrantes venezolanos frente a situaciones de estrés y afrontamiento como tal, y probar teorías. El objetivo de la investigación cuantitativa es el de ser lo más objetiva posible, en razón de que los fenómenos que se lleguen a observar no deben ser afectados por el investigador.

Las características básicas de los estudios cuantitativos se pueden abreviar en que son investigaciones ajustadas a patrones predecibles y estructurados, se generalizan resultados

encontrados en cierta población o segmento, se intenta explicar y predecir los fenómenos investigados buscando regularidades y relaciones causales entre elementos. En este enfoque se sigue rigurosamente el proceso y de acuerdo con ciertas reglas lógicas los datos generados poseen estándares de validez y confiabilidad y lo que se concluya ayudara a la generación de más conocimiento en el tema en concreto, que en este caso sería el nivel de estrés y afrontamiento de los migrantes venezolanos.

Diseño de Investigación

Basado en un diseño no experimental, descriptivo y correlacional, en la medida que consideran el fenómeno estudiado y sus componentes, miden conceptos, asocian estos mismo con variables.

Informantes claves

Los informantes serán.

Técnicas e instrumentos para la recolección de datos

En la investigación cuantitativa, algunos de los instrumentos para la recolección de datos son; la entrevista estructurada, cuestionario auto diligenciado, observación sistemática regulada y controlada, escalas de actitud y opinión y estadísticas, fuentes secundarias de datos.

Se seleccionará la información sobre el problema investigativo a partir de la consulta de fuentes primarias y secundarias en Internet y, en particular, en los repositorios universitarios y en las páginas web de Dialnet, SciELO, Redalyc, Google Academic, etc., en cuyos contenidos científicos se puede encontrar la literatura pertinente sobre cuestiones diversas que atañen al planteamiento y formulación del presente problema.

ANALISIS DE RESULTADOS

Los datos recolectados se almacenaron en una base de datos de Excel. Para el análisis estadístico se utilizó el programa IBM SPSS Statistics 2.1; se realizó un análisis de los resultados obtenidos en los instrumentos Escala de estrés percibido (EEP) y el Inventario de estimación de afrontamiento que permitieran dar cumplimiento a los objetivos planteados, luego se realiza una correlación entre las variables a partir de los resultados de puntuación directa obtenida en el Audit y el perfil de estrés para dar cumplimiento a los objetivos planteados.

Escala de estrés percibido (EEP)

En la aplicación de los instrumentos se contó con la participación de 37 inmigrantes venezolanos del centro de migraciones de la diócesis de Cúcuta misioneros Scalabrinianos

En relación al instrumento Escala de estrés percibido” (EEP) se realizó la interpretación de los resultados a partir de la puntuación directa por medio de una tabla de resumen que presenta el nivel estrés de la población percibida teniendo en cuenta la puntuación en percentil de dicho instrumento.

Los datos obtenidos en este instrumento indican que 3 participantes que pertenecen al 8,1% de la población presentan un nivel bajo de estrés percibido, en relación al nivel medio de estrés percibido el restante de la población seleccionada que pertenece al 91,9% (34 participantes) ver tabla 1

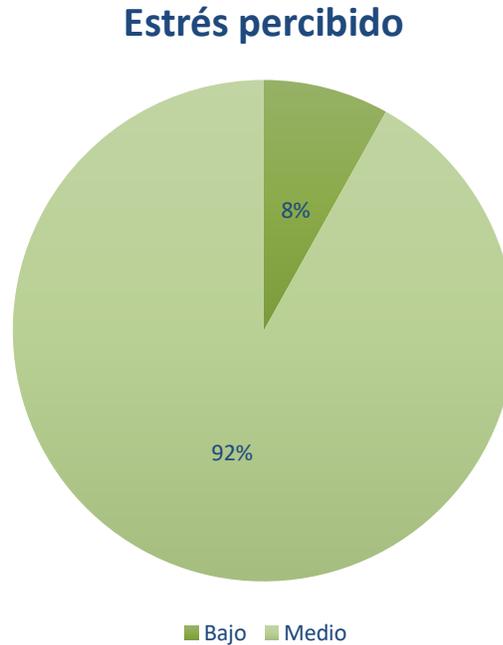
Tabla 1. Estrés percibido

Estrés percibido				
	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válidos	bajo	3	8,1	8,1
	medio	34	91,9	100,0
	Total	37	100,0	100,0

Fuente: elaboración propia

A continuación se muestra una gráfica que representa los niveles obtenidos en el instrumento de estrés percibido de la población inmigrante. Ver gráfico 1

Gráfico 1. Estrés percibido



Fuente: elaboración propia

Inventario de estimación de afrontamiento

A continuación se presentan los resultados obtenidos a partir de la aplicación del inventario de estimación de afrontamiento que se encuentra evaluado a partir de 13 sub-escalas diferentes las cuales indican las 13 estrategias de afrontamiento propuestas por Carver, en el afrontamiento activo enfocado en el problema 16,2% (6) indican nivel bajo, 48,6% nivel medio y 62,2% (13) nivel alto, en la planificación enfocada en el problema, 8,1% (3) indican nivel bajo, 56,86% (21) nivel medio y 35,1% (13) nivel alto.

En la sub-escala supresión de actividades competentes el 29,7% (11) indican bajo, el 43,2% (16) nivel medio y el 27,0% (10) nivel alto, sobre la postergación del afrontamiento el 16,2% (6)

nivel bajo, el 48,9% (18) nivel medio y el 35,1% (13) nivel alto; en la sub escala búsqueda de apoyo social por motivos instrumentales el 21,6% (8) se encuentran en un nivel bajo, el 40,5%(15) nivel medio y el 37,8% (14) nivel alto; en la búsqueda de apoyo social por motivos emocionales el 51,4% se encuentran en un nivel bajo, el 27,0% nivel medio y un 21,6% nivel alto.

En relación a la sub- escala reinterpretación positiva y crecimiento el 5,4% (2) nivel bajo, el 37,8% (14) nivel y un 56,8% (21) nivel alto; en la aceptación el 21,6% de los participantes se encuentran en un nivel bajo, el 51,4% nivel medio y el 27,0% nivel alto, sobre acudir a la religión 14 participantes que pertenecen al 37,8% de la población se encuentran en un nivel bajo y el 62,2% restante de la población que pertenece a 13 personas se encuentran en un nivel alto.

Por otra parte en la sub escala negación el 43,2% de la población se encuentra en un nivel bajo, el 43,2% nivel medio y el 13,5% restante en un nivel alto, en la sub- escala enfocar y liberar emociones el 29,7% está en un nivel bajo, el 51,4% nivel medio y el 18,9% restante en un nivel alto; en el desentendimiento conductual el 59,5% está en un nivel bajo, el 32,4% en un nivel medio y el 8,1% nivel alto, por último en la sub- escala desentendimiento mental el 37,8% nivel bajo, el 48,6% nivel medio y el 13,1% un nivel alto. Ver tabla 2

Tabla 2. Estrategias de Afrontamiento

Sub- escalas	Nivel	Frecuencia	Porcentaje
Afrontamiento activo. <i>Enfocado en el problema</i>	Bajo	6	16,2%
	Medio	18	48,6%
	Alto	13	35,1%
Planificación. <i>Enfocado en el problema</i>	Bajo	3	8,1%
	Medio	21	56,86%
	Alto	13	35,1%

Supresión de actividades competentes. <i>Enfocado en el problema</i>	Bajo	11	29,7%
	Medio	16	43,2%
	Alto	10	27,0%
Postergación del afrontamiento. <i>Enfocado en el problema</i>	Bajo	6	16,2%
	Medio	18	48,6%
	Alto	13	35,1%
Búsqueda de apoyo social por motivos instrumentales. <i>Enfocado en el problema</i>	Bajo	8	21,6%
	Medio	15	40,5%
	Alto	14	37,8%
Búsqueda de apoyo social por motivos emocionales. <i>Enfocado en la emoción</i>	Bajo	19	51,4%
	Medio	10	27,0%
	Alto	8	21,6%
Reinterpretación positiva y crecimiento. <i>Enfocado en la emoción</i>	Bajo	2	5,4%
	Medio	14	37,8%
	Alto	21	56,8%
Aceptación. <i>Enfocado en la emoción</i>	Bajo	9	21,6%
	Medio	19	51,4%
	Alto	10	27,0%
Acudir a la religión. <i>Enfocado en la emoción</i>	Bajo	14	37,8%
	Alto	13	62,2%
Negación. <i>Enfocado en la emoción</i>	Bajo	16	43,2%
	Medio	16	43,2%
	Alto	5	13,5%
Enfocar y liberar emociones	Bajo	11	29,7%
	Medio	19	51,4%
	Alto	7	18,9%

Desentendimiento conductual	Bajo	22	59,5%
	Medio	12	32,4%
	Alto	13	8,1%
Desentendimiento mental	Bajo	14	37,8%
	Medio	18	48,6%
	Alto	5	13,1%

Fuente: elaboración propia

Correlación de variables estrés percibido y estrategias de afrontamiento

Por lo tanto a partir de los resultados ya descriptos anteriormente se procedió a realizar la respectiva correlación entre las variables estrés percibido y las estrategias de afrontamiento en el análisis estadístico SPSS, teniendo en cuenta las 13 sub escalas evaluadas sobre la variable estrategias de afrontamiento se encontró en los resultados una correlación entre el afrontamiento activo y el estrés percibido de la población, indicando una correlación significativa al nivel de $0,01$, indicando que entre menor sea el afrontamiento activo de la persona mayor estrés percibido se presenta, los datos nos arrojaron más correlaciones en las otras sub escalas.

En la siguiente tabla se muestran los datos de correlación obtenidos, ubicando en la parte superior de la columna las 13 sub- escalas evaluadas, nombradas de la siguiente manera: 1. Afrontamiento Activo; 2. Planificación; 3. Supresión de actividades competentes; 4. Postergación del afrontamiento; 5. Búsqueda de apoyo social por razones instrumentales; 6. Búsqueda de apoyo social por razones emocionales; 7. Reinterpretación positiva y crecimiento; 8. Aceptación; 9. Negación; 10. Acudir a la religión; 11. Enfocar y liberar emociones; 12. Desentendimiento conductual; 13. Desentendimiento mental. Ver tabla 3

Tabla 3. Correlación entre variables

Correlaciones													
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13

Estrés percibido	Correlación de Pearson	,511**	,299	,384*	,081	,195	,137	,255	,165	,381*	-	-	,225	,129
	Sig. (bilateral)	-,001	,072	,019	,632	,247	,419	,128	,328	,020	,452	,784	,180	,445
	N	37	37	37	37	37	37	37	37	37	37	37	37	37

** . La correlación es significativa al nivel 0,01 (bilateral).

* . La correlación es significativa al nivel 0,05 (bilateral).

Fuente: elaboración propia

DISCUSIÓN

La presente investigación busca analizar la relación de estrés percibido y afrontamiento por parte de los inmigrantes venezolanos en el centro de migraciones de la Diócesis de Cúcuta misioneros Scalabrinianos, dando cumplimiento a los objetivos específicos propuestos en el presente proyecto, identificando el nivel de estrés percibido, las estrategias de afrontamiento, que llevan a la correlación entre las dos variables, para llevar a cabo el cumplimiento de este proyecto se tiene en cuenta los resultados obtenidos en los instrumentos estrés percibido y estrategias de afrontamiento que fueron aplicados a los inmigrantes venezolanos

A partir de lo mencionado anteriormente y teniendo en cuenta los resultados globales obtenidos en relación al primer objetivo propuesto sobre identificar el estrés percibido en los migrantes venezolanos se identificó que la gran parte de la población tiene un nivel de estrés medio, esta es una cifra que indica que los inmigrantes estudiados se enfrentan a situaciones diarias que pueden estar produciendo un estrés significativo en estos, según Elgorriaga; Arnosó y Taboada (2014) “la presencia de estrés además de ser un indicador sobre el malestar que algunas personas sufren durante el proceso migratorio, puede ser un factor de riesgo para desarrollar otro tipo de respuestas negativas como ansiedad, depresión y somatizaciones” (p,136)

Es importante tener en cuenta estas cifras arrojadas en este proyecto, los inmigrantes venezolanos están presentando un nivel medio de estrés que puede indicar que las situaciones y los diversos factores que enfrentan debido al proceso de migración están afectando las acciones y comportamientos de la vida diaria de estos, los procesos migratorios pueden ser una situación causante de estrés en ellos, y la forma como están llevando la situación posiblemente están incidiendo en estos resultados, los inmigrantes presentan grandes índices de padecer alguna sintomatología en su salud mental relacionada al estrés, estos causados por los diversos factores sociales, económicos, emocionales y personales que cada uno posea, redes de apoyo, características sociodemográficas y el contexto cultural (Urzúa ; Heredia y Caqueo, 2016, p.564)

De lo anterior mencionado se puede aludir que están existiendo en los inmigrantes factores que posiblemente estén incidiendo a que los niveles de estrés presentados en el instrumento de estrés percibido se encuentre en el mayor número de participantes, el estrés en los inmigrantes es un fenómeno que ha sido estudiado a nivel mundial debido a los altos índices de proceso migratorio a lo que se enfrentan diversas personas en cualquier parte del mundo, considerando el hecho que este proceso afecta la salud mental de los mismos, según Baldaw (2002) El proceso de migración es considerado como dinámico porque incluye una serie de cambios y pérdidas, entre las que se encuentran diversos aspectos, donde el migrante puede manifestar varios síntomas mentales y somáticos debido a la migración y al estrés (citado por Pozos, Velasco, Acosta y pando, 2014, p.66)

Por otra parte a partir del segundo objetivo propuesto en el que se propuso identificar las estrategias de afrontamiento de los inmigrantes, a partir de las 13 subescalas evaluadas se obtuvieron unos resultados que indican que en el afrontamiento activo de más de la mitad de la población se encuentran dentro de los niveles medio y alto, esto podría indicar que existe en ellos acciones realizadas que buscan evitar el estrés o disminuir los efectos del mismos, Arnold y Haefner (1988) este proceso se debe a “un esfuerzo dramático de reducción de complejidad ya que

una vez salido de su marco de referencia se enfrenta a una ruptura y a un desafío por alcanzar sentido y pertenencia” (citado por Solís, 2005,p.4)

Es importante mencionar que los resultados obtenidos en este instrumento se realizaron por subescalas sin embargo en esta primera categoría es que se encontró una correlación con el estrés percibido, es importante tener en cuenta que en la categoría búsqueda de apoyo social por motivos emocionales es una de las subescalas que presentan un mayor número de participantes entre los niveles bajos, posiblemente en esta población no se ha producido redes de apoyo que son de total importancia para el proceso migratorio, para Echeverri, 2014, “el estar integrado en el nuevo círculo de vida puede representar en las personas inmigrantes un sentimiento de triunfo, de manera que la red de apoyo social puede ser fundamental para la adaptación la creación de vínculos y la estabilidad” (p.16)

De lo anterior mencionado en relación a las estrategias de afrontamiento es importante mencionar que la población participante en este proyecto en la sub escala desentendimiento conductual se encuentran también una gran cifra de personas dentro de un nivel bajo, esta dimensión es entendida como “la disminución del esfuerzo dirigido al estresor, dándose por vencido, sin intentar lograr las metas con las que el estresor está interfiriendo” (Montenegro, 2018, p.12)

Lo mencionado anteriormente puede indicar que los inmigrantes venezolanos no cuentan actualmente con redes de apoyo que permitan y brinden a los mismos una integración adecuado a la nueva cultura que atraviesan por medio del proceso migratorio que están viviendo, este tipo de factores pueden ser influenciables en el nivel de estrés que fue determinado en el instrumento inicial, para Araujo y Borrells (2006) los aspectos sociales influyen en los factores estresantes que se producen en los inmigrantes a partir de la falta de redes de apoyo que conllevan a estos a sentir

miedo por la discriminación y la falta de apoyo social que tienen para llevar el proceso de migración que viven en un país que es desconocido para ellos (citado por Orozco, 2013, p.6)

Teniendo en cuenta los resultados obtenidos en el estrés percibido de los inmigrantes y las estrategias de afrontamiento evaluadas en cada una de las subescalas, el hecho de que las personas no posean unas adecuadas estrategias de afrontamiento puede ser un factor que incida en la salud mental y en la afectación de los factores estresores, desde una revisión a la literatura cuando se produce una inmigración las personas sufren diversos cambios que le exigen que realice una reestructuración de sus personalidad y por lo tanto en los comportamientos, este proceso puede causar una serie de efectos negativos que pueden provocar niveles de estrés que afecten su salud mental y física (Patiño y Kirchner, 2008, p.30)

A partir de lo mencionado anteriormente es necesario mencionar el último objetivo propuesto en el que se realizó la correlación entre las dos variables estudiadas, los datos obtenidos en este proyecto no aportan datos tan significantes entre los estrés percibido y las estrategias de afrontamiento, sin embargo en una investigación realizada por Fernández (2009) existe una relación entre la salud psicológica y el estrés, las estrategias de afrontamiento y el sentido de coherencia, indicando que entre menor sea el nivel de estrés, mayor el del sentido de coherencia de los estudiantes universitarios y utilicen estrategias de afrontamiento adaptativas, mejor será su salud, o viceversa. (p.320)

Estos resultados pueden tener relación con los datos encontrados en este proyecto de investigación, en que aunque no se aprecian correlaciones significativas entre el estrés percibido y las demás subescalas evaluadas en el instrumento de estrategias de afrontamiento, sin embargo como fue mencionado anteriormente, sí se presentan correlaciones significativa entre la dimensión afrontamiento activo y estrés percibido, para Castaño y León (2010) “son las estrategias de afrontamiento ante situaciones de estrés un factor fundamental de la salud mental, de esta manera

la buena adaptación al medio, en cuanto adecuadas relaciones interpersonales y apoyo social un factor básico de salud mental” (p,246)

A partir de lo mencionado por estos autores se puede aludir que las estrategias de afrontamiento que utilizan las personas ante las situaciones de estrés permiten que realicen un adecuado enfrentamiento a estas situaciones que pueden presentarse como negativas, así desde esta revisión literaria realizada puede indicar que las estrategias utilizadas por las personas ante situaciones de estrés permiten que se pueda realizar una mejor afrontación que puede conllevar a resultados mucho más beneficiosos para la salud.

El presente estudio realiza un aporte de información singular en relación al estrés percibido y las estrategias de afrontamiento desplegadas ante las situaciones, esto porque se comprueba que aunque existe un nivel medio de estrés estos índices no presentan una relación directa con las estrategias de afrontamiento que están siendo utilizadas por los inmigrantes, si bien la literatura sugiere que el proceso migratorio es un fenómeno que genera en las personas cambios que son significativos en diversos aspectos en los que se ven implicados diversas esferas de la vida, de esta manera las acciones son un resultado del desarraigo y el estrés asociado con el momento de partir, el encuentro con la nueva cultura y estilo de vida al que se deben enfrentar (Ojeda; Cuenca y Espinoza, 2008, p.82)

CONCLUSIONES

Teniendo en cuenta lo anterior, se plantearon varios objetivos que daban respuesta a la formulación del problema en este proyecto de investigación, serán resueltas y descritas a continuación según los resultados:

Inicialmente dentro del objetivo general en este proyecto se planteó analizar la relación entre el estrés percibido y las estrategias de afrontamiento de los inmigrantes venezolanos, se encontró en los participantes un nivel de estrés medio que al ser correlacionadas con las 12 sub

escalas evaluadas en las estrategias de afrontamiento, presentan una relación significativa con la sub escala estrategia de afrontamiento activo, indicando que entre menor sean las estrategias de afrontamiento activo utilizado por los inmigrantes mayor es el estrés.

A partir de lo mencionado anteriormente en relación con el estrés percibido en los inmigrantes venezolanos que participaron en este trabajo de investigación, se hace necesario comentar que es pertinente realizar futuras investigaciones en las que el estrés en inmigrantes sea una variable considerada a estudiar, ya que este es un fenómeno por algunos olvidados bastante notable dentro del ámbito regional que no se producen investigaciones relacionadas a las problemáticas de salud mental que pueden estar presentándose en el proceso migratorio que ha venido ocurriendo con los venezolanos.

Por otra parte aunque dentro del presente proyecto no se hayan encontrados niveles de estrés altamente significativos este es un tema que genera bastante preocupación y se hace necesario prevenir o incluso manejar aquellos efectos del estrés en los inmigrantes, ya que las consecuencias en relación al síntoma son bastante nocivas para la salud mental y física de los individuos

En relación a las estrategias de afrontamiento los resultados aquí obtenidos es importante investigar a nivel regional que estrategias de afrontamiento son las más utilizadas por los inmigrantes venezolanos durante el proceso migratorio que viven, y como la culturización, el cambio de vida y el proceso económico influyen en los niveles de estrés que son experimentados por ellos.

Bibliografía

- (APA), A. A. (2018). *comprendiendo el estres cronico*. Obtenido de comprendiendo el estres cronico: <https://www.apa.org/centrodeapoyo/estres-cronico.aspx>
- Achotegui, J. (diciembre de 2009). *Migración y salud mental. El síndrome del inmigrante con estrés crónico y múltiple (síndrome de Ulises)*. Obtenido de Migración y salud mental. El síndrome del inmigrante con estrés crónico y múltiple (síndrome de Ulises): <file:///C:/Users/Laptop/Downloads/Dialnet-MigracionYSaludMentalElSindromeDelInmigranteConEst-3119470.pdf>

- Agustín E. Martínez, J. A. (2016). *Relaciones entre Inteligencia Emocional y Estrategias de Afrontamiento ante el Estrés*. Obtenido de Relaciones entre Inteligencia Emocional y Estrategias de Afrontamiento ante el Estrés.
- Alfonso Urzúa, O. H. (2016). Salud mental y estrés por aculturación en inmigrantes sudamericanos en el. *Revista Medicina Chile* , 563-570. Obtenido de Salud mental y estrés por aculturación en inmigrantes sudamericanos en el: <https://scielo.conicyt.cl/pdf/rmc/v144n5/art02.pdf>
- Amparo, G., Salazar Henao, M., & Botero Gómez, P. (2012). Migración en Colombia: factores psicosociales y vínculos transnacionales. *Ánfora*, 51-69.
- Arce, N. S. (2016). *MIGRACIÓN Y CULTURA*. Obtenido de MIGRACIÓN Y CULTURA: <http://unesdoc.unesco.org/images/0024/002477/247760s.pdf>
- Baeza Villarroel, J. (2018). *La negación*. Obtenido de La negación: <https://clinicadeansiedad.com/ir-de-mal-en-peor/otros-errores/la-negacion/>
- Bardales, M. d. (2009). *Relación entre las cinco grandes dimensiones de la personalidad y el afrontamiento en estudiantes preuniversitarios de Lima Metropolitana*. Obtenido de Relación entre las cinco grandes dimensiones de la personalidad y el afrontamiento en estudiantes preuniversitarios de Lima Metropolitana.
- Blanca E. Pozos-Radillo, M. A.-V.-F.-M. (2014). Perfil de estrés y estrés crónico en migrantes mexicanos en Canadá. *Rev. salud pública.* , 63-75.
- carmen solis manrique, a. v. (2006). Estilos y estrategias de afrontamiento. *Revista de siquiatria y salud mental HERMILIO VALDIZAN*, 33-39. Obtenido de Estilos y estrategias de afrontamiento: <http://www.hhv.gob.pe/revista/2006/3%20ESTILOS%20Y%20ESTRATEGIAS%20DE%20AFRONTAMIENTO.pdf>

- Castaño, E. F., & León del Barco, B. (2010). Estrategias de afrontamiento del estrés y estilos de conducta interpersonal. *International Journal of Psychology and Psychological Therapy*, 245-257.
- Constituyente, A. N. (20 de julio de 1991). *CONSTITUCIÓN POLÍTICA DE COLOMBIA*. Obtenido de CONSTITUCIÓN POLÍTICA DE COLOMBIA: http://www.secretariassenado.gov.co/senado/basedoc/constitucion_politica_1991.html
- Corbin, J. A. (2018). *Psicología emocional: principales teorías de la emoción*. Obtenido de Psicología emocional: principales teorías de la emoción: <https://psicologiaymente.com/psicologia/psicologia-emocional>
- cortez, S. v. (2018). *programa institucional actividades de educación para una vida saludable*. Obtenido de programa institucional actividades de educación para una vida saludable: https://www.uaeh.edu.mx/docencia/VI_Lectura/licenciatura/documentos/LECT100.pdf
- DI-COLLOREDO, C., APARICIO CRUZ, D. P., & MORENO, J. (2007). DESCRIPCIÓN DE LOS ESTILOS DE AFRONTAMIENTO EN HOMBRES Y MUJERES ANTE LA SITUACIÓN DE DESPLAZAMIENTO. *Psychologia. Avances de la disciplina*, 125.156.
- Echeverry, A. (2011). Colombia y Somalia: ¿es posible una relación de capital social, nexos y flujos migratorios? *RAI-REVISTA ANÁLISIS INTERNACIONAL*, 1-22. Obtenido de Colombia y Somalia: ¿es posible una relación de capital social, nexos y flujos migratorios?: <file:///C:/Users/Laptop/Downloads/58-Texto%20del%20art%C3%ADculo-119-1-10-20111026.pdf>
- Eugenia Vilar Peyr , C. E. (2008). Migración y salud mental: un problema emergente de salud pública . *REVISTA GERENCIA Y SALUD*, 18-42.
- Exteriores, M. M. (julio de 2018). *MÁS DE 870 MIL VENEZOLANOS EST N RADICADOS EN COLOMBIA*. Obtenido de MÁS DE 870 MIL VENEZOLANOS EST N RADICADOS

EN

COLOMBIA:

<http://migracioncolombia.gov.co/index.php/es/prensa/comunicados/comunicados-2018/julio-2018/7929-mas-de-870-mil-venezolanos-estan-radicados-en-colombia>

Fernández, M. (2009). Estrés percibido, estrategias de afrontamiento y sentido de coherencia en estudiantes de enfermería: su asociación con salud psicológica y estabilidad emocional.

Recuperado

de:

<https://buleria.unileon.es/bitstream/handle/10612/902/2009FERN%C3%81NDEZ%20MART%C3%8DNEZ,%20MAR%C3%8DA%20ELENA.pdf?sequence=1>

Elgorria, E; Arnosó, A; Martínez, C. (2014). Estudio del estrés percibido en la población inmigrante magrebí y latinoamericana. *Ansiedad y Estrés* 20(2-3):143-163 · December 2014.

Recuperado

de:

https://www.researchgate.net/publication/268742083_Estudio_del_estres_percibido_en_la_poblacion_inmigrante_magrebi_y_latinoamericana

Urzúa, A; Heredia, O; Caqueo, A. (2016). Salud mental y estrés por aculturación en inmigrantes sudamericanos en el norte de Chile. *Rev Med Chile* 2016; 144: 563-570. Recuperado de:

<https://scielo.conicyt.cl/pdf/rmc/v144n5/art02.pdf>

Patiño, C; Kirchner, T. (2008). Estrés y coping en inmigrantes latinoamericanos residentes en Barcelona. *Revista iberoamericana de psicología: ciencia y tecnología* (1): 29-38, 2008.

Recuperado

de:

[file:///C:/Users/luis/Downloads/Dialnet-](file:///C:/Users/luis/Downloads/Dialnet-EstresYCopingEnInmigrantesLatinoamericanosResident-4905158%20(1).pdf)

[EstresYCopingEnInmigrantesLatinoamericanosResident-4905158%20\(1\).pdf](file:///C:/Users/luis/Downloads/Dialnet-EstresYCopingEnInmigrantesLatinoamericanosResident-4905158%20(1).pdf)

Pozos, R; Velasco, M; Acosta, M; Pando, J. (2014). Perfil de estrés y estrés crónico en migrantes mexicanos en Canadá. *Rev. Salud pública.* 16 (1): 63-75, 2014. Recuperado

de:https://www.scielosp.org/article/ssm/content/raw/?resource_ssm_path=/media/assets/rsap/v16n1/v16n1a06.pdf

- Ojeda, A; Cuenca, J; Espinos, D. (2008). Comunicación y Afrontamiento Como Estrategias Individuales que buscan facilitar la Adaptación Social en Población Migrante Migración y Desarrollo, núm. 11, 2008, pp. 79-95 Red Internacional de Migración y Desarrollo Zacatecas, México. Recuperado de: <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=66011754004>
- Solís, E. (2005). Ponencia presentada en el Seminario Internacional sobre Migración Transfronteriza, realizado en San José, Costa Rica, del 3 al 5 de Febrero de 2005. Recuperado de: <https://ccp.ucr.ac.cr/noticias/migraif/pdf/solis.pdf>
- Echeverri, M. (2014). Redes de apoyo social y procesos de integración en mujeres inmigrantes. Recuperado de: <https://academica-e.unavarra.es/bitstream/handle/2454/16464/TFGECHEVERRY.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Figueroba, A. (2018). *Regresión: qué es según el psicoanálisis (y críticas)*. Obtenido de Regresión: qué es según el psicoanálisis (y críticas): <https://psicologiaymente.com/psicologia/regresion-psicoanalisis>
- Gaviria, L. H. (julio de 2015). *Una mirada a la migración internacional en América Latina desde la perspectiva de la libertad política en Hannah Arendt*. Obtenido de Una mirada a la migración internacional en América Latina desde la perspectiva de la libertad política en Hannah Arendt: <http://repositorio.uchile.cl/bitstream/handle/2250/136574/Una-mirada-a-la-migracion-internacional-en-America-Latina-desde-la-perspectiva-de-la-libertad-politica-en-Hannah-Arendt.pdf;sequence=1>
- Gonzalez, R. A. (marzo de 2015). *Vulnerabilidad y riesgo en salud: ¿dos conceptos concomitantes?* Obtenido de Vulnerabilidad y riesgo en salud: ¿dos conceptos concomitantes?: <http://scielo.sld.cu/pdf/rnp/v11n21/rnp070115.pdf>

- gonzalez, s. d. (14 de julio de 2018). *Los tres tipos de ansiedad según Sigmund Freud*. Obtenido de Los tres tipos de ansiedad según Sigmund Freud: <https://lamenteesmaravillosa.com/los-tres-tipos-de-ansiedad-segun-sigmund-freud/>
- Guarino, L. (2013). Mediación moderada, sensibilidad emocional y afrontamiento en el contexto del estrés. *Pensamiento Psicológico*, 141-159.
- Guzmán-Carrillo, K. Y., González-Verduzco, B. S., & Rivera-Heredia. (2015). Recursos psicológicos y percepción de la migración en menores con familiares migrantes. *Revista Latinoamericana de Ciencias Sociales, Niñez y Juventud*, 701- 714.
- Hernández, A. A. (2011). Análisis de la migración venezolana a Colombia durante el gobierno de Hugo Chávez (1999 -2011). *RAI-REVISTA ANÁLISIS INTERNACIONAL*, 1-22. Obtenido de Identificación de capital y compensación económica: [file:///C:/Users/Laptop/Downloads/84-Texto%20del%20art%C3%ADculo-179-1-10-20120210%20\(1\).pdf](file:///C:/Users/Laptop/Downloads/84-Texto%20del%20art%C3%ADculo-179-1-10-20120210%20(1).pdf)
- Jose Dahab, C. R. (marzo de 2010). El enfoque cognitivo-transaccional del estres. *CETECIC revista de terapia cognitivo conductual* , 1-6. Obtenido de <file:///C:/Users/Laptop/Downloads/ESTRES%20MIGRATORIO/el-enfoque-cognitivo-transaccional-del-estres.pdf>
- Kyi, A. S. (2002). *UNITED NATIONS DEVELOPMENT PROGRAMME Desarrollo humano y dignidad humana*. Obtenido de UNITED NATIONS DEVELOPMENT PROGRAMME Desarrollo humano y dignidad humana: <http://hdr.undp.org/es/content/desarrollo-humano-y-dignidad-humana>
- Luis, A. H., Reyco Ito Sugiyama, M. E., & Lagunes, I. R. (2009). Características psicométricas de una Escala de Ocurrencia e Intensidad del Estrés Migratorio (OIEM) en población migrante

- mexicana a Estados Unidos. *Revista Iberoamericana de Diagnóstico y Evaluación - e Avaliação Psicológica*, 133-155.
- Maldonado, D. M. (2014). Propuesta de acompañamiento psicosocial con familias migrantes. *Sinectica, revista electronica de educación*, 1-14.
- Michelini, D. J. (2010). Dignidad humana en Kant y Habermas. *Revista anual de la Unidad de Historiografía e Historia de las Ideas – INCIHUSA – CONICET*, 41-49. Obtenido de <http://www.scielo.org.ar/pdf/efphi/v12n1/v12n1a03.pdf>
- migrantes, C. d. (noviembre de 2018). *Centro de migraciones cúcuta scalibrianos migrantes*. Obtenido de Centro de migraciones cúcuta scalibrianos migrantes: <http://www.scalabrinicucuta.org/quines-somos>
- Modesto Eloí Graterol Rivas, M. I. (2017). *Derechos humanos desde una perspectiva*. Maracaibo, República Bolivariana de Venezuela: Astro Data, S.A.
- Modesto Eloí Graterol Rivas, M. I. (2017). La base de la pirámide y la innovación frugal. En J. C. Mendoza Bernal, *La base de la pirámide y la innovación frugal* (pág. 598). Maracaibo: Astro Data S.A.
- NAVARRO CARRASCAL, Ó. (2013). PSICOLOGÍA SOCIAL Y MEDIO AMBIENTE. REFLEXIONES Y PERSPECTIVAS. *Revista Internacional de Ciencias Sociales y Humanidades, SOCIOTAM*, 177-197.
- Noriega, J. Á. (julio-septiembre de 2009). Depresión, ansiedad y estrés en niños y niñas jornaleros agrícolas migrantes. *PSYCO*, 337-345. Obtenido de Depresión, ansiedad y estrés en niños y niñas jornaleros agrícolas migrantes: <file:///C:/Users/Laptop/Downloads/Dialnet-DepressaoAnsiedadeEEstresseEmCriançasTrabalhadoras-5161529.pdf>
- Obregón-Velasco, N., Rivera-Heredia, M. E., Martínez-Ruiz, D. T., & Cervantes-Pacheco, E. I. (2014). SUCESOS ESTRESANTES Y SUS IMPACTOS EN MUJERES Y JÓVENES DE

LA COMUNIDAD DE CUITZEO, MICHOACÁN. EL CICLO DE LA MIGRACIÓN MÉXICOEUA EN SUS FAMILIAS. *REMHU - Revista Interdisciplinar da Mobilidade Humana*, 221-224.

Orozco, A. (2013). Migración y estrés aculturativo: una perspectiva teórica sobre aspectos psicológicos y sociales presentes en los migrantes latinos en Estados Unidos. *Volume 8, Issue 1*, January–June 2013, Pages 7-44. Recuperado de: <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S1870355013717658>

OMS. (13 de mayo de 2015). *ABCDELESTRES*. Obtenido de ABCDELESTRES: <https://abcdelestres.wordpress.com/2015/05/13/el-estres-segun-la-organizacion-mundial-de-la-salud/>

OMS. (2018). *OMS | Depresión - World Health Organization*. Obtenido de OMS | Depresión - World Health Organization: <http://www.who.int/topics/depression/es/>

OMS. (2018). *salud mental*. Obtenido de salud mental: http://www.who.int/features/factfiles/mental_health/es/

Opinion, L. (8 de junio de 2018). *La salud mental es la clave migratoria*. Obtenido de La salud mental es la clave migratoria: <https://www.laopinion.com.co/cucuta/la-salud-mental-es-la-clave-migratoria-155943#OP>

Patiño Rodríguez, C., & Kirchner Nebot, T. (2011). Estrés migratorio y sintomatología depresiva: Rol mediador del afrontamiento. *Revista Mexicana de la Psicología*, 151-160.

PNUD. (1990). *SOBRE EL DESARROLLO HUMANO*. Nueva York: PROGRAMA DE LAS NACIONES UNIDAS PARA EL DESARROLLO.

Posada, J. A. (2013). La salud mental en Colombia. *Biomédica Instituto Nacional de Salud*, 1-3. Obtenido de La salud mental en Colombia.

- Pozos-Radillo, B. E., Aguilera-Velasco, M., Acosta-Fernández, M., & Pando-Moreno, M. (2014). Perfil de estrés y estrés crónico en migrantes mexicanos en Canadá. *Revista de Salud Pública*, 63-75.
- Psicología, M. y. (17 de MAYO de 2017). *piramide de Maslow, la jerarquia de las necesidades HUMANAS*. Recuperado el 17 de MAYO de 2017, de piramide de Maslow, la jerarquia de las necesidades HUMANAS: <https://psicologiaymente.net/psicologia/piramide-de-maslow>
- Resources, C. f. (13 de mayo de 2014). *Trastornos Emocionales*. Obtenido de Trastornos Emocionales: <https://www.parentcenterhub.org/emocional/>
- Richaud de Minzi, M. C., & Sacchi, C. (1999). Variables moderadoras del estres. *Revista Latinoamericana de Psicología*, 355-365.
- Roque, J. (2018). *Notas Estrés*. Obtenido de Notas Estrés: <https://juanroque.com/estres/>
- Salud, G. (2018). *Guía de Práctica Clínica sobre la Depresión Mayor en la Infancia y en la Adolescente*. Obtenido de Guía de Práctica Clínica sobre la Depresión Mayor en la Infancia y en la Adolescente: http://www.guiasalud.es/egpc/depresion_infancia/completa/documentos/anexos/anexo7.pdf
- Sen, A. (2000). *El Desarrollo Humano como Libertad*. India: Planeta.
- Torres-Marengo, V. (2011). La migración en el Sistema Interamericano de Derechos Humanos. *Vniversitas*, 41-76.
- Triglia, A. (2018). *La Teoría del Aprendizaje Social de Albert Bandura*. Obtenido de La Teoría del Aprendizaje Social de Albert Bandura: <https://psicologiaymente.com/social/bandura-teoria-aprendizaje-cognitivo-social>

- Unda, R., & Alvarado, S. V. (2012). Feminización de la migración y papel de las mujeres en el hecho migratorio. *Revista Latinoamericana de Ciencias Sociales, Niñez y Juventud*, 593-610.
- Urrutia, B. B. (2012). ANÁLISIS DE LA LEGISLACIÓN MIGRATORIA VENEZOLANA DESDE EL ENFOQUE DE DERECHOS HUMANOS HACIA UNA VERDADERA DEFENSA DE LA POBLACIÓN MIGRANTE EN VENEZUELA. *Revista Informe de Investigaciones Educativas*, 99-111. Obtenido de ANÁLISIS DE LA LEGISLACIÓN MIGRATORIA VENEZOLANA DESDE EL ENFOQUE DE DERECHOS HUMANOS HACIA UNA VERDADERA DEFENSA DE LA POBLACIÓN MIGRANTE EN VENEZUELA.
- Urzúa, A., Basabe, N., Pizarro, J. J., & Ferrer, R. (2017). Afrontamiento del estrés por aculturación. *Universitas Psychologica*, 1-19.
- Valencia, C. (23 de mayo de 2017). *Autoestima segun Abraham Maslow*. Obtenido de Autoestima segun Abraham Maslow: <https://www.laautoestima.com/abraham-maslow.htm>