

UNIVERSIDAD IBEROAMERICANA



DEPARTAMENTO DE PSICOLOGÍA

DOCTORADO INVESTIGACIÓN EN PSICOLOGÍA

TITULO: POBREZA Y ESTRATEGIAS DE AFRONTAMIENTO

**BORRADOR DE TESIS PARA OBTENER EL GRADO DE
DOCTORA.**

PRESENTA:

ADELAIDA ROJAS GARCÍA

DIRECTORA: DRA. JOAQUINA PALOMAR LEVER

LECTORES.

DRA. MARTHA PATRICIA BONILLA MUÑOZ

DR. EDGAR ANTONIO TENA SUCK

MÉXICO/2007

RESUMEN

El presente estudio, tuvo como objetivo, conocer los tipos de estrategias de afrontamiento al estrés que utilizan las personas que viven en condiciones de pobreza extrema, pobreza moderada y no pobres. La muestra de estudio estuvo constituida por 891 sujetos de los tres estratos socioeconómicos mencionados anteriormente. Se realizó un estudio transversal, comparativo y *ex post facto*, para la primera etapa de la investigación y en la segunda etapa se construyó y validó un instrumento de estrategias de afrontamiento al estrés. Se identificaron las situaciones de estrés reportadas por los integrantes de los tres grupos, resultando nueve situaciones. Los resultados arrojaron que los tres grupos del estudio utilizaron las estrategias de afrontamiento de tipo directo, principalmente los del grupo de no pobres; así mismo, se utilizaron las estrategias enfocadas a las emociones con mayor acentuación en el grupo de pobreza extrema. Con respecto a la comparación entre los tres grupos respecto al uso de las estrategias de afrontamiento, no se encontraron diferencias estadísticamente significativas. En la segunda etapa de la investigación, se obtuvo un instrumento válido y confiable sobre estrategias de afrontamiento que puede ser utilizado en diversas poblaciones, independientemente del nivel socioeconómico.

Palabras clave: Pobreza Extrema, Pobreza Moderada, No pobres, Estrés, Estrategias de Afrontamiento.

ÍNDICE

RESUMEN	3
INTRODUCCIÓN	4
CAPITULO I MARCO TEÓRICO	
1.- POBREZA	
1.1. Conceptos de pobreza	6
1.2. Determinantes de la pobreza	8
1.3. Índices de pobreza	11
1.4. Métodos de Medición de la pobreza	15
1.5. Programas de Erradicación de la Pobreza	20
1.6. Límites y Retos de los Programas Focalizados de Combate a la Pobreza en México	29
II. ESTRATEGIAS DE AFRONTAMIENTO.	
2.1. Estrés	32
2.2. Conceptos de afrontamiento	40
2.3. El Afrontamiento como proceso	42
2.4 Clasificación de las estrategias de afrontamiento	44
2.5. Funciones de las estrategias de afrontamiento	46
2.6. Técnicas de medición de las estrategias de afrontamiento	48
3. Investigaciones sobre estrés, pobreza y estrategias de afrontamiento	53
CAPITULO II. MÉTODO.	
1. Objetivo General	59
2. Objetivos específicos	59
3. Problema de investigación	59
4. Hipótesis	60
5. Tipo de estudio Etapa I	61
6. Variables	63
7. Instrumentos	64
8. Procedimiento etapa I	65
9. Tratamiento de datos etapa I	66
10. Etapa II	67
11. Procedimiento etapa II	69
CAPÍTULO III	
Resultados Etapa I	70
Resultados Etapa II	88
CAPÍTULO IV	
Discusión	95
Conclusión	106
Sugerencias	109
Anexo	110
Referencias.	118

INTRODUCCIÓN

Uno de los principales rasgos que presentan los países de América Latina a inicios del siglo XXI es un creciente proceso de urbanización de la pobreza. En México este proceso se enmarca en el paso de un país predominantemente rural a uno urbano, en el cual entre los principales rasgos de su sociedad, su territorio y sus ciudades deben mencionarse los elevados niveles de pobreza, los marcados procesos de exclusión social y las profundas desigualdades económicas, sociales y urbanas que prevalecen en sus ciudades.

Así la capital de la república, que forma parte de una de las megalópolis del mundo, es el territorio del país donde se registran los más bajos índices de marginación social. Sin embargo, más allá de las mediciones es posible observar que en la gran metrópoli se registran elevados niveles de pobreza y condiciones de vida precaria y deteriorada para grandes mayorías, en particular las que habitan en las llamadas colonias populares de la periferia.

Es sumamente alarmante que a pesar de que existan tantos avances tecnológicos, prevalezca tanta gente que vive en condiciones de pobreza. Además de ser algo muy preocupante, la pobreza es una gran barrera para el avance de un país.

La pobreza trae consigo múltiples consecuencias para la población en general, existe hambre, delincuencia, violencia, inconformidad, etc., difíciles de controlar por los gobiernos. La lucha contra la pobreza es de suma importancia para el desarrollo de un país, así como para la calidad de vida de su población.

Dentro de los factores que deben considerarse para la lucha contra la pobreza, no sólo deberán contemplarse programas que incidan en la situación económica; sino que

también aborden las condiciones psicológicas de los individuos que viven en ésta situación

Las personas que viven en extrema pobreza deberán contar con recursos psicológicos que les garanticen una mejor calidad de vida, dichos recursos deben ser considerados como las estrategias de afrontamiento que utilizan para resolver sus situaciones cotidianas y a su vez aquellas que han generado mayor estrés.

La presente investigación surge del proyecto de investigación denominado “Pobreza, Recursos Psicosociales y Bienestar Subjetivo”, siendo responsable del mismo, la Dra. Joaquina Palomar Lever (1999) del departamento de Psicología de la Universidad Iberoamericana.

Uno de los apartados que incluye este proyecto, es el estudio de los recursos psicosociales con que cuenta los sujetos para resolver las situaciones que les generan estrés.

Por lo tanto, la presente investigación tiene como objetivo conocer los tipos de estrategias de afrontamiento al estrés, que utilizan las personas que viven en condiciones de pobreza extrema, pobreza moderada y no pobres.

Un segundo objetivo fue la construcción de un instrumento que mide estrategias de afrontamiento al estrés y su validación mediante análisis factorial.

El marco teórico que sustenta la investigación, estuvo conformado por aportaciones sobre pobreza, estrés y estrategias de afrontamiento, así como, la revisión de estudios que se han realizado al respecto del tema aquí tratado. Y dos capítulos más que corresponden a los resultados, discusión y conclusiones a las que se llegaron en este estudio.

MARCO TEÓRICO.

CAPITULO I.

I POBREZA.

1.1 . CONCEPTOS DE POBREZA

Definir y medir la pobreza resulta tan complejo como combatirla, incluso esta complejidad es una causa directa de las limitaciones que se encuentran quienes elaboran propuestas específicas con proyectos desarrollados para combatir la pobreza.

Para Sebastián Piñera (citado en Campos, 1991), las familias en pobreza corresponden a aquellas que dados sus hábitos respecto a gastos en alimentos, no alcanzan a satisfacer los requerimientos nutricionales mínimos.

En un estudio sobre la pobreza realizado por Seebohm Rowntree (citado en Campos, 1991) definió las familias en situación de “pobreza primaria” como aquellas “cuyos ingresos totales resultan insuficientes para cubrir las necesidades básicas relacionadas con el mantenimiento de la simple eficiencia física”. p.p. 27-32.

Se presentan variaciones significativas de acuerdo con los rasgos físicos, condiciones climáticas y hábitos de trabajo. Incluso para un grupo específico en una región determinada, los requerimientos nutricionales son difíciles de establecer con precisión, pero la proporción gastada en alimentos no sólo varía con los hábitos y la cultura, sino también con los precios relativos y la disponibilidad de bienes y servicios (Townsend, 1974. citado en Ramírez y Serrano, 1998).

En vista de estos problemas, bien puede coincidir con la afirmación de Rein, (1971 citado en Díaz,1999) que “casi todos los procedimientos utilizados en la definición de la pobreza como nivel de subsistencia pueden ser razonablemente cuestionados”, p.p.98.

Aunque difícilmente se puede negar que la desnutrición sólo capta un aspecto de nuestra idea de la pobreza, se trata de uno importante, particularmente para muchos países en

desarrollo, las transferencias de los ricos a los pobres pueden tener un efecto sustancial en la pobreza en muchas sociedades. Incluso la línea de la pobreza que se use para identificar a los pobres ha de ser trazada en relación con estándares contemporáneos en la comunidad en cuestión, de tal suerte que la pobreza podría parecer muy similar a la desigualdad entre el grupo más pobre y el resto de la comunidad.

En términos generales, se considera como pobre a aquel individuo que no posee los recursos para obtener una canasta determinada de bienes y servicios que le permitan gozar de un nivel mínimo de bienestar comúnmente llamada “línea de la pobreza”. Este nivel de bienestar se traduce a su vez en un nivel mínimo de nutrición, de salud y protección a las adversidades del medio.

La pobreza extrema se asocia a la desnutrición, en la medida que esta última aumenta, existe la propensión a las enfermedades e impide que las personas generen la suficiente energía para ejercer plenamente sus capacidades tanto físicas como intelectuales. (Guevara, 2003).

Parece natural concebir la pobreza como algo que se desapruueba y cuya eliminación resulta moralmente buena. Más aún, Mollie Orshansky, 1969 (citado en Ramírez y Serrano, 1998), una prominente autoridad en la materia ha dicho que **“la pobreza como la belleza, esta en el ojo de quien la percibe”**. p.p. 55.

1.2. DETERMINANTES DE LA POBREZA.

Un marco adecuado y fructífero para el análisis de los factores determinantes de la pobreza, -aunque fue desarrollado en forma específica para el análisis del hambre y, en particular, de las hambrunas- es el de las titularidades, desarrollado por Sen, (1981).

Define el concepto de titularidades al referirse a “la habilidad de las personas para comandar alimentos (y otros bienes) a través de los medios legales disponibles en una

sociedad, incluyendo el uso de las posibilidades de producción, comerciales, etc.” p.p. 121.

Así, el conjunto de titularidades posibles para una persona depende de dos parámetros: su dotación inicial y el mapa de titularidades de intercambio con la naturaleza y con otras personas. Esto es, una persona puede encontrarse en condiciones de pobreza debido a una dotación inicial muy baja, en cuyo caso su pobreza podría tener un carácter estructural; o debido a un desplazamiento desfavorable en su mapa de titularidades de intercambio (por ejemplo, una disminución de los precios relativos de lo que vende con respecto a lo que compra), en cuyo caso la pobreza puede tener un carácter transitorio.

Este esquema resulta útil tanto para analizar las condiciones de pobreza a nivel de hogares específicos, como para el análisis de la incidencia general de la pobreza a nivel social.

Ejemplificando lo anterior se puede mencionar que en la mayor parte de los países de América Latina, los salarios se deterioraron en términos reales durante la década de los 80's, lo que puede expresarse como un desplazamiento desfavorable en el mapa de titularidades de intercambio de aquellos que venden su fuerza de trabajo, y que se tradujo en un aumento de la pobreza entre los asalariados.

En definitiva existe un sólido consenso social respecto a que la situación de pobreza en México, es grave, que ésta constituye un mal mayor y que se debe combatir. Sin embargo, cuando el Estado y las Organizaciones Civiles, se enfrentan a las formas concretas para combatirla, no resulta sencillo diferenciar a los pobres de los no pobres. Ya que el fenómeno de la pobreza es complejo y en él confluyen como determinantes, una dimensión espacial, una dimensión temporal y una dimensión relativa, además su conceptualización puede incluir elementos tan diversos como lo material y lo psicológico (Camerón, 1983, citado en Guevara, 2003).

- La dimensión espacial y el carácter relativo de la pobreza. La pobreza se extiende por todo el territorio mexicano, aunque su magnitud varía fuertemente entre los distintos estados que lo conforman. Y con respecto a su carácter relativo, éste, está relacionado con el entorno social y económico de una población determinada.
- La dimensión temporal. La pobreza es la carencia relativa o absoluta de satisfactores básicos. Sin embargo, si se estima el nivel de pobreza en un periodo determinado, es importante distinguir que se está realizando un análisis de flujo más no de acervo. Lo anterior resulta de suma importancia cuando el objetivo es aliviar la pobreza de forma permanente.

Otros de los factores que también determinan la pobreza son el empleo y el ingreso económico en las familias. Con ello se observa que las tendencias recesivas de la economía mexicana a partir de los ochenta, aunadas a la nueva orientación del crecimiento hacia el exterior, a las modificaciones sectoriales y regionales, han influido, entre otros fenómenos, en el ritmo de creación de empleos remunerados, en las tendencias en la distribución del ingreso y en la cuantía de los índices de pobreza y pobreza extrema que registra el país en la actualidad.

El crecimiento del empleo depende, en buena medida, del crecimiento económico del país y del grado de adaptación de las remuneraciones reales a las cambiantes condiciones del mercado laboral del país.

Como consecuencia de las tendencias en el empleo y en los ingresos reales, se han registrado modificaciones de importancia en la forma como se distribuye el ingreso entre los hogares mexicanos. En un estudio realizado por Hernández, (1999), permite apreciar la trayectoria del fenómeno para el período 1963 a 1996, en los años de 1963 a 1984: el 40% más pobre de la población mexicana acrecentó paulatinamente su participación de 7.5% a 10.5% respectivamente. A su vez, los estratos medios -50%- aceleraron más que

proporcionalmente su participación, el 42.3% en 1963 a 51.4% en 1984. En contraste el 10% más rico de la población, vio reducir su participación de manera concomitante en más de 12 puntos porcentuales, al pasar de 50.2% a solo 38.1%, respectivamente.

En los siguientes años (1984-1989), sin embargo, el proceso se revertió en la parte alta de la distribución, y si bien el 40% más pobre mantuvo inalterada su participación (10.5%), los estratos intermedios la redujeron en más de 10 puntos porcentuales.

A partir de 1989, la tendencia concentradora se revirtió de nuevo: 40% de los hogares más pobres se continuó acrecentando hasta alcanzar el 11.6% en 1996; los hogares de los estratos intermedios acrecentaron también su participación, en este caso de manera más notable, hasta alcanzar el 46.2% en 1996; en contraste, los ingresos de los hogares con mayores recursos redujeron su participación sistemáticamente de 48.9% que habían alcanzado en 1989 a 42.2% en 1996.

Esto nos lleva a examinar las tendencias que registró el país en el largo plazo en los índices de pobreza y de pobreza extrema. Mencionando que los niveles de pobreza se acrecientan cuando los ingresos promedio de la sociedad tienden a disminuir.

1.3. ÍNDICES DE LA POBREZA

Analizaremos primero las tendencias en la pobreza extrema. En los primeros años de la década de los sesenta, siete de cada diez mexicanos registraban ingresos insuficientes para adquirir la canasta mínima, tal proporción fue disminuyendo en los siguientes años: 56.7% en 1968; 34% en 1977 y 29.9% en 1984, lo que sugiere que la incidencia de la pobreza extrema se redujo sistemáticamente durante las décadas que conjuntaron crecimiento y redistribución del ingreso.

Para los siguientes años, la incidencia de la pobreza extrema revierte las tendencias previas y se acrecienta: 32.9% en 1992; 34% en 1994 y 37.9% en 1996. Las tendencias

presentadas en la pobreza extrema se acompañan de aumentos sistemáticos y consistentes en los índices de pobreza moderada: de 8.1% en 1963 a 41.7% en 1992, y se mantuvo en una cuantía semejante en los siguientes años, para alcanzar el 42% en 1996.

La suma de pobres extremos y pobres moderados constituye el número total de personas en condiciones de pobreza, esto es, su ingreso no es suficiente para adquirir la Canasta Normativa de Satisfactores esenciales (CNSE) cuantificada por COPLAMAR en los años 80's

El Banco Mundial (2004), declara que 25 millones de mexicanos son pobres, con 7 millones al nivel de indigencia, las disparidades en las estimaciones surgen de diferentes definiciones y métodos para calcular la pobreza.

De acuerdo al Informe de Desarrollo Mundial 1997 del Banco Mundial (2006), el cual clasifica fundamentalmente en cuatro grupos a los países, 90 países se encuentran entre los países de ingreso bajo, mediano y mediano bajo. Estos países tienen entre 80 dólares per cápita (Mozambique) hasta 3,000 dólares per cápita (Venezuela). En cambio, 33 países (del tipo mediano alto; tales como México, Brasil, Chile, Uruguay, Argentina) tienen un PNB per cápita entre 3,100 dólares (Sudáfrica) hasta 40,000 dólares (Suiza). En otras palabras, cerca del 68% de los países del mundo son considerados como de ingreso bajo y mediano, por lo que casi 7 de cada 10 países del planeta viven en economías con poca generación de riqueza. Es alarmante que existan países en los cuales más de la mitad de su población vive (si se le puede decir) con menos de un dólar al día destacan, Kenya, India, Madagascar, etc.

De acuerdo a José Antonio Ocampo, Secretario Ejecutivo de la CEPAL-INEGI, (1993), la pobreza en América Latina ha evolucionado de la siguiente manera: 35% en 1980, 39% en 1994, 43% en 1996 y 38% en 1998. Este aumento ha dado pie a un sinnúmero de

críticas de los modelos de desarrollo que se han implementado a raíz de los ajustes estructurales. En México, se estima que un 50% de las familias viven por debajo de la línea de pobreza. De acuerdo a un artículo de Federico Reyes Heróles (“Dos guerras dos mundos”, Reforma 31 de marzo de 1998), hay 20 millones de mexicanos que viven en miseria extrema. Esto significa que habría que llenar el Estadio Azteca (hoy Guillermo Cañedo) ¡más de 150 veces! Para darnos una noción de la magnitud del problema.

La pobreza, al ser un problema complejo y multicausal, generalmente va muy ligado a diversas variables tales como la distribución del ingreso o del consumo. En efecto, de acuerdo al informe arriba mencionado, México después de Brasil, es el país que mayor concentración de la riqueza tiene de la región. (Salles, 1994).

En cuanto a salarios se refiere, el país presenta diferencias muy marcadas. Mientras que en Baja California el 39% de la población vive con un ingreso menor a dos salarios mínimos, en Chiapas es el 80%, y el 78% en Oaxaca. En estos dos estados del sur del país tenemos que 8 de cada 10 personas viven con menos de 2 salarios mínimos. Las cifras anteriores, van muy de la mano con la mínima aportación al PIB nacional de dichos estados. Estos estados están por debajo del 1.6% del PIB nacional (Salles, 1994).

En cuanto a la magnitud de la pobreza en la Ciudad de México, Julio Boltvinik (2002), utilizando el método de medición integrada de la pobreza, estima que 3.3 millones de capitalinos viven en pobreza extrema (38.3%) y 2.3 millones (26.6%) en pobreza moderada, es decir, casi el 65% de la población es considerada como pobre. Y para el año 2004 la incidencia de la pobreza extrema en México era de 4.5 veces mayor en las municipalidades predominantemente indígenas (Hall y Patrinos, 2006).

De la Torre, investigador de la UIA (citado en el diario Reforma, 26 agosto 2006), refiere que de 18 millones de mexicanos que vivían en extrema pobreza en el año 2004, se tienen para el 2005, 19 millones 630 mil personas en esta condición.

Así también se menciona que América Latina y el Caribe experimentaron un crecimiento en la pobreza de 5.7% entre el 2005 y principios del 2006 (Banco Mundial, 2006).

Por otro lado, citamos algunos indicadores de población y bienestar en México que aporta el INEGI (Juárez, 2006), como elementos para continuar sosteniendo cifras elevadas (65%) de personas en condiciones de pobreza:

- La población en México asciende a 103 millones de personas en el 2005, comparándola con los 97 millones que había en el 2000, lo cual representa un crecimiento del 6% aproximadamente.
- El crecimiento demográfico bajó de 1.6% en el año 2000, a 1% en el 2005.
- La fecundación pasó de 4.4 hijos en el 2000, a 3.7 hijos en el 2005.
- La población mayor de 60 años, pasó de ser el 7.1% de la población en el 2000, al 8.1% en el 2005, lo anterior significa que México esta envejeciendo.
- Las cifras de desempleo se encuentran en un 40% aproximadamente.
- La escolaridad incrementó marginalmente al pasar de 7.5 años a 7.9 años de escolaridad.
- La población de edad escolar (5 a 14 años), pasó de 89.2% al 93.3%

La característica (tipo) de economía es un factor muy interesante. En México, el 52% de la población se encuentra en el sector terciario, el 24% en el secundario y un 22% en el primario. En cambio, en Oaxaca las cifras se invierten: el 51.3 de la población trabaja en el sector primario, 14% en el secundario y 33.9% en el terciario. En términos simples, los mexicanos trabajamos mayoritariamente en el sector de los servicios, mientras que los oaxaqueños lo hacen en el campo y actividades afines. No obstante, y a pesar de que la mayoría de los Oaxaqueños trabajan en el sector primario, este sector (el campo) sólo contribuye al 25% de su PIB estatal. En cambio, el sector servicios que es el segundo en ocupar mano de obra contribuye por sí solo al 55% de su PIB. Por lo tanto, es en el sector

primario (sector rural) en donde más hondo se da la pobreza: casi 6 de cada 10 oaxaqueños viven en zonas rurales. (Salles, 1994).

Por otro lado, en Yucatán el 86.8% de la población es rural y por ello el sector que predomina es el primario. Su población económicamente activa se dedica al sector primario (52.5%), le sigue el terciario con un 26.6% y el secundario con un 19.7%. Además, el 80% de la población económicamente activa percibe un ingreso igual a dos salarios mínimos o menos (INEGI, 2000 citado en Lozano, 2006).

1.4 MÉTODOS DE MEDICIÓN DE LA POBREZA

Desde la década de los cincuentas ha predominado en el mundo el interés por definir la medición de la pobreza, basados en la construcción de canastas normativas de satisfacción esenciales (CNSE) completas.

Existen entonces, varios métodos para medir la pobreza. Rowmtree (citado en Lustig, 1994), comenzó con una canasta destinada exclusivamente a mantener la eficacia física y la salud. Tomó en cuenta las necesidades sociales o convencionales a partir de la observación del comportamiento de los hogares.

Townsend, 1954 (citado en Lustig, 1994) considera que la línea de la pobreza se puede medir en aquellas familias que con los mínimos ingresos deberán satisfacer los requerimientos nutricionales.

Orthanky, 1965 (citado en Lustig, 1994), elaboró un procedimiento en el que se basa la línea de la pobreza de los Estados Unidos el cual es igual al de Townsend, excepto en que se parte de una canasta normativa alimentaria.

En América Latina se consideraron los siguientes aspectos sobre la canasta normativa alimentaria consistentes en:

- Definir dicha canasta, calcular su costo y considerar éste como la línea de la pobreza extrema.
- Multiplicar ésta, por un factor para obtener la línea de la pobreza, el factor se estima con base al coeficiente entre el gasto total de consumo en el hogar y el gasto en alimentos del primer estrato de hogares que satisfagan sus requerimientos nutricionales (Lustig, 1994).

Los métodos usados para medir la pobreza en América Latina son los siguientes:

a). Línea de pobreza (LP) que consiste en:

Definir las necesidades básicas y sus componentes (qué es necesario)

- Establecer una canasta normativa de satisfactores esenciales (CNSE) para cada hogar
- Calcular el costo de CNSE
- Compararla con el ingreso del hogar o con su consumo
- Clasificar como pobres a todos los hogares cuyo ingreso es menor que el estipulado en la línea de la pobreza.

Este método consiste en comparar el ingreso de un hogar (o el consumo) per cápita (o por adulto equivalente por hogar) con la llamada línea de pobreza. (Ramírez, 1998).

b). Necesidades básicas insatisfechas (NBI)

- Definir las necesidades básicas y sus componentes
- Seleccionar las variables e indicadores que expresan el grado de satisfacción de cada necesidad y componentes
- Fijar un nivel mínimo para cada indicador debajo del cual se considera que la persona u hogar no satisfacen las necesidades en cuestión.
- Clasificar como pobres los hogares con una o más necesidades insatisfechas.

Para identificar a los pobres, dado un conjunto de necesidades básicas, es posible utilizar por lo menos dos métodos. Uno consiste en determinar el conjunto de personas cuya canasta de consumo actual deja insatisfecha alguna necesidad básica. A éste se le puede llamar método directo y no involucra ninguna idea de ingreso, ni siquiera el nivel correspondiente a la línea de pobreza, en contraste con lo que puede llamarse “el método del ingreso”, ya que se tiene que calcular el ingreso mínimo, o la línea de la pobreza, en el cual todas las necesidades mínimas especificadas se satisfacen. (Ramírez, 1998)

C. Medición integrada de pobreza (MIP)

Beccaria y Minujin (PNUD,1990), dieron los primeros pasos en la elaboración de este nuevo método que consiste en términos generales, en una integración acrítica de los métodos de Necesidades Básicas Insatisfechas (NBI) y la Línea de la Pobreza (LP), tal como estos se desarrollan para aplicarlos en forma independiente.

La integración de los dos métodos implica revisar sus distintos pasos, suprimir redundancias y buscar su complementación plena.

Por su lado, la CEPAL (1991) (Comisión Económica para América Latina) utiliza el método de la línea de la pobreza; calcula el costo de una canasta de alimentos cuya composición cubre las necesidades nutricionales de los habitantes, sus hábitos de consumo predominantes, así como la disponibilidad efectiva de alimentos y sus precios relativos. Al valor de esta canasta se adiciona una estimación de los recursos requeridos por los hogares para satisfacer el conjunto de las necesidades básicas no alimentarias.

El Proyecto Nacional para la Superación de la Pobreza (PNSP) del Programa de Naciones Unidas para el Desarrollo (PNUD), promovió la aplicación de la combinación de los métodos de la Línea de la Pobreza y el de las NBI, acuñando el nombre de Medición integrada y propuso recomendar y promover el uso del método integrado de medición de la pobreza (MIP) en los países de América Latina y el Caribe. (PNUD, 1990).

d). Índice de Progreso Social: Bienestar y Privación Vitales.

Este método, desarrollado por Meghnad Desai (1992), además de incluir los elementos esenciales del MIP (las dimensiones ingresos y necesidades básicas), cuya cuantificación en términos de logro resulta en la calidad de la vida, o bienestar actual, introduce la cantidad de la vida a través de la proporción del potencial vital realizado, que se calcula dividiendo la esperanza de vida, dada la edad del sujeto, entre el potencial de vida futura o norma de años adicionales que debiera vivir. Al combinar la calidad con la cantidad de vida se obtiene el bienestar vital y en el caso de lo pobres, la privación vital.

e). Método de Medición Integrada de la Calidad y la Cantidad de la vida (MMICCAV).

De manera similar al índice del Progreso Social, integra calidad y cantidad de la vida, pero lo hace de manera diferente al método anterior. En cada estrato poblacional, se calcula la tasa de sobrevivencia de los hijos nacidos vivos. Para evitar la distorsión que podría introducir la diferente estructura de las edades de las madres, se estandariza la edad de éstas entre estratos. La tasa de sobrevivencia relativa, haciendo la de la clase alta urbana igual a 1.00, se multiplica por el índice sintético de logro en la dimensión de la calidad de la vida, obteniendo así, en cada estrato, el índice de la calidad y cantidad de la vida.

Es importante mencionar que cada método determina grupos de pobreza diferentes. Si a esto se aplica los altos índices sintéticos de pobreza disponibles, y cada uno se caracteriza en términos sociodemográficos, existe un punto de partida excelente para la definición de políticas y para el análisis de experiencias de lucha contra la pobreza.

Al determinar el número de personas que viven en la pobreza y en la pobreza extrema los resultados varían según cada método y según cada concepción de pobreza (Beccaria, Boltvinik y Sen, 1992).

Por último, algunos de los indicadores que más ilustran la marginación son la cobertura en agua potable, drenaje y energía eléctrica de viviendas particulares habitadas. De acuerdo

al Censo de Población y Viviendas de 1995, México tiene el 85% de cobertura en agua entubada, 74% en drenaje, y 93% en energía eléctrica. En cambio Oaxaca tiene una cobertura del 68%, 44% y 86%, respectivamente, Si estos porcentajes los comparamos con lo que alguna vez fuera “la región más transparente”, las cifras son muy superiores a la media nacional: 97% en agua, 97% en drenaje y 99.8% en energía; es decir, en términos de estos servicios, el Distrito Federal tiene una cobertura muy satisfactoria. Claro está, que eventualmente habría que añadir las dificultades en prestar estos servicios.

1.5. PROGRAMAS DE ERRADICACIÓN DE LA POBREZA.

Casi todos los países del mundo, que están preocupados por erradicar la pobreza, elaboran diversos programas encaminados a superar o por lo menos a disminuir este problema.

En México en la crisis de la década de los ochenta, se expresó en una incapacidad estructural para lograr el crecimiento económico demandado por la sociedad, debido al gran déficit fiscal, inflación creciente, deterioro en la distribución del ingreso, y un mayor número de mexicanos en estado de pobreza extrema. Ello mostró la vulnerabilidad de las bases en las que se había sustentado el modelo de desarrollo, protagonizado por un Estado propietario y productor, y por una iniciativa privada carente de dinamismo y agresividad en el mercado, por causa de un mercado interno cautivo aislado de la competencia exterior. En este contexto, a través del Plan Nacional de Desarrollo 1989-1994 el Gobierno de la República planteó la necesidad de intensificar las acciones para corregir los desequilibrios macroeconómicos, combatir la inflación, promover el crecimiento, y enfrentar a fondo las causas de la pobreza. Recuperar la vitalidad de la iniciativa social para atender las carencias de los grupos sociales más necesitados, remontar los rezagos acumulados, y hacer frente a los nuevos costos sociales de la

transición a la modernidad, formaron parte del cambio estructural con contenido social emprendido por el Estado, mediante el **Programa Nacional de Solidaridad** entre 1989 y 1994

Previo a éste, se fueron diseñando una serie de programas, a lo largo de la historia en el intento por erradicar la pobreza, mismos que se citan a continuación:

- Coordinación del plan general de zonas deprimidas y grupos marginados (COPLAMAR). Este programa se creó en 1977 y sus funciones fueron, estudiar y promover la atención eficaz de las necesidades de las zonas deprimidas y los grupos marginados; así como sugerir la coordinación de las dependencias y entidades de la administración y los programas dirigidos a este tipo de zonas geográficas y grupos humanos, transmitir las instrucciones del Ejecutivo Federal en torno de las acciones que deben poner en práctica las diversas instituciones para el cumplimiento de los programas aprobados y armonizar el funcionamiento de diversas instituciones públicas que atienden específicamente éstas zonas y que por disposición presidencial quedaron agrupadas en el COPLAMAR.

- IMSS-COPLAMAR. Dicho programa se inició en 1979. En este año se firmó un convenio entre el Instituto Mexicano del Seguro Social (IMSS) y el ahora inexistente COPLAMAR. Se llevaría a cabo un programa llamado Solidaridad Social por Cooperación Comunitaria; cuyo objetivo sería “resolver los grandes problemas de los campesinos de las regiones más abandonadas del país”.

Los servicios proporcionados por el IMSS-COPLAMAR serían: consulta externa general, atención materno infantil y planificación familiar, educación para la salud, orientación de la nutrición y promoción del saneamiento: inmunizaciones y control de enfermedades transmisibles.

- CONASUPO-COPLAMAR. Se dedicaba fundamentalmente al establecimiento de productos básicos a precios más baratos por medio de la distribuidora CONASUPO-Liconsa, beneficiando con esto a una gran población de escasos recursos económicos y con poco acceso a los productos de la canasta básica.
- SISTEMA ALIMENTARIO MEXICANO (SAM). Este programa fue creado en 1980 y permaneció hasta 1982, su creación fue motivada por la crisis alimentaria por la que pasaba México, ya que en 1978 y 79 hubo un importante incremento en las importaciones de granos.

El SAM tenía como objetivo alcanzar la autosuficiencia alimentaria en granos básicos, subsidiar el consumo de alimentos (principalmente de maíz, frijol, arroz y aceites comestibles) de los campesinos más pobres y extender la agricultura hacia zonas marginadas del país.

Este programa permitía al Estado dirigir el curso de la agricultura con el objetivo de incrementar la productividad de los campesinos, motivando directamente al productor, compartiendo los riesgos de la producción y aislando los precios internos agrícolas de las fluctuaciones del mercado internacional.

- INSTITUTO NACIONAL DE LA NUTRICIÓN (INN) El paquete elaborado por el INN en 1981 llamado “Paquete Detección-Atención”, formaba parte del Sistema de Vigilancia Nutricional del Instituto, y además de contar y clasificar a las personas desnutridas, proponía la atención a éste problema.

Su principal objetivo era romper el círculo vicioso “desnutrición-infección”, entre sus principales acciones se encontraban las siguientes:

- a). Educación higiénica y de nutrición. Se transmiten conocimientos útiles en dicha materia por medio de pláticas grupales e individuales y se incluyen demostraciones respecto a la preparación de alimentos locales para obtener una alimentación equilibrada.

b). Atención a los niños con desnutrición severa. A los niños identificados con tercer grado de desnutrición se les proporcionaba un complemento alimenticio basado en papilla hiperprotéica e hipercalórica.

C. Aplicación del paquete materno-infantil. A todos los niños menores de cinco años se les aplican complementos vitamínicos y minerales, desparasitación e inmunización, de acuerdo con el programa Nacional de Vacunación. Por otra parte, a las mujeres embarazadas y lactantes también se les aplicaban suplementos con hierro y se les ofrecía instrucción de control prenatal, higiene y alimentación.

- PROGRAMA DE NUTRICIÓN Y SALUD 1987-1988. Este fue uno de los programas más importantes instrumentado en estos años para el alivio de la pobreza extrema, ya que su objetivo principal fue mejorar el estado de nutrición y salud de las familias marginadas del país. En dicho programa participaron: el Gobierno Federal, los gobiernos de los estados, los gobiernos municipales, la SSA, el IMSS-COPLAMAR, CONASUPO, LICONSA, INN, DIR y PRONAL.

La función del programa de nutrición y salud era homogeneizar las acciones de todas éstas instituciones, sin embargo cada una de ellas poseía proyectos originales y autónomos.

Los objetivos del programa de Nutrición y Salud fueron los siguientes:

a). Mejorar el estado de nutrición y salud de los beneficiarios mediante servicios gratuitos y ayuda alimenticia directa.

b). Pretendía que las comunidades atendidas participaran en actividades productivas, como: mejoramiento del medio ambiente y actividades de organización y autogestión.

- INSTITUTO NACIONAL INDIGENISTA (INI). Instrumentó en 1989 un programa llamado “Programa de ayuda alimentaria directa para grupos de riesgo de comunidades indígenas de extrema pobreza”.

Sus objetivos principales fueron:

a). Coadyuvar en la disminución de los índices de desnutrición en niños menores de seis años, mujeres embarazadas y en lactancia, de comunidades indígenas de extrema pobreza.

b). Lograr el desarrollo de una infraestructura organizativa en las comunidades, que les permita conocer con precisión los grupos de riesgo, que los impulse a realizar acciones de producción de alimentos y los haga avanzar en el logro de la autosuficiencia alimentaria.

Para el logro de los objetivos se propusieron algunos criterios de participación de los beneficiados:

a). Comunidades ya atendidas por el INI

b). Zonas de desastre

C. Comunidades sin servicios institucionales.

La cobertura del programa era de 206 comunidades distribuidas en nueve estados, atendidos por 31 Centros Coordinados Indigenistas (CCI). Las comunidades escogidas tenían una población que oscilaba entre los 500 mil habitantes. Se estimó trabajar con 200 mil personas agrupadas en unas 35 mil familias, de las cuales 20 mil tendrían factor de riesgo de extrema pobreza.

- PRONASOL. (Programa Nacional de Solidaridad). Surge en el Gobierno de Carlos Salinas de Gortari en donde el combate a la pobreza y el desarrollo social fueron un objetivo fundamental, descrito como “el instrumento creado por el Gobierno de la República para emprender una lucha frontal contra la pobreza extrema, mediante la suma de esfuerzos coordinados en los tres niveles de Gobierno y los concretados en los grupos sociales”.

Las difíciles condiciones económicas de principios de los 80's, obligaron al gobierno a idear mecanismos que le permitieran alcanzar un impacto social eficaz con un uso

eficiente de los recursos públicos. El intento de mantener una política social financiada con elevadas tasas de inflación, se reveló como una estrategia costosa para los sectores a quienes se pretendía beneficiar. Durante ese período, los mexicanos más necesitados fueron los que pagaron el más alto precio por las ilusorias bondades de una política de gasto indiscriminado.

Con base en lo anterior, los programas sociales ya mencionados se vieron restringidos por una política que buscaba a través de un menor gasto público, acabar con el efecto negativo de la inflación.

Es entonces como surge el PRONASOL, diseñado para asignar de una manera más eficiente los limitados recursos disponibles mediante un esquema de trabajo que respetara la pluralidad de intereses y opiniones que imperaban en nuestro país. Se replantearon los mecanismos para la asignación y uso de recursos mediante la formación de los Comités de Solidaridad, órganos tripartitas donde participaban el gobierno federal, los gobiernos locales y las propias comunidades.

Se entiende por Solidaridad a la manifestación de un esfuerzo institucionalizado por mejorar el nivel de vida de los sectores más necesitados de la población. Donde se permite dar solidez y continuidad a la búsqueda del desarrollo social, y constituye una nueva forma de combatir con mayor eficiencia a la pobreza.

A diferencia de los esfuerzos en los programas anteriores al PRONASOL, Solidaridad estimula y promueve la acción organizada de las poblaciones, que lo proveen de las peticiones que orientan sus actos, así como la parte de los recursos con que éstas se satisfacen.

Solidaridad se constituyó en el eje de la política social del Gobierno de la República, inició con un programa adscrito a la subsecretaría de Desarrollo Regional de la Secretaría de Programación y Presupuesto, teniendo como operación complementaria la planeación

social, (objetivo para lo cual fue creado). Obteniéndose beneficios exclusivamente para ciudades medias y las grandes áreas metropolitanas, que era donde se realizaban las grandes obras acordadas y negociadas con los interlocutores sociales agrupados en los sectores sindicales; por lo tanto Solidaridad no cubría los objetivos propuestos en su inicio, como fue el de la erradicación de la pobreza extrema, ya que con la forma en que se desarrollaban los programas nunca se llegó a beneficiar a los sectores más necesitados.

- **PROGRESA.** (Programa de Educación, Salud y Alimentación). México ha avanzado de modo sostenido en su desarrollo social. Gracias a los esfuerzos de todos los mexicanos, en los últimos años se han abatido considerablemente muchos rezagos sociales que en el pasado afectaban a la mayoría de la población. Se ha logrado abatir significativamente el analfabetismo y paralelamente ha aumentado la escolaridad media, así como ha descendido considerablemente la mortalidad infantil.

Estos avances se han logrado gracias a la tenacidad y el esfuerzo de todos los mexicanos. Pero estos beneficios no han alcanzado a todos por igual. Un grupo amplio de la población ha quedado marginado de los beneficios del crecimiento económico y del desarrollo. La marginación y los rezagos en muchos casos viene de décadas y aún de siglos atrás: se trata principalmente de los mexicanos que viven en las áreas rurales, y sobre todo en las regiones indígenas.

Muchas de las familias que viven en este medio apenas logran subsistir y los esfuerzos que realizan para superarse no dan fruto que corresponda a su desempeño. El factor más crítico que mantiene y hace persistir la condición de pobreza es que no cuentan con los medios y con las oportunidades de hacer más productivo su esfuerzo (Bailey, 1999).

En el sexenio del Ex Presidente Ernesto Zedillo Ponce de León, se puso en marcha el PROGRESA, el 8 de agosto de 1997 cuyos objetivos fueron:

1.- Atender con un enfoque integral las diferentes causas de la pobreza, dirigiendo sus beneficios directamente hacia las familias en extrema pobreza.

2.- Asegurar que estas familias tengan a su alcance oportunidades genuinas de satisfacer lo que son las necesidades básicas: educación, salud y alimentación.

Para el logro de éstos objetivos se pretendió dotar a estas familias de las herramientas que les permitan superar gradualmente su condición de marginación y desarrollar plenamente las capacidades sociales, culturales y productivas de sus miembros y puedan así aspirar al bienestar familiar (PNUD, 2000).

- El actual programa para la erradicación de la pobreza es la transformación que sufre el PROGRESA a partir del año 2000 en el gobierno de Vicente Fox quien refirió que PROGRESA:
 - ➔ Crece (en cobertura, en servicios),
 - ➔ Mejora (con esfuerzos de calidad en la educación, salud y entrega de apoyos) y
 - ➔ se transforma en OPORTUNIDADES CONTIGO, denominación del actual programa para la erradicación de la pobreza en México.

Los objetivos de este programa se basan en el lema “Las Oportunidades se multiplican”:

- ❖ Con más y mejor educación, salud y alimentación.
- ❖ Fortalecimiento de la economía familiar.
- ❖ Crecimiento de la cobertura a un millón de nuevas familias.
- ❖ Mayor transparencia y supervisión externa.
- ❖ Mayor participación de los gobiernos locales.

Este programa es una herramienta de la política social del Gobierno el cual contribuyó a los objetivos generales del Plan Nacional de Desarrollo 2001-2006 en donde se pretende:

1.- Acrecentar la equidad y la igualdad de oportunidades.

2.- Impulsar la educación para el desarrollo de las capacidades personales y de iniciativa individual y colectiva.

3.- Fortalecer la cohesión social y el capital social.

Así mismo contribuye con los objetivos estratégicos de los programas sectoriales:

1.- Programa Nacional de Educación (2001-2006).

- ◆ Avanzar hacia la equidad en educación
- ◆ Proporcionar una educación de calidad adecuada a las necesidades de todos los mexicanos.

2.- Programa Nacional de Salud (2002-2006).

- ◆ Abatir las desigualdades en salud.
- ◆ Mejorar las condiciones de salud de los mexicanos y reducir los rezagos que afectan a los más pobres.

3.- Programa Nacional de Desarrollo Social (2002-2006).

- ◆ Generar la igualdad de oportunidades para los grupos más pobres.
- ◆ Reducir la pobreza extrema
- ◆ Fortalecer el tejido social, fomentando la participación y el desarrollo comunitario. (Gobierno Federal, 2002)

Los objetivos explícitos de Contigo, son ofrecer prestaciones sociales básicas a todos los mexicanos, es decir, ofrecer oportunidades para la integración productiva y social de los individuos, incluye una diversidad de programas (citados anteriormente), en donde mira a la pobreza desde una óptica multidimensional (Secretaría Técnica del Gabinete Social, 2003; citado en Banco Mundial, 2004).

1.6 LÍMITES Y RETOS DE LOS PROGRAMAS FOCALIZADOS DE COMBATE A LA POBREZA EN MÉXICO.

La etapa de los programas sociales en México se caracteriza por la evolución en la definición del problema de la pobreza y, con ella, de las políticas para aliviarla. La primera estrategia, el Pronasol, logra avances importantes en materia de cobertura de servicios básicos en comunidades rurales y urbano-marginadas, gracias a un contexto político caracterizado por un gran centralismo.

La segunda estrategia, el Progresá, adopta un enfoque mucho más técnico y renueva el contenido político que caracterizó al Pronasol. Reduce también el espectro de atención concentrándose en los efectos más perniciosos de la pobreza y en los campos relacionados con el impulso de las capacidades individuales (nutrición, salud y educación).

Finalmente, la estrategia Contigo, recupera la experiencia de los esquemas previos, retoma la concepción multidimensional del bienestar y estructura de sus programas con base en ella. Aparecen programas novedosos como el Seguro Popular, que es uno de los primeros programas que más que combatir la pobreza busca evitarla, protegiendo a los asegurados contra gastos catastróficos (Lendo, 2000).

No obstante la evolución que han tenido estas políticas focalizadas, es necesario subrayar algunas de sus limitaciones, así como los principales desafíos que enfrentan en la tarea de superación de la pobreza. El discurso oficial respecto a la importancia y el esfuerzo que conllevan los programas de “combate” a la pobreza genera grandes expectativas en la opinión pública en relación con el cambio que tales políticas pueden alcanzar. No obstante, existen problemas estructurales en sociedades como la mexicana que limitan en gran medida el éxito que pueden tener dichos programas. La desigual distribución del ingreso, que durante siglos ha caracterizado a México, no se modifica mayormente como efecto de la aplicación de políticas focalizadas del tipo de Pronasol, Progresá u Oportunidades. Adicionalmente, existen severas restricciones presupuestales que limitan

la capacidad de estos programas para tener un impacto realmente notable en las condiciones de vida de la población. Si se estima que más de 50 millones de mexicanos viven en condiciones de pobreza y 20 millones de ellos, en pobreza extrema, es decir con ingresos insuficientes para cubrir sus necesidades de alimentación (Banco Mundial, 2004) Hasta el momento gran parte de los programas realizados para erradicar la pobreza se basan más específicamente en los índices económicos de alimentación y de salud física de las personas que se encuentran en esta condición; sin embargo, poco se ha estudiado sobre los aspectos psicológicos de las personas que viven en condiciones de pobreza y pobreza extrema, por lo que en el capítulo siguiente se abordarán aspectos relacionados a las condiciones psicológicas del sujeto como respuesta a su condición de pobreza.

II. ESTRÉS Y ESTRATEGIAS DE AFRONTAMIENTO.

2.1. CONCEPTUALIZACIÓN DEL ESTRÉS.

El término estrés que significa sufrimiento o adversidad, data desde el siglo XV (Lumsden, 1981, citado en Lazarus, 1993). Sin embargo fue hasta el siglo XVII que éste término adquirió importancia técnica por el físico-biólogo, Robert Hooke, (1892, citado en Zaldivar, 1996) quien estaba interesado en las estructuras hechas por el hombre, como puentes, diseñados para soportar ciertas cargas y resistir el viento, temblores, y otras fuerzas naturales.

El término carga se refiere al peso sobre la estructura; estrés, el área que soporta la carga; tensión, la deformación de la estructura creada por la interacción de carga y estrés.

El análisis de Hooke, 1892 (citado por Zaldivar, 1996), influyó de forma importante en los modelos de estrés en fisiología, psicología y sociología, a principios del siglo XX.

El modelo predominante sobre el estrés (paralelamente con el análisis de Hook), era básicamente de causas (carga o demanda sobre sistemas) y efectos (tensión, deformación o colapso). La epistemología de la psicología americana era principalmente conductista y positivista. De esta forma, este tipo de modelo tenía una apariencia directa y científica, sin embargo resultó ser insuficiente para explicar la dinámica del estrés.

Las investigaciones y los cuestionamientos inmediatamente después de la Segunda Guerra Mundial se centraron en los efectos del estrés y cómo éstos podrían ser explicados y pronosticados. Sin embargo, en la década de los 50's, Lazarus y sus colegas descubrieron que condiciones estresantes no producen efectos predecibles. Concluyeron que se debe tomar en cuenta las diferencias individuales en variables motivacionales y cognitivas que intervienen entre el estresor y la reacción (Lazarus y Folkman, 1984).

El estudio sobre el estrés ha sido inconsistente ya que existe una confusión en cuanto al uso de los términos que denotan las variables del proceso de estrés. Sin embargo, a

pesar de los distintos usos, ciertos significados esenciales siempre han permanecido. Se han considerado cuatro conceptos para describir el proceso del estrés:

- Existe un agente causal externo o interno
- Se hace una evaluación (por la mente o un sistema fisiológico) que distingue lo que es amenazante o nocivo
- Se da un proceso de afrontamiento utilizado por la mente o cuerpo para lidiar con las demandas estresantes
- Aparece un patrón complejo de efectos en la mente y cuerpo, usualmente referidos como reacciones de estrés.

Así mismo (Lazarus, 1993) identificó 15 emociones, de las cuales, 9 son llamadas emociones negativas: enojo, miedo, ansiedad, culpa, vergüenza, tristeza, envidia, celos y disgusto, y 4 emociones positivas: felicidad, orgullo, desahogo y amor. Existiendo además otras emociones como: esperanza y compasión. Este autor hace mención de las emociones ya que considera que el estrés psicológico debe ser considerado en el terreno de las emociones.

Bernard y Cannon, 1935 (citado en Zaldívar, 1996), estudiaron el estrés en el ser humano, concluyendo que el organismo debería estar preparado para tener respuestas adaptativas frente a estímulos o situaciones nocivas que amenazaran su estabilidad, por lo tanto, el hombre deberá mantener un equilibrio interno frente a los cambios que se sucedan en el medio externo.

Selye, 1956 (citado en Zaldívar, 1996), realizó otras investigaciones sobre la respuesta del organismo ante las situaciones estresantes y apoyado en la teoría de Bernard y Cannon, menciona tres etapas de reacción del organismo a las que denomina fases del síndrome general de adaptación, éstas son:

- **Fase de alarma.**

Esta fase aparece como primera reacción en respuesta a la situación o estímulo estresor. Ocurren cambios bioquímicos en el organismo: el sistema nervioso simpático y la médula suprarrenal aumentan grandemente su actividad, de igual forma se incrementa la actividad cardiovascular y respiratoria, aumenta el tono muscular, hay aumento en la dilatación pupilar, disminuyen los linfocitos, etc. Estos cambios tienen por finalidad poner al organismo en un estado de activación y alerta que posibilite la adopción de una respuesta de ataque o de huida con vistas al restablecimiento del equilibrio perdido o amenazado.

- **Fase de resistencia.**

Si las reacciones aparecidas en la fase anterior no resultan exitosas en cuanto al restablecimiento del equilibrio, entonces se pasa a esta segunda fase, en la cual se activan las reservas del organismo. Algunas de las reacciones características de esta etapa son: la corteza y médula suprarrenales vuelven a su ritmo normal en cuanto a la secreción de hormonas, desaparecen los cambios que ocurrieron en la fase anterior. Si los esfuerzos de adaptación que se llevan a cabo en esta etapa son exitosos, el organismo recobra su estado de equilibrio, de lo contrario, se tendrá que pasar a la fase tres.

- **Fase de agotamiento.**

Si los esfuerzos de la fase anterior no resultan suficientes para que el organismo se recupere, entonces éste, agota sus reservas y muchos de los síntomas de la primera etapa reaparecen. Entre las manifestaciones de esta fase se encuentran: aumento de la actividad simpática, aumento de la presión arterial sistólica, aumento de las concentraciones sanguíneas o urinarias de adrenalina o noradrenalina, etc. En estas

condiciones el organismo se hace más vulnerable a la enfermedad, y en casos extremos puede sobrevenir la muerte.

En general, niveles moderados de estrés activan el organismo física y mentalmente, aunque, si la persona es incapaz para adaptarse a las nuevas demandas sociales, podrían desencadenarse respuestas físicas, psicológicas y conductuales negativas.

Una última forma de conceptualizar el estrés es la aportada por Lazarus y Folkman (1986), y mencionan que es la relación particular entre el individuo y el entorno que es evaluado como amenazante o desbordante de sus recursos y que pone en peligro su bienestar.

2.1.1 EL ESTRÉS COMO PROCESO TRANSACCIONAL.

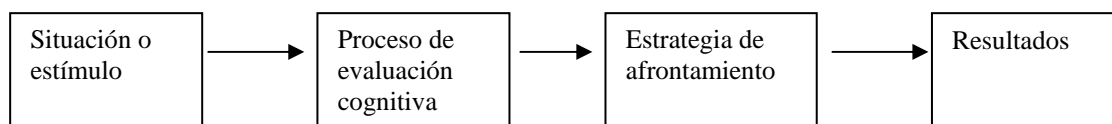
Uno de los principales representantes de éste enfoque en el estrés es Lazarus, 1986 (citado en Zaldívar, 1996), quien menciona que las causas del estrés no pueden buscarse de manera aislada en el ambiente ni en el individuo, sino que es algo que se relaciona.

Lazarus reconoce el papel activo del individuo en cuanto a sus respuestas ante las situaciones demandantes ambientales y también en cuanto a la forma en que éste selecciona y determina su entorno. Existe una especial atención a los procesos de evaluación cognitiva que tienen lugar en el sujeto, en relación con la evaluación de las situaciones o estímulos ambientales y de sus propios recursos de afrontamiento ante las situaciones.

Esto es, que mediante esta selectividad, y por medio de procesos cognitivos como la evaluación, emerge toda una organización de variables del individuo y del entorno como en los casos de estrés psicológico y de las situaciones de daño, desafío y amenaza (Lazarus, 1986).

Lazarus y Folkman (1984), mencionan que una persona es vulnerable al estrés en aquellas situaciones ambientales que pongan en peligro valores u objetivos con los que tengan desarrollados compromisos importantes, así como las que signifiquen daño o amenaza y, especialmente en aquellas situaciones que favorezcan las creencias negativas sobre sus expectativas.

El proceso de estrés psicológico, visto desde el enfoque transaccional propuesto por Lazarus y Folkman, se puede esquematizar de la siguiente manera:



A continuación describiremos cada uno de los procesos:

- **Situación o estímulo**

Aún cuando el estímulo represente de forma clara una amenaza de tal magnitud que prácticamente todo el mundo considere peligroso o perjudicial, habrá variaciones individuales en el grado que tal acontecimiento sea evaluado como estresante, así como en sus efectos cuantitativos y cualitativos sobre las respuestas. Estas variaciones son debidas a factores individuales y determinan la importancia personal de la situación.

Esto es, el carácter amenazante o perjudicial de la situación, depende de la evaluación o significado asignado por el sujeto que la experimenta, debiéndose considerar las siguientes propiedades:

En primer lugar hacen referencia a factores tales como la novedad de la situación, su predictibilidad y el grado de incertidumbre. Se tienen en consideración elementos

temporales tales como la inminencia, la duración y la incertidumbre temporal. Finalmente hacen referencia a los factores de ambigüedad y cronología de los acontecimientos estresantes respecto al ciclo vital.

Los factores personales y situaciones, son tratados como componentes interdependientes de una relación dinámica individuo-situación. Pueden considerarse como antecedentes de la evaluación, pero sólo en términos de su significado respecto al equilibrio entre las demandas de la situación y los recursos del individuo. (Lazarus, 1986).

- **Proceso de evaluación cognitiva**

Es imposible explicarse las respuestas de los individuos, teniendo solamente como referencia la situación sin tener en consideración los factores personales y en particular el proceso de evaluación cognitiva que el sujeto hace para dar respuesta a esas situaciones. Para poder entender las diferencias observadas en las respuestas ante situaciones similares, debemos tener en cuenta los procesos cognitivos que median entre el encuentro con el estímulo y la reacción, así como los factores que afectan a la naturaleza de tal mediación.

La evaluación cognitiva refleja la particular y cambiante relación que se establece entre el individuo con determinadas características (valores, compromisos, estilos de pensamientos y de percepción) y el entorno, cuyas características deben predecirse e interpretarse.

Lazarus y Folkman (1986) describen tres tipos principales de evaluaciones cognitivas:

1.- Evaluación primaria

Tiene como objetivo principal evaluar las posibles consecuencias que una situación o estímulo puede tener para el individuo, se consideran tres clases de evaluación primaria:

- a) Irrelevante. Cuando la situación o evento es evaluado como sin consecuencias (ni positivas ni negativas) para el sujeto.

- b) Benigna-Positiva. Cuando las posibles consecuencias son evaluadas como positivas, es decir implican consecuencias deseables que en alguna medida se perciben como productoras de bienestar.
- c) Estresantes. Cuando las consecuencias se prevén como negativas y atentan contra el bienestar del sujeto. En esta categoría se incluyen aquellas situaciones que significan daño, pérdida, amenaza y desafío.

2.- Evaluación secundaria

Aparece vinculada con las confrontaciones que resultan estresantes para el individuo y tienen por finalidad la valoración de los recursos propios de afrontamiento y las opciones posibles para enfrentar la situación.

3.- Tercera, Reevaluación

Se refiere a los cambios introducidos en una evaluación inicial, a partir de nuevas informaciones provenientes del entorno o como consecuencia de las propias reacciones del sujeto.

Lazarus y Folkman, (1986), hacen mención a un tipo particular que denominan reevaluación defensiva y que se caracteriza por los esfuerzos que el sujeto realiza para reinterpretar una situación que le resulta estresora. La reevaluación también puede ocurrir durante el proceso de afrontamiento.

• Estrategias de afrontamiento

Cuando el proceso de estrés se desencadena y el individuo se ve abocado a la búsqueda de una alternativa de solución para la situación, se dice que está haciendo uso de determinadas estrategias de afrontamiento.

Las estrategias de afrontamiento no deben ser consideradas como algo que el sujeto asume de una vez y por todas, sino que las continuas reevaluaciones que se van produciendo a través del proceso de interacción individuo-entorno y los cambios que se

producen en la situación y en el sujeto mismo, provocan ajustes en las estrategias de afrontamiento adoptadas.

- **Resultados**

Las estrategias de evaluación cognitiva y de afrontamiento tienen como finalidad la adaptación del ser humano (contribuir a la supervivencia y al crecimiento). Ellas propician en el sujeto un adecuado funcionamiento global y a largo plazo (físico, mental y social).

2.2 CONCEPTO DE AFRONTAMIENTO

Partiendo del concepto de estrés psicológico como el resultado de una relación particular entre el sujeto y el entorno, que se produce cuando éste es evaluado por la persona como amenazante o desbordante de sus recursos y por ello pone en peligro su bienestar (Lazarus y Folkman, 1986), es fácil suponer que los individuos encontrarán un gran número de eventos que pueden percibir como estresantes.

A medida que una visión cognitiva de mediación se ha ido desarrollando, el proceso de afrontamiento ha tomado importancia. Dado que el estrés psicológico define una relación persona-medio ambiente desfavorable, la esencia es el proceso y el cambio, la estructura. Las personas alteran las circunstancias, o cómo éstas son interpretadas para hacerlas aparentar ser más favorables, en un esfuerzo llamado afrontamiento.

Las aproximaciones tradicionales hacia el afrontamiento enfatizan los rasgos o estilos (propiedades de la personalidad). Lazarus (1966, 1978, 1981, 1984), Folkman (1984) y Launier (1978), se enfocan en el afrontamiento como un proceso (los esfuerzos constantes de una persona en pensamiento y acción para manejar demandas específicas evaluadas como amenazantes o abrumadoras). Aunque existen estilos de afrontamiento, éste es mayormente contextual, ya que para que sea efectivo debe cambiar a través del tiempo y en las diferentes situaciones que se le presenten al individuo (Lazarus, 1993).

Uno de los componentes que determinan la naturaleza del estrés son los recursos de afrontamiento, pero hablar de afrontamiento no es tarea sencilla, debido a que es un término tanto coloquial como científico y aún dejando de lado por razones obvias la primera, la definición científica también presenta sus problemas.

Se define *afrontamiento* como aquellos actos que controlan las condiciones aversivas del entorno, disminuyendo por tanto, el grado de respuestas producidas por éstas. Al respecto (Miller, 1980, citado en Lazarus y Folkman, 1984). Señala que:

- El afrontamiento consiste en el conjunto de respuestas conductuales aprendidas que resultan efectivas para disminuir el grado de estrés mediante la neutralización de una situación peligrosa o nociva.

Heppner y Cook, (1995), asumen el problema del afrontamiento desde una perspectiva transaccional. Critican la posición que concibe el afrontamiento como un conjunto de rasgos estables y, hasta cierto punto rígido en el individuo; por el contrario, resaltan el carácter dinámico y contextual de dicho proceso, aportando la siguiente definición:

“Son los esfuerzos cognitivos y conductuales constantemente cambiantes que se desarrollan para mejorar las demandas específicas internas y (o) externas que son evaluadas como excedentes o desbordantes de los recursos del individuo”. p.p. 280.

En ésta definición se aprecia una visión flexible. Las estrategias de afrontamiento no son consideradas como algo que el sujeto asume de una vez y por todas, sino que las continuas reevaluaciones que se van produciendo a través del proceso de interacción individuo-entorno y los cambios que se producen en cada una de las situaciones y en el sujeto mismo, provocan ajustes en las estrategias de afrontamiento adoptadas.

Por otro lado, el modelo psicoanalítico de la psicología del ego, define al afrontamiento como el conjunto de pensamientos y actos realistas y flexibles que solucionan los problemas y, por tanto reducen el estrés. En algunos estudios se ha conceptualizado

también como un mecanismo de defensa (Freud, 1933) y un proceso inconsciente. Sin embargo en estudios más recientes se define, como una respuesta a eventos externos estresantes o negativos (Billings y Moos, 1981; y Mc Crae, 1984 citados en Zaldívar, 1996).

Estas respuestas son usualmente estrategias o estilos conscientes del individuo. Algunos pueden tener estilos o patrones particulares de afrontamiento como respuesta ante distintas situaciones estresantes (Endler, 1990).

Los problemas o deficiencias que presentan estas aproximaciones son por lo menos de tres tipos; el primero, es el de equipar el afrontamiento al éxito adaptativo, esto es, confundir al proceso con el resultado. El segundo, es la falta de diferenciación entre lo que sería afrontamiento y conducta adaptativa automática y, por último y no por eso menos importante, es el error de considerar al afrontamiento como estructuras psicológicas desarrolladas por el propio sujeto que, una vez creadas, actúan presumiblemente como predisposiciones estables para enfrentar de una forma u otra los acontecimientos de la vida (Endler, 1990).

2.3 EL AFRONTAMIENTO COMO PROCESO

De acuerdo a la teoría de (Lazarus, 1986, citado en Belloch, Sandin y Ramos, 2001), quien considera al afrontamiento como un proceso que implica asumir los siguientes principios:

- El término afrontamiento se emplea indistintamente de que el proceso sea adaptativo o inadaptativo, eficaz o ineficaz. El afrontamiento, por tanto, debe separarse de los resultados. No existen procesos de afrontamiento universalmente buenos o malos; ello depende de múltiples factores, como la persona, el tipo específico de encuentro (relación entre la persona y el estresor), etc.

- El afrontamiento depende del contexto. Se trata de una aproximación orientada contextualmente más que como una disposición estable. El proceso de afrontamiento empleado para diferentes amenazas, producido por alguna fuente generadora de estrés, varía en función de la significación adaptativa y los requerimientos de otras amenazas.
- Unas estrategias de afrontamiento son más estables o consistentes que otras a través de las situaciones estresantes. En este sentido, Lazarus ha obtenido datos que indican más estabilidad para la estrategia “reevaluación positiva” que para la “búsqueda de apoyo social”.
- La teoría del afrontamiento como proceso enfatiza, que al menos existen dos funciones principales del afrontamiento, una focalizada en el problema, que consiste en cambiar la relación ambiente-persona actuando sobre el ambiente o sobre sí mismo; se trata de manejar o alterar la fuente generadora de estrés. Y la segunda estrategia focalizada en la emoción que consiste en cambiar el modo en que se trata (vigilancia, evitación) o interpreta (negación, reevaluación) lo que está ocurriendo, para mitigar el estrés; se trata de regular la respuesta emocional del estrés.

Ambas formas de afrontamiento pueden en la práctica facilitarse mutuamente; por ejemplo, la reducción previa de estados emocionales como la ansiedad o ira suele facilitar las actividades de solución de problemas (facilita el afrontamiento focalizado en el problema); y viceversa, un afrontamiento focalizado en el problema puede llevar a la reducción de la respuesta emocional. Sin embargo también pueden interferirse; por ejemplo minimizando la relevancia de un suceso (focalización emocional) puede inhibir las actividades dirigidas al afrontamiento-problema.

2.4 CLASIFICACIÓN DE LAS ESTRATEGIAS DE AFRONTAMIENTO.

Los acontecimientos vitales negativos, ambiguos, inesperados y poco controlables se relacionan significativamente con trastornos psicológicos, aunque si se cuenta con adecuadas estrategias para enfrentar la situación, puede favorecer el ajuste y la buena efectividad en la solución de problemas por parte del individuo.

Una forma de manejar las demandas del medio es a través de una buena estrategia de afrontamiento, para las cuales existen dos categorías (Zaldívar, 1996)

- Afrontamiento centrado en las emociones v/s afrontamiento dirigido al problema
- Estrategias de afrontamiento activo v/s estrategias de evitación.

Los sujetos con síntomas depresivos frecuentemente usan la descarga de emociones en conjunto con las estrategias de evitación y resignación, cuando la que debería darse normalmente es el uso de estrategias de evitación en un primer momento (corto plazo) para proseguir con un afrontamiento activo, eficaz para asimilar los hechos estresantes y perpetuar la sensación de control situacional.

El apoyo social (disponibilidad de ayuda) que la persona tenga, también es determinante en la estrategia de afrontamiento que utilice, mientras más apoyo reciba, más probable es que utilice estrategias de afrontamiento activo. (Zaldívar, 1996).

Los efectos del apoyo social se explican por cuatro mecanismos: porque inhibe conductas de riesgo y refuerza las saludables, porque disminuye el impacto del estrés y las conductas inadaptativas que causaría, porque valida las creencias de control y posibilita el manejo y, por último, la expresión de las emociones reguladas por otros permite disminuir el desgaste fisiológico provocado por el estrés (Menninger, 1966; Haan, 1969 y Vaillant, 1977, citados en Lazarus y Folkman, 1986).

Con base en el aspecto de la amenaza que se desea dominar, el afrontamiento puede ser denominado paliativo o instrumental, esto es, dirigido a la emoción o al problema, pese a

las derivaciones que se puedan dar de sus nombres, ambos son igualmente importantes y necesarios, estas dos mayores categorías son a su vez escindidas por Lazarus y Folkman (1986) en 8 clases:

- Confrontativo. Son acciones directas dirigidas hacia la situación.
- Distanciamiento. Tratar de olvidarse del problema, negarse a tomarlo en serio, comportarse como si nada hubiera ocurrido.
- Auto-Control. Guardar los problemas para uno mismo, procurar no precipitarse.
- Búsqueda de Apoyo Social. Pedir consejo o ayuda a un amigo, hablar con alguien que puede hacer algo concreto, contar a un familiar el problema.
- Aceptación de la Responsabilidad. Disculpase, criticarse a sí mismo, reconocerse causante del problema.
- Escape-Evitación. Esperar a que ocurra un milagro, evitar el contacto con la gente, tomar alcohol o drogas.
- Planificación de Solución de Problemas. Establecer un plan de acción y seguirlo, cambiar algo para que las cosas mejoren.
- Reevaluación Positiva. Basarse en la experiencia para generar cambios.

2.5. FUNCIONES DE LAS ESTRATEGIAS DE AFRONTAMIENTO

En la vida frecuentemente las personas nos enfrentamos con demandas del medio y situaciones no deseadas que podrían ser estresantes. En general, niveles moderados de estrés activan el organismo física y mentalmente, aunque si la persona es incapaz de adaptarse a las nuevas demandas, podrían desencadenarse respuestas físicas, psicológicas y conductuales negativas.

El afrontamiento tiene dos funciones: manipular o alterar el problema con el entorno causante de perturbaciones (afrontamiento dirigido al problema), y regular la respuesta

emocional que aparece como consecuencia (afrontamiento dirigido a la emoción). Estos se influyen el uno al otro y ambos pueden potenciarse o interferirse.

El modo de afrontamiento de un individuo está determinado por los recursos de que dispone como, la salud y la energía física, las creencias, los compromisos, los recursos para la solución de problemas, las habilidades sociales, el apoyo social y los recursos materiales.

El afrontamiento también es determinado por las coacciones que limitan la utilización de los recursos disponibles, entre los factores coactivos ambientales se encuentran las demandas que compiten por los mismos recursos y las situaciones o eventos que impiden los esfuerzos de afrontamiento. Los condicionantes personales (valores y creencias culturales interiorizadas) que proscriben ciertas formas de conducta, y los déficits psicológicos. Los altos grados de amenaza también pueden evitar que un individuo utilice sus recursos de afrontamiento en forma efectiva.

La dinámica que caracteriza el afrontamiento como proceso no es fruto del azar, los cambios son consecuencias de las continuas evaluaciones y reevaluaciones de la cambiante relación individuo-entorno. Las variaciones pueden ser el resultado de los esfuerzos de afrontamiento dirigido a cambiar el entorno o su traducción interior, modificando el significado del acontecimiento o aumentando su comprensión. También puede haber cambios en el entorno, independientes del individuo y de su actividad para afrontarlo.

Durante la década de los 80's, algunos investigadores como Pearlin y Schooler, 1978, (citado en Endler, 1990), trataron de identificar y evaluar las dimensiones básicas de la conducta de afrontamiento, basados en la teoría a priori de Lazarus (1986).

Pearlin y Schooler, (1978 citado en Zaldívar, 1996) categorizaron a esta conducta dentro de tres estilos de afrontamiento:

- Respuestas que logren un cambio en la situación
- Respuestas que logren un cambio en el significado o el grado de estrés
- Respuestas enfocadas hacia el control de sentimientos de aflicción.

Por otro lado, (Billings y Moos, 1981, citado en Zaldívar, 1996) dividieron las respuestas de afrontamiento dentro de categorías similares a las de Pearlin y Schooler (1978) quedando de la siguiente manera:

- Afrontamiento de conducta activa
- Afrontamiento de evitación
- Afrontamiento cognitivo activo.

2.6 TÉCNICAS DE MEDICIÓN DE LAS ESTRATEGIAS DE AFRONTAMIENTO

Autores como Billings y Moos (1981), (1984), Pearlin y Schooler (1978), McCrae (1984), Folkman y Lazarus (1980), han realizado diversos estudios sobre estrategias de afrontamiento los cuales han permitido demostrar la importancia que éstas, tienen mediando entre los eventos antecedentes estresantes y distintas respuestas como ansiedad, depresión, aflicción psicológica, quejas somáticas y consumo de drogas o alcohol (Aldwin, 1981).

De éstos estudios han surgido varias escalas que han permitido medir cuáles son los estilos de afrontamiento más utilizados por las personas para resolver aquellas situaciones que les generan mayor estrés, entre ellas se encuentran:

La escala de afrontamiento llamada COPE diseñada por Carver (1989 citado en Edwards, 1998) con dos formatos: disposicional y situacional. Dentro de esta escala se encuentran reactivos donde el afrontamiento se enfoca hacia:

- Los problemas
- Las emociones

- Descargar emociones y
- Pensamientos evitativos.

Dos de los investigadores que más han estudiado sobre estrategias de afrontamiento han sido Folkman y Lazarus (Folkman, 1984; Lazarus, 1980, 1985 citados en Edwards, 1998), Ellos sugieren que el afrontamiento tiene dos funciones primordiales: la regulación de las emociones (afrontamiento enfocado hacia las emociones) y el hacer algo para cambiar o mejorar el problema (afrontamiento enfocado hacia el problema), las dos escalas que desarrollaron fueron: el WCC (Ways of Coping Checklist) y WCQ (Ways of Coping Questionnaire).

El más utilizado es el WCQ que consiste en 67 afirmaciones sobre pensamientos y acciones tomadas. Al preguntar sobre pensamientos y acciones se evita que los sujetos hagan inferencias y evalúen sus estilos de afrontamiento. Después de la validación de este instrumento Lazarus, (Averill y Opton, 1974), distinguieron dos procesos: a). La acción directa hacia el medio ambiente y b). Los procesos intrapsíquicos del sujeto.

Lazarus y Folkman, (1986), definieron que los sujetos presentan tres formas de afrontar las situaciones que consideran estresantes, éstas son:

- Directa
- Emocional
- Evasiva.

Posteriormente Lazarus y Launier (1978 citado en Lazarus y Folkman, 1984) propusieron cuatro métodos de afrontamiento como resultado del análisis tanto cualitativo como cuantitativo del WCQ y que tienen estrecha relación con la clasificación propuesta por Lazarus y Folkman en 1986

- La búsqueda de información. Las personas buscan de entre varias alternativas cuál puede proporcionarles mayor información sobre el problema para pretender resolverlo.
- Los modos intrapsíquicos. Las personas responden en función de las características de su dinámica intrapsíquica y en ocasiones ésta estrategia puede tener un alto componente emocional que no le permita al sujeto dar respuesta a su situación estresante.
- La acción directa. Las personas afrontan de manera directa sus problemas dando solución a los mismos.
- La acción de inhibición. Los pocos recursos psicológicos con que pueden contar algunas personas ocasiona que sea mejor evitar el problema que enfrentarlo.

Lazarus y Launier (1986 citados en Edwards, 1998) observaron que éstos métodos de afrontamiento podrían dirigirse hacia la persona o hacia el ambiente, podrían enfocarse en el pasado o como amenaza del futuro o podrían estar involucradas en la acción instrumental es decir, (alterando la relación de persona-ambiente del mismo estrés) o alivio (regulando el dolor emocional).

Con respecto al WCC, éste cuestionario consta de 68 reactivos de respuestas dicotómicas (es decir, si o no), los reactivos se derivaron de la teoría de Lazarus, y reportaron respuestas defensivas como son: la anulación, la intelectualización, el aislamiento, la supresión, búsqueda de información, solución de problemas, alivio, la inhibición de acción, la acción directa y el pensamiento mágico.

Otro instrumento sobre estrategias de afrontamiento es el MCI (Multidimensional Coping Inventory, 1990) diseñado por Endler en 1990. En la primera etapa de este instrumento se creó una lista de reactivos, llamada General Reactions Inventory IV, que representa un

amplio rango de posibles conductas de afrontamiento. Se utilizó una escala de frecuencia de cinco puntos en un rango de (1) nada, hasta (5) mucho.

Se realizó un análisis factorial de componentes principales y rotación varimax. Los 44 reactivos se agruparon dentro de tres factores que produjeron las subescalas de:

- Tarea, se refiere al tipo de afrontamiento que requiere solución de problemas de forma práctica
- Emoción, habla de todas las reacciones emocionales y pensamientos subjetivos de una persona ante una situación de estrés
- Evitación, aborda conductas que no solucionan el problema al no confrontarlo.

La forma en que las personas afronten la situación dependerá principalmente de los recursos tanto instrumentales como paliativos de que disponga, así como, de las limitaciones que dificulten el uso de tales recursos en el contexto de una interacción determinada (Zaldívar, 1996).

Estos recursos son:

- Los recursos físicos del individuo
- Los recursos psicológicos
- Las aptitudes
- Técnicas para la resolución de problemas
- Soporte social.

La importancia de la evaluación cognitiva y el afrontamiento radica en que ambos influyen en la adaptación, en tres aspectos fundamentales de la vida: 1) En el trabajo y la vida social, 2) En el de la satisfacción moral o vital y 3) En la salud del individuo (Lazarus y Folkman 1984).

Finalmente, se debe considerar que el estilo del afrontamiento es un proceso cambiante en el cual el individuo, en determinados momentos, debe contar con estrategias paliativas

y en otras situaciones con aquéllas que le permitan la resolución de los problemas
Mechanic, (1968 citado en Belloch, Sandín y Ramos, 2001), menciona que la función del
afrentamiento implica resolver las demandas tanto sociales como del entorno; así como,
crear el grado de motivación necesario para hacer frente a tales demandas, y mantener
un estado de equilibrio psicológico.

III. ESTRÉS, POBREZA Y ESTRATEGIAS DE AFRONTAMIENTO.

La importancia que tiene el estudiar el estrés y los recursos psicosociales con que cuentan las personas que viven en condiciones de pobreza, es de vital importancia para poder contrarrestar si no bien, la situación económica, sí la calidad de vida ante dicha condición.

Autores como Castro, Manca, Eroza y Orozco (1997), González-Forteza, Salgado de Snyder, y Rodríguez Ruíz (1997), Dubow (2000) y Figueroa, Contini, Lacunza, Levín y Estévez (2005), se han dedicado al estudio del estrés en poblaciones que viven en condiciones de pobreza extrema y pobreza moderada, así como las estrategias de afrontamiento que utilizan para resolver dicha situación estresante.

Todos estos autores coinciden en que las situaciones de mayor estrés en las poblaciones de estudio, en personas adultas están relacionadas con las familiares, las económicas, y las salud en general, sin especificar a detalle cual es la situación de mayor conflicto; mientras que en las poblaciones adolescentes las situaciones de estrés, están relacionadas con las familiares, las relaciones sociales (amigos) y la sexualidad.

También encontraron diferencias entre las etapas de la vida con respecto a las estrategias de afrontamiento, esto es, las personas adultas utilizan las estrategias de búsqueda de apoyo (pedir consejos, pedir dinero), negación o minimización; éstas como estrategias de afrontamiento dirigidas a las emociones, y las de acción instrumental y búsqueda de soluciones (pensar, basarse en la experiencia y resolver el problema); mientras que los adolescentes utilizan las estrategias de evitación y negación (autoculpa), además encontraron que el estrés se asocia con síntomas psicológicos como la depresión y la ideación suicida.

Sin embargo, en comparación con el estrés, los autores antes citados han coincidido en que no hay diferencias con respecto al nivel socioeconómico (pobreza extrema y pobreza

moderada) ya que en ambos estratos, se encontró que las condiciones de vida tanto en los pobres extremos como en los pobres moderados, tienen situaciones similares que los llevan a presentar estrés, esto es, como lo menciona Lazarus (1993), el ser humano está expuesto a presentar estrés ante diferentes situaciones de la vida y que la forma de resolverlo depende en gran medida de las diferencias individuales, en variables motivacionales y en los recursos cognitivos con que cuente cada uno de ellos.

Por lo tanto, podemos decir que el estrés no es una condición propia de las personas que viven en situación de pobreza, pero sí la forma de afrontar el estrés, difiere en los estratos socioeconómicos, dependiendo esto, de la influencia de los factores culturales en el que se desenvuelven (religión, valores, etc.), de personalidad y cognitivos, así como del nivel de escolaridad que tengan. También, es importante mencionar que el estrés se incrementa al avance de las etapas de la vida, como lo mencionan los autores citados.

En otro estudio Hagedorn y Omar, (2002, citado en Serrano y Flores, 2005) relacionado con situaciones de estrés, respuestas de afrontamiento e ideación suicida en diferentes niveles socioeconómicos, refieren que las situaciones de mayor estrés identificadas en los adolescentes, son los conflictos interpersonales (peleas con los padres, fin de relaciones, peleas con otros significativos y dificultades financieras), y que las estrategias de afrontamiento mayormente utilizadas fueron la evitación que además condujo en la mayoría de los casos al intento suicida y que las situaciones de estrés se dieron mayormente en los tres últimos meses previos al intento suicida; sin embargo observaron que las personas adultas reportaron las situaciones estresantes de más de un año de evolución, relacionadas principalmente con la familia, y que utilizan estrategias más emocionales como la depresión. Estos autores no encontraron diferencias en los niveles socioeconómicos con respecto al tipo de estrategias de afrontamiento utilizadas; lo cual difiere de los estudios realizados por Castro, Manca, Erosa y Orozco (1997) y et all, y así

como en el grado de estrés, para lo cual refieren, se estresan más los adultos que los adolescentes sin embargo, el adolescente es más vulnerable al suicidio que el adulto, mencionando también diferencias con respecto al estrés y las etapas de la vida.

Muchos de los estudios sobre estrés y pobreza se han realizado principalmente en situaciones relacionadas con la salud, tanto física, como mental. Motivo por lo que el estudio que a continuación se cita, nos permite entender la vulnerabilidad de los sectores más desprotegidos económicamente.

El estudio lo titulan sus autores: Can poverty get Under skin? (puede la pobreza estar bajo tu piel?). (Lupien, King, Meaney and Mcewen. 2001), refieren que las personas con mayores ventajas en cuanto a la clase social, disfrutan una mejor salud mental y física que aquellos individuos de clase baja. Uno de los problemas o mecanismo, como ellos lo denominan es el estrés. En su estudio encontraron que las personas de bajo nivel socioeconómico están más expuestas a eventos estresantes en su vida y éstos tienen mayor impacto en ella, en comparación con aquellas personas no pobres.

También encontraron que las madres de niños de nivel socioeconómico bajo reportaron niveles de depresión más altos y más conductas no saludables; mientras que las madres de los niños con alto nivel socioeconómico reportaron niveles de estrés relacionados con el trabajo y la familia; encontrando mejores respuestas ante la disminución del estrés, en comparación con la madres pobres que emiten respuestas ante el estrés más dirigidas a sus propias emociones y a la autodestrucción.

Es importante resaltar también, los estudios que Thoits (1982, 1984, 1995, 2005), ha venido realizando con respecto a la vulnerabilidad de grupos marginados o en condiciones de pobreza, (niveles socioeconómicos bajos). En su estudio más reciente (2005), relacionado con la salud mental, "Un nuevo enfoque a un viejo problema", habla de la importancia de las etiquetas diferenciales entre los distintos niveles

socioeconómicos, afirmando que las personas de estatus más bajos no están representados entre aquellas que reciben atención hospitalaria o profesional para el cuidado de la salud física o mental; así mismo, refiere que las personas con más altos niveles de educación, permiten mejores avances en los problemas de salud, ya que cuentan con mejores recursos psicosociales para resolver las situaciones adversas de su vida.

Autores como Kessler y Cleary (1980), Turner y Noh (1983), Billings y Moos (1984), Andrews, Tennant, Hewson y Vaillant (1978), Skinner, Edge, Altman y Sherwood (2003), Dohrenwend (2000), Pearlin (1989), entre otros, se han dedicado en los últimos años, al estudio de los acontecimientos estresantes que viven las personas de diferentes estratos socioeconómicos; así como las diferentes maneras que utilizan para resolver dichas situaciones, avocándose entonces al estudio de las estrategias de afrontamiento.

Estos autores han coincidido en sus estudios, en que el estrés no es una situación que se viva solo en los niveles socioeconómicos bajos, sino que más bien, éstos grupos sociales, están más expuestos a vivir acontecimientos estresantes, por presentar mayor vulnerabilidad y carencia en el tipo de vida tanto económica, educativa, como social a la que se enfrentan; y por lo tanto para afrontar sus situaciones de estrés cuentan con menores recursos psicosociales y cognitivos, que los limitan para resolver el estrés y poder tener una mejor calidad de vida física y psicológica.

Por otro lado, Greenlee y Lantz (1993), realizaron un estudio con una población Apalache en condiciones de pobreza, en el que se encontró que el estrés causado por la escasez de recursos económicos genera sentimientos de depresión, ansiedad y preocupación; así como el uso de estrategias de tipo emocional, teniendo cierta relación con los resultados obtenidos en nuestra investigación.

Clement y Nilsson-Schonnesson (1998), encontraron una relación entre las estrategias de afrontamiento y el estado de ánimo depresivo; así mismo encontraron que el afrontamiento evasivo (autoculpa), no ayuda a combatir el sufrimiento; mientras que las estrategias de afrontamiento positivas, activas y de autoconfianza promueven el bienestar psicológico.

En conclusión, se puede decir, que de todos los estudios revisados, los autores citados en cada uno de ellos, obtienen resultados similares, no encontraron diferencias con respecto al de estrés, esto es, se estresan de igual manera los pobres que los no pobres, pero sí encontraron diferencias con respecto a su condición socioeconómica, en relación al tipo de estrategias de afrontamiento que utilizaron las personas de los estudios citados, para resolver dicha situación de estrés.

MÉTODO

I. OBJETIVO GENERAL. Conocer las estrategias de afrontamiento al estrés, que utilizan las personas que viven en condiciones de pobreza extrema, pobreza moderada y no pobres.

II OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- 1.- Identificar las situaciones de estrés que presentan las personas que viven en pobreza extrema, pobreza moderada y no pobres.
- 2.- Identificar la manera en que los participantes afrontan las situaciones estresantes, las estrategias de solución y su eficacia en las mismas.
- 3.- Comparar las estrategias de afrontamiento de acuerdo al grupo de estudio (pobreza extrema, pobreza moderada y no pobres).
- 4.- Elaborar un instrumento que evalúe estrategias de afrontamiento.
- 5.- Obtener la validez y confiabilidad del instrumento de estrategias de afrontamiento.

III. PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN

Hablar de pobreza no necesariamente se circunscribe al concepto económico que proporcione bienestar, sino que es necesario recurrir a la búsqueda de aspectos relacionados con la satisfacción de necesidades de orden subjetivo.

Durante los últimos años, pese a los programas de combate a la pobreza, dos millones de mexicanos ingresan al grupo poblacional de pobreza extrema y de éstos, dos terceras partes de la población viven en condiciones adversas y la gran mayoría de los programas institucionales se han avocado a resolver situaciones económicas de los mismos, sin por ello tomar en cuenta patrones psicológicos que estén dando una mejor calidad de vida a los sujetos en esta condición (Lustig, 1994).

Es entonces importante analizar en estas poblaciones, como afrontan las personas las situaciones que les generan estrés, para así poder implementar en los programas de combate a la pobreza algunas estrategias que permitan fortalecer a los sujetos de recursos psicológicos para una mejor calidad de vida.

Para la presente investigación se tomaron como base las estrategias de afrontamiento propuestas por Lazarus y Folkman (1986), que se clasifican como; de estilo directo y emocional. Por lo tanto se plantean las siguientes preguntas de investigación:

- 1.- ¿Cuáles son las principales situaciones de estrés que presentan las personas que viven en condiciones de pobreza extrema, pobreza moderada y no pobres?
- 2.- ¿Cuáles son los tipos de estrategias de afrontamiento utilizadas por las personas que viven en condiciones de pobreza extrema, pobreza moderada y no pobres?
- 3.- ¿Existen diferencias en el uso de las estrategias de afrontamiento entre las personas de pobreza extrema, pobreza moderada y no pobres?

III. HIPÓTESIS.

Ho. No existen diferencias significativas entre los grupos de pobreza extrema, pobreza moderada y no pobres con respecto al tipo de situaciones estresantes.

Hi. Si existen diferencias significativas entre los grupos de pobreza extrema, pobreza moderada y no pobres con respecto al tipo de situaciones estresantes.

Ho. No existen diferencias significativas entre los grupos de pobreza extrema, pobreza moderada y no pobres con respecto al tipo de estrategias de afrontamiento que utilizan para resolver las situaciones de estrés.

Hi. Si existen diferencias significativas entre los grupos de pobreza extrema, pobreza moderada y no pobres con respecto al tipo de estrategias de afrontamiento que utilizan para resolver las situaciones de estrés.

V. TIPO DE ESTUDIO.

La presente investigación se realizó en dos etapas descritas a continuación:

Etapas I.

Consistió en un estudio de tipo transversal, comparativo y exposfacto con tres grupos socioeconómicos: pobres extremos, pobres moderados y no pobres, donde se da respuesta a las preguntas de investigación consistentes en la identificación de las situaciones de estrés que se presentan en los tres grupos de estudio; así como en la identificación de las estrategias de afrontamiento también en los mismos grupos.

También se realizó un estudio comparativo que dio respuesta a las hipótesis planteadas, buscando las diferencias en el uso de estrategias de afrontamiento entre los tres grupos del estudio.

Para la selección de la muestra, se utilizó un método estratificado, no probabilístico, en el que se eligieron al azar distintas colonias de las 16 delegaciones políticas del Distrito Federal y 16 de los 22 municipios conurbados del Estado de México, existiendo el mismo número de colonias por cada delegación o municipio; así como por estrato socioeconómico. Una vez identificada la zona geográfica de la muestra, se tomaron en cuenta los siguientes criterios de los participantes para ser incluidos en la muestra:

- Tres grupos socioeconómicos seleccionados de acuerdo al método de la línea de la pobreza, en la que se mide el gasto de consumo en la canasta básica y que

determinó a los sujetos de los tres grupos (pobreza extrema, pobreza moderada, no pobres) como se menciona en las variables de estudio.

- Los participantes deberían ser independientes, esto es, aún cuando vivieran en la casa de los padres, ya deberían trabajar y resolver su situación económica y/o aportar a la economía del hogar, vivir solos o casados y ser ellos mismos su propio sustento económico.
- Edad. Se seleccionaron personas mayores de 18 años de edad.
- Se consideraron ambos sexos.

Quedando la muestra conformada de la siguiente manera:

Edad	Sexo		Estado civil				Grupo			
De 19 a 72 años X = 36 años	Fem.	Masc	Sol.	Cas.	Div.	Viudo	U L	P.E	PM	NP
	442	449	87	590	68	21	125	291	303	297
Total = 891										

Seleccionada la muestra del estudio (conformada por 891 sujetos del Distrito Federal y zonas conurbadas), se procedió a la aplicación de la encuesta, previa capacitación a los aplicadores, quienes entrevistaron a los participantes, unos en su domicilio y otros en su lugar de trabajo, recabando información sobre diversos factores sociodemográficos, económicos y psicológicos.

VI. VARIABLES.

Para la clasificación del nivel socioeconómico de esta etapa de la investigación, se consideró como base la línea de la pobreza propuesta por el INEGI – CEPAL (1993) a través del consumo en los alimentos de la canasta básica, en donde el precio de ésta en el tercer trimestre del año 1992 fue de \$167.955.

Para obtener el precio de la canasta básica en el momento en que se hizo el levantamiento de los datos de la presente investigación (julio 2000), se tomó como base esta cifra y se calculó la inflación a través del Índice de Precios al Consumidor y considerando el número de personas por hogar que es en promedio de 4.38 personas.

Quedando como resultado las siguientes variables de estudio:

V1. Pobreza extrema. De acuerdo al INEGI-CEPAL (1993), el precio de la canasta básica, consideró aquellas personas cuyo consumo era menor a \$2727.42

V2 Pobreza moderada. De acuerdo al INEGI-CEPAL (1993). El precio de la canasta para los hogares que viven en pobreza moderada se obtiene al multiplicar por dos la línea de la pobreza, por lo que se consideró aquellas personas cuyo gasto en el consumo de la canasta básica osciló entre \$2727.42 y \$5454.85

V3.- No pobres. De acuerdo con el INEGI-CEPAL (1993) Se consideraron aquellas personas cuyo consumo en la canasta básica fue mayor al de los pobres moderados, esto es mayor a los \$5454.85.

V4. Estrategias de afrontamiento. Son los esfuerzos cognitivos y conductuales constantemente cambiantes que se desarrollan para manejar las demandas específicas internas y externas del individuo.

Cabe mencionar que de la muestra inicial de 918 sujetos y posterior a la recodificación de los datos, fueron excluidos algunos casos que no tuvieron respuesta en la variable de estrategias de afrontamiento, quedando la muestra de este estudio conformada por 891 casos.

VII. INSTRUMENTOS.

7.1 Se utilizó el instrumento de la encuesta denominada “pobreza, recursos psicosociales y bienestar subjetivo, diseñado por la Dra. Joaquina Palomar Lever, como se describió en la introducción del presente trabajo (ver anexo 1). En el que se formularon preguntas abiertas, y que permitieron construir un instrumento auténtico y veráz tipo Likert, mismo que es producto de ésta investigación, (anexo 2).

En el cuestionario, se pidió a las personas, a quienes se les aplicó el mismo, de manera individual, aportar la información de las siguientes preguntas que correspondieron a esta investigación, posterior a los demás factores sociodemográficos mencionados en el apartado de la muestra. (Anexo 1).

- Mencionar 3 situaciones que le preocuparon o produjeron estrés durante los últimos tres meses.
- Posteriormente que mencionara en escala del 1 (poco) al 4 (muchísimo), qué tanto le preocupó cada una de las situaciones, y por qué le preocuparon o estresaron esas situaciones.
- Mencionar que sentimientos le generó la situación, seleccionando de entre los siguientes sentimientos: 1. Angustia, 2. Tristeza, 3. Desesperación, 4. Coraje, 5. Decepción, 6. Miedo, 7. Otro.
- Posteriormente, debió mencionar qué hizo para tratar de resolver la situación de estrés, en el momento y después (estrategias de afrontamiento).
- Mencionar cómo se sintió con respecto a la manera en que intentó resolver el problema, teniendo que elegir entre los siguientes reactivos: 1. Muy mal, 2. Mal, 3. Regular, 4. Bien, 5. Muy bien.

- Mencionar que tanto de lo que hizo ayudó a resolver la situación de estrés, eligiendo entre los siguientes reactivos: 1. Nada, 2. Poco, 3. Mucho, 4. Totalmente.

▪ **VIII. PROCEDIMIENTO ETAPA I**

Una vez aplicados los cuestionarios se conformó la base de datos con todas y cada una de las variables sociodemográficas y psicológicas utilizadas en el presente estudio, se analizaron y codificaron las respuestas de los sujetos de la siguiente manera:

- Codificación de las situaciones de estrés, integrándose nueve situaciones (salud, familia, educación, económica, trabajo, emocional, social, adicciones y fallecimiento), asignándoles número progresivo del 1 al 9 respectivamente.
- De igual forma se obtuvieron las categorías para las estrategias de afrontamiento dependiendo de las respuestas de las personas y ubicándonos en la teoría de Lazarus y Folkman. Quedando solo seis categorías (directa, emocional, búsqueda de apoyo, culparse a sí mismo, negar o minimizar y nada), sus códigos también fueron numéricos del 1 al 6 respectivamente.

Una vez concluida la codificación de cada respuesta dada por los sujetos entrevistados, se procedió a la realización del análisis estadístico correspondiente y que se menciona en el siguiente apartado.

IX. TRATAMIENTO DE DATOS ETAPA I

- Se describieron las frecuencias y porcentajes de cada una de las variables utilizadas para el presente estudio.
- Se realizaron comparaciones entre los grupos de estudio (pobreza extrema, pobreza moderada y no pobres), con respecto al uso de estrategias de

afrontamiento, utilizando la prueba estadística X^2 , la elección de ésta prueba se debió a consideración de los siguientes elementos:

- 1.- El nivel de medición de los datos del instrumento es de tipo nominal
- 2.- Se manejó tabulación cruzada o tabla de contingencias en cuadros de dos dimensiones donde cada dimensión contiene una variable y a su vez, cada variable se subdivide en dos o más categorías (Hernández, Fernández, 2003).

Etapa II.

Una vez obtenidos los resultados de la primera etapa de la investigación que dio respuestas a las principales situaciones de estrés, los tipos de estrategias de afrontamiento y las diferencias entre los grupos, se procedió a la segunda etapa que consistió en el diseño de un instrumento para medir estrategias de afrontamiento al estrés, dicho instrumento se diseñó con tres opciones de respuesta (nunca, algunas veces y frecuentemente), del cual se obtuvo su validez y confiabilidad.

Se pidió a los sujetos que señalaran en cada reactivo (mismos que resultan del análisis estadístico de la etapa no. 1 de esta investigación y de la agrupación de cada una de las situaciones de estrés que mencionaron las personas en dicha etapa), qué tanto estrés presentaban en cada una de las situaciones, con respecto a las categorías arriba mencionadas.

Dicho instrumento (anexo 2), quedó conformado por las siguientes situaciones de estrés con sus respectivas subcategorías:

I. Situaciones relacionadas con los padres

- a. enfermedades de los padres
- b. fallecimiento de los padres

II. Situaciones relacionadas con los hijos

- a. salud de los hijos

- b. problemas de rendimiento académico
- c. preocupación por los estudios de los hijos
- d. problemas de conducta de los hijos
- e. no dedicarles suficiente atención y cuidado a los hijos
- f. preocupación por las adicciones de los hijos
- g. preocupación por el fallecimiento de algún hijo

III. Situaciones relacionadas con la familia

- a. preocupación por enfermedad de algún familiar
- b. preocupación por problemas de algún familiar
- c. preocupación por la separación de la familia
- d. preocupación por la adicción de algún familiar
- e. preocupación por el fallecimiento de algún familiar

IV. Situaciones de trabajo y económicas

- a. falta de dinero para cubrir necesidades básicas, escuela y vivienda
- b. falta de dinero para pagar enfermedades
- c. falta de trabajo
- d. tener presiones en el trabajo

V. Situaciones de pareja

- a. preocupación por enfermedad del esposo (a)
- b. presentar conflictos en la relación de pareja
- c. sentir preocupación por la separación de la pareja
- d. preocupación por adicciones del esposo (a)
- e. preocupación por el fallecimiento del esposo (a)

VI. Situaciones generales

- a. sentir depresión y/o baja autoestima

b. sentir preocupación por situaciones sociales como: incendios, temblores, tráfico, contaminación, etc.

PROCEDIMIENTO DE LA ETAPA II

Para la aplicación del instrumento en esta segunda etapa de la investigación se realizó un muestreo no probabilístico de tipo intencional, ya que la selección de los sujetos no depende de que todos tengan la misma probabilidad de ser elegidos, sino de la decisión del investigador (Hernández, Fernández y Baptista, 2003).

Por lo tanto, se aplicó a personas de diferentes sectores socioeconómicos y diversos niveles educativos de las zonas aledañas al Circuito Universitario de la Ciudad de Toluca, quienes fueron contactados en sus domicilios y bajo su autorización decidieron contestar a las preguntas que los entrevistadores realizaron.

Como criterios de inclusión a la muestra, se consideraron los siguientes:

- Ser mayores de edad.
- Ser independientes económicamente
- Tener por lo menos un hijo (para poder contestar todos los reactivos).
- Ambos sexos.

Quedando la muestra conformada de la siguiente manera:

Edad	Sexo		Escolaridad				Estado Civil				
	Fem	Masc.	Prim	Sec.	Prep	Prof	Sol	Cas.	Div.	Viu	UL
De 21 a 63 años X = 33 años	81	69	15	17	58	60	29	93	10	2	16
Total = 150											

Posteriormente se realizó un análisis factorial para obtener la validéz de constructo y un Alpha de Cronbach para obtener la confiabilidad del instrumento.

RESULTADOS ETAPA I

A continuación se reportan los resultados obtenidos en la primera etapa de ésta investigación, que corresponden a las situaciones de estrés, y a las estrategias de afrontamiento que fueron reportadas por los tres grupos del estudio; así como la preocupación que presentaron ante la situación de estrés, los sentimientos que experimentaron ante dicha situación, como se sintieron con el uso de la estrategia de afrontamiento utilizada y si éstas, habían resuelto su situación de estrés.

Los datos se reportan en cada una de las tablas mediante frecuencias y porcentajes, así mismo cada tabla presenta su propia descripción.

TABLA 1. FRECUENCIAS Y PORCENTAJES DE CADA UNA DE LAS SITUACIONES DE ESTRÉS CON SUS SUBCATEGORÍAS, EN LOS TRES GRUPOS DE ESTUDIO.

CATEGORIAS	GRUPOS DE ESTUDIO							
	POBREZA EXTREMA		POBREZA MODERADA		NO POBRES		TOTALES	
	f	%	f	%	f	%	N	%
SALUD								
Salud de los hijos	36	4	27	3	12	1.3	75	8.4
Salud de los padres	15	1.6	19	2.1	14	1.5	48	5.4
Salud de otros familiares	4	.4	4	.4	2	.2	10	1.1
Salud de él mismo	11	1.2	20	2.2	12	1.3	43	4.8
Salud del esposo (a)	7	.8	7	.8	4	.5	18	2
Total	73	8.2	77	8.6	44	4.9	194	21.8
EDUCACIÓN								
Bajo rendimiento escolar	4	.4	4	.4	6	.6	14	1.5
Problemas de conducta	4	.4	2	.2	6	.6	12	1.3
Preocupación por estudios hijos	1	.1	6	.6	7	.8	14	1.5
Preocupación por falta de estudios de él	4	.4	3	.3	6	.6	13	1.4
Total	13	1.4	15	1.6	25	2.8	53	5.9
FAMILIA								
Conflicto de pareja	23	2.6	19	2.1	38	4.2	80	9
Conflicto con los hijos	19	2.1	10	1.1	23	2.6	52	5.8
Preocupación por otros familiares	11	1.2	17	1.9	19	2.1	47	5.3
Separación de la familia	9	1	4	.4	11	1.2	24	2.7
Falta de atención a los hijos	1	.1	5	.5	15	1.6	21	2.3
Total	63	7.1	55	6.2	106	11.9	224	25.2
ECONÓMICO								
Falta de dinero para cubrir nec. Básicas	52	5.8	23	2.6	22	2.4	97	11
Falta de dinero para estudios	15	1.7	10	1.1	1	.1	26	2.9
Falta de dinero para vivienda	18	2	1	.1	6	.6	25	2.8
Falta de dinero para enfermedades	11	1.2	2	.2	0	0	13	1.4
Total	96	10.8	36	4	29	3.2	161	18.1
TRABAJO								
Falta de trabajo	27	3	12	1.3	21	2.3	60	6.7
Conflictos en el trabajo	3	.3	3	.3	10	1.1	16	1.8
Exceso de trabajo	4	.4	4	.4	5	.5	13	1.4
Presiones en el trabajo	3	.3	8	.9	12	1.3	23	2.6
Total	37	4.1	27	3	48	5.4	112	12.6
EMOCIONAL								
Depresión y/o baja autoestima	4	.4	2	.2	6	.6	12	1.3
Angustia por embarazo	9	1	9	1	7	.8	25	2.8
Estrés	0	0	4	.4	12	1.3	16	1.8
Total	13	1.4	15	1.6	25	2.8	53	5.9
SOCIALES								
Desastre	16	1.8	9	1	19	2.1	44	4.9
ADICCIONES	4	.4	5	.5	1	.1	10	1.1
FALLECIMIENTO	16	1.8	11	1.2	9	1	36	4
Totales por grupo	331	37.3	250	28.1	306	34.5	887	100

En la tabla 1 se observa que la situación que más estresa a los pobres extremos es la económica con un 10.8% y principalmente cuando el dinero hace falta para cubrir las necesidades básicas; seguida de la situación de salud con un 8.2%, en la subcategoría relacionada con la salud de los hijos y en tercer lugar es la de familia (7.1%), principalmente en lo relacionado a conflictos de pareja.

Al grupo de pobreza moderada, la situación de mayor estrés es la de salud (8.6%) y también está relacionada con la salud de los hijos, En segundo lugar se reporta la situación de familia con un 6.2%, y al igual que el grupo de pobreza extrema, se relaciona con los conflictos de pareja y en tercer lugar la situación económica con un 4% principalmente en la subcategoría de cubrir necesidades básicas.

Para el grupo de no pobres, la situación de mayor estrés es la de la familia con un porcentaje del 11.9%, también en la subcategoría de conflictos de pareja, y es en este grupo donde se reporta mayor porcentaje en esta subcategoría. En segundo lugar tenemos la situación de trabajo (5.4%), reportándose con porcentaje más alto la subcategoría de falta de trabajo. Y en tercer lugar se encuentra la situación de salud con un 4.9% y observamos que a este grupo y dentro de esta situación les estresa más la salud de los padres.

TABLA 2 QUÉ TANTO LE PREOCUPO LA SITUACIÓN DE ESTRÉS EN LOS TRES GRUPOS DE ESTUDIO

PREOCUPACION	SALUD				EDUCACIÓN				FAMILIA				ECONÓMICO				TRABAJO				EMOCIONAL				SOCIAL				ADICCIONES				FALLECIMIENTO				TOTALES			
	PE	PM	NP	T	PE	PM	NP	T	PE	PM	NP	T	PE	PM	NP	T	PE	PM	NP	T	PE	PM	NP	T	PE	PM	NP	T	PE	PM	NP	T	PE	PM	NP	T	PE	PM	NP	T
POCO	1 .1%	1 .1%	0 0	2 .2%	0 0	0 0	0 0	0 0	3 .3%	1 .1%	4 .4%	8 .9%	2 .2%	0 0	0 0	2 .2%	3 .3	1 .1%	1 .1%	5 .5%	0 0	0 0	0 0	0 0	0 0	0 0	0 0	0 0	0 0	0 0	0 0	0 0	0 0	0 0	0 0	0 0	9 1%	3 .3%	5 .5%	17 1.9%
REGULAR	2 .2%	3 .3%	0 0	5 .5%	0 0	2 .2%	0 0	2 .2%	5 .5%	3 .3%	8 .9%	16 1.8%	6 .6%	1 .1%	6 .6%	13 1.4%	7 .8%	2 .2%	7 .8%	16 1.8%	1 .1%	1 .1%	0 0	2 .2%	2 .2%	0 0	3 .3%	5 .5%	0 0	0 0	0 0	0 0	0 0	1 .1%	0 0	1 .1%	23 2.5%	13 1.4%	24 2.7%	60 6.7%
MUCHO	31 3.5%	24 2.7%	11 1.2%	66 7.4%	8 .9%	6 .6%	11 1.2%	25 2.8%	18 2%	19 2.1%	42 4.7%	79 8.9%	48 5.4%	14 1.5%	11 1.2%	73 8.2%	10 .1.1%	16 1.8%	27 3%	53 5.9%	3 .3%	6 .6%	15 1.6%	24 2.7%	6 .6%	7 .8%	8 .9%	21 2.3%	3 .3%	1 .1%	1 .1%	5 .5%	2 .2%	0 0	2 .2%	4 .4%	129 14.5%	93 10.5%	128 14.4%	350 39.5%
MUCHÍSIMO	39 4.4%	49 5.5%	33 3.7%	121 13.6%	5 .5%	7 .8%	13 1.4%	25 2.8%	37 4.1%	32 3.6%	52 5.8%	121 13.6%	40 4.5%	21 2.3%	12 1.3%	73 8.2%	17 1.9%	8 .9%	13 1.4%	38 4.2%	9 1%	8 .9%	10 1.1%	27 3%	8 .9%	2 .2%	7 .8%	17 1.9%	1 .1%	4 .4%	0 0	5 .5%	14 1.5%	10 1.1%	7 .8%	31 3.5%	170 19.2%	141 15.9%	147 16.6%	458 51.7%
TOTAL	73 8.2%	77 8.7%	44 4.9%	194 21.9%	13 1.4%	15 1.6%	24 2.7%	52 5.8%	63 7.1%	55 6.2%	106 11.9%	224 25.3%	96 10.8%	36 4%	29 3.2%	161 18.1%	37 4.1%	27 3%	48 5.4%	112 12.6%	13 1.4%	15 1.6%	25 2.8%	53 5.9%	16 1.8%	9 1%	18 2%	43 4.8%	4 .4%	5 .5%	1 .1%	10 1.1%	16 1.8%	11 1.2%	9 1%	36 4%	331 37.4%	250 28.2%	304 34.3%	885 100%

PE = POBREZA EXTREMA
 PM = POBREZA MODERADA
 NP = NO POBRES
 T = TOTAL

En la tabla 2 se observa que al grupo de pobreza extrema le preocupó “muchísimo” las situaciones de estrés, en comparación con los otros dos grupos de estudio, encontrándose un porcentaje total de 19.2% y su mayor preocupación se encontró en la situación económica con un 4.5%, seguida de la situación de salud con un 4.4%; mientras que el grupo de no pobres, presentó un porcentaje total de 16.6% y dicha preocupación se reportó principalmente en las situaciones de familia con un 5.8% y salud con un 3.7%.

En esta misma categoría (muchísima preocupación), el grupo de pobreza moderada, presentó un porcentaje del 15.9%, siendo menor que los otros dos grupos, y presentándose mayor preocupación en la situación de salud (5.5%), seguida de la situación de familia con un 3.6%.

También observamos que en la categoría de mucha preocupación, el grupo de pobreza extrema se ubicó en primer lugar con un porcentaje del 14.5% con respecto a los otros dos grupos, quienes presentaron el 14.4% para el grupo de no pobres y 10.5% para pobreza moderada.

Finalmente, cabe mencionar que no se encontraron diferencias estadísticamente significativas entre los tres grupos de estudio, con respecto a la preocupación que se tuvo ante la situación de estrés, en la aplicación de la prueba X^2 .

DE SENTIMIENTOS QUE EXPERIMENTARON LAS PERSONAS RESPECTO A LAS DIFERENTES SITUACIONES DE ESTRÉS EN LOS TRES GRUPOS

P	T	EDUCACIÓN				FAMILIA				ECONÓMICO				TRABAJO				EMOCIONAL				SOCIAL				ADICCIONES				FALLECIMIENTO				TOTALES			
		PE	PM	NP	T	PE	PM	NP	T	PE	PM	NP	T	PE	PM	NP	T	PE	PM	NP	T	PE	PM	NP	T	PE	PM	NP	T	PE	PM	NP	T	PE	PM	NP	T
0	65	1	7	12	20	3	10	21	34	17	13	9	39	6	6	19	31	1	4	3	8	3	3	6	12	1	2	1	4	2	1	0	3	57	68	91	216
2%	7.3%	.1%	.8%	1.3%	2.2%	.3%	1.1%	2.3%	3.8%	1.9%	1.4%	1%	4.4%	.6%	.6%	2.1%	3.5%	.1%	.4%	.3%	.9%	.3%	.3%	.6%	1.3%	.1%	.2%	.1%	.4	.2%	.1%	0%	.3%	6.4%	7.6%	10.2%	24.4%
5	51	4	1	0	5	19	18	32	69	11	2	3	16	1	0	1	2	3	3	6	12	0	2	0	2	0	2	0	2	0	0	0	0	50	52	57	159
6%	5.7%	.4%	.1%	0	.5%	2.1%	2%	3.6%	7.8%	1.2%	.2%	.3%	1.8%	.1%	0	.1%	.2%	.3%	.3%	.6%	1.3%	0	.2%	0	.2%	0	.2%	0	0	0	0	0	5.6%	5.8%	6.4%	17.9%	
39	3	3	4	10	16	6	17	39	43	11	7	61	15	6	13	34	2	5	6	13	1	0	1	2	0	0	0	0	13	7	8	28	111	56	59	226	
%	4.4%	.3%	.3%	.4%	1.1%	1.8%	.6%	1.9%	4.4%	4.8%	1.2%	.8%	6.9%	1.6%	.6%	1.4%	3.8%	.2%	.5%	.6%	1.4%	.1%	0	.1%	.2%	0	0	0	0	1.4%	.8%	.9	3.1%	12.5%	6.3%	6.6%	25.5%
5	3	2	4	9	15	12	24	51	16	9	5	30	6	9	11	26	1	1	3	5	7	2	3	12	1	0	0	1	1	3	0	4	54	38	51	143	
.5%	.3%	.2%	.4%	1%	1.6%	1.3%	2.7%	5.7%	1.8%	1%	.5%	3.3%	.6%	1%	1.2%	2.9%	.1%	.1%	.3%	.5%	.8%	.2%	.3%	1.3%	.1%	0	0	.1%	.1%	.3%	0	.4%	6.1%	4.3%	5.7%	16.1%	
0	2	1	3	6	3	4	6	13	0	0	0	0	4	1	0	5	0	1	1	2	0	0	0	0	1	1	0	2	0	0	0	0	10	8	10	28	
0	.2%	.1%	.3%	.6%	.3%	.4%	.6%	1.4%	0	0	0	0	.4%	.1%	0	.5%	0	.1%	.1%	.2%	0	0	0	0	.1%	.1%	0	.2%	0	0	0	0	1.1%	.9%	1.1%	3.1%	
32	0	1	1	2	6	3	5	14	7	1	3	11	5	2	1	8	4	1	5	10	4	2	7	13	1	0	0	1	0	0	0	0	42	22	27	91	
%	3.6%	0	.1%	.1%	.2%	.6%	.3%	.5%	1.5%	.8%	.1%	.3%	1.2%	.5%	.2%	.1%	.9%	.4%	.1%	.5%	1.1%	.4%	.2%	.7%	1.4%	.1%	0	0	.1%	0	0	0	0	4.7%	2.4%	3%	10.2%
2	0	0	0	0	1	2	1	4	2	0	2	4	0	3	3	6	2	0	1	3	1	0	2	3	0	0	0	0	0	0	0	0	7	6	9	22	
.2%	0	0	0	0	.1%	.2%	.1%	.4%	.2%	0	.2%	.4%	0	.3%	.3%	.6%	.2%	0	.1%	.3%	.1%	0	.2%	.3%	0	0	0	0	0	0	0	0	.8%	.6%	1%	2.4%	
4	194	13	15	24	52	63	55	106	224	96	36	28	161	37	27	48	112	13	15	25	53	16	9	19	44	4	5	1	10	16	11	8	35	331	250	304	885
9%	21.9%	1.4%	1.6%	2.7%	5.8%	7.1%	6.2%	11.9%	25.3%	10.8%	4%	3.1%	18.2%	4.1%	3%	5.4%	12.6%	1.4%	1.6%	2.8%	5.9%	1.8%	1%	2.1%	4.9%	.4%	.5%	.1%	1.1%	1.8%	1.2%	.9%	3.9%	37.4%	28.2%	34.3%	100%

TREMA
DERADA

En la tabla 3 se reportan los diferentes tipos de sentimientos que experimentaron las personas de los tres grupos de estudio con respecto a la situación de estrés; para ello, encontramos que el sentimiento de desesperación fue el que presentó mayor porcentaje en los tres grupos, y es en el grupo de pobreza extrema donde se obtuvo un 12.5% para éste tipo de sentimiento, presentándose principalmente ante la situación económica con un 4.8%, en comparación con los otros dos grupos; en segundo lugar encontramos el sentimiento de angustia con un 10.2% registrado en el grupo de no pobres y se encuentra relacionado principalmente ante la situación de familia con un 2.3%.

En tercer lugar encontramos el sentimiento de tristeza que se reporta también alto en el grupo de no pobres con un porcentaje de 6.4% y al igual que el sentimiento de angustia, éste, se relaciona con la situación de familia con un 3.6%.

El sentimiento de coraje se encuentra más alto en el grupo de pobreza extrema (6.1%), en comparación con los otros dos grupos y éste se relaciona principalmente con la situación económica (1.8%).

El sentimiento de decepción se reporta con igual porcentaje (1.1%), tanto en el grupo de pobreza extrema como en el de no pobres, diferenciándose, sin embargo en la situación, en el grupo de pobreza extrema se relaciona con la situación de trabajo con un .4% y en el grupo de no pobres, en la situación de familia con un .6%.

El sentimiento de miedo, se reporta con porcentaje más alto (4.7%) en el grupo de pobreza extrema en comparación con los otros dos grupos, y éste sentimiento se relaciona principalmente en la situación de salud con un porcentaje de 1.6%.

Existieron otros sentimientos no especificados pero con porcentajes extremadamente bajos tanto en los tres grupos, así como en las situaciones mismas.

Finalmente, se encontraron diferencias estadísticamente significativas entre los tres grupos del estudio, en la situación de educación con una $X^2 = 18.182$ y ($P=.05$), familia con una $X^2 = 24.062$ y ($P=.02$) y trabajo con una $X^2 = 32.321$ y ($P=.01$).

TABLA 4. TIPO DE ESTRATEGIAS UTILIZADAS PARA RESOLVER LAS SITUACIONES DE ESTRÉS, EN LOS TRES GRUPOS DE ESTUDIO

Estrategias de Afrontamiento	SALUD				EDUCACIÓN				FAMILIA				ECONÓMICO				TRABAJO				EMOCIONAL				SOCIAL				ADICCIONES				FALLECIMIENTO				TOTALES			
	PE	PM	NP	T	PE	PM	NP	T	PE	PM	NP	T	PE	PM	NP	T	PM	PM	NP	T	PE	PM	NP	T	PE	PM	NP	T	PE	PM	NP	T	PE	PM	NP	T	PE	PM	NP	T
Directa	48 5.4%	60 6.7%	36 4%	144 16.2%	10 1.1%	13 1.4%	17 1.9%	40 4.5%	35 3.9%	36 4%	79 8.9%	150 16.9%	43 4.8%	20 2.2%	22 2.4%	85 9.5%	25 2.8%	20 2.2%	33 3.7%	78 8.8%	5 .5%	11 1.2%	19 2.1%	35 3.9%	10 1.1%	2 .2%	7 .8%	19 2.1%	3 .3%	4 .4%	1 .1%	8 .9%	4 .4%	3 .3%	6 .6%	13 1.4%	183 20.7%	169 19.1%	220 24.9%	572 64.7%
Emocional	10 1.1%	7 .8%	3 .3%	20 2.2%	1 .1%	2 .2%	4 .4%	7 .8%	4 .4%	7 .8%	9 1%	20 2.2%	15 1.7%	5 .5%	1 .1%	21 2.3%	6 .6%	1 .1%	6 .6%	13 1.4%	4 .4%	2 .2%	0 0	6 .6%	2 .2%	1 .1%	1 .1%	4 .4%	1 .1%	0 0	0 0	1 .1%	8 .9%	3 .3%	2 .2%	13 1.4%	51 5.7%	28 3.1%	26 2.9%	105 11.9%
Búsqueda de apoyo	3 .3%	0 0	0 0	3 .3%	0 0	0 0	0 0	0 0	2 .2%	2 .2%	1 .1%	5 .5%	12 1.3%	7 .8%	2 .2%	21 2.3%	1 .1%	0 0	1 .1%	2 .2%	0 0	0 0	0 0	0 0	0 0	2 .2%	2 .2%	4 .4%	0 0	1 .1%	0 0	1 .1%	0 0	0 0	0 0	0 0	18 2%	12 1.3%	6 .6%	36 4%
Culparse a sí mismo	0 0	0 0	0 0	0 0	1 .1%	0 0	0 0	1 .1%	0 0	1 .1%	1 .1%	2 .2%	9 1%	0 0	0 0	9 1%	1 .1%	0 0	1 .1%	2 .2%	1 .1%	0 0	0 0	1 .1%	0 0	0 0	0 0	0 0	0 0	0 0	0 0	0 0	0 0	0 0	0 0	0 0	12 1.3%	1 .1%	2 .2%	15 1.7%
Negar o Minimizar	8 .9%	5 5%	3 .3%	16 1.8%	0 0	0 0	3 .3%	3 .3%	14 1.5%	5 .5%	11 1.2%	30 3.3%	5 .5%	2 .2%	2 .2%	9 1%	2 .2%	3 .3%	2 .2%	8 .9%	2 .2%	1 .1%	2 .2%	5 .5%	3 .3%	0 0	2 .2%	5 .5%	0 0	0 0	0 0	0 0	2 .2%	1 .1%	0 0	3 .3%	36 4%	17 1.9%	25 2.8%	78 8.8%
Nada	4 .4%	5 .5%	2 .2%	11 1.2%	0 0	0 0	1 .1%	1 .1%	8 .9%	3 .3%	4 .4%	15 1.7%	12 1.3%	2 .2%	1 .1%	15 1.7%	2 .2%	3 .3%	5 .5%	10 1.1%	1 .1%	1 .1%	4 .4%	6 .6%	1 .1%	4 .4%	7 .8%	12 1.3%	0 0	0 0	0 0	0 0	2 .2%	4 .4%	1 .1%	7 .8%	30 3.3%	22 2.4%	25 2.8%	77 8.7%
Total	73 8.2%	77 8.7%	44 4.9%	194 21.9%	13 1.4%	15 1.7%	25 2.8%	52 5.8%	63 7.1%	55 6.2%	106 12%	222 5.8%	96 10.8%	36 4%	29 3.2%	160 18.1%	37 4.1%	27 3%	48 5.4%	112 12.6%	13 1.4%	15 1.7%	25 2.8%	53 5.9%	16 1.8%	9 1%	19 2.1%	44 4.9%	4 .4%	5 .5%	1 .1%	10 1.1%	16 1.8%	11 1.2%	9 1%	36 4%	330 37.3%	249 28.2%	304 34.4%	883 100%

PE = POBREZA EXTREMA
 PM = POBREZA MODERADA
 NP = NO POBRES
 T = TOTAL

En la tabla 4 se reporta una de las variables de mayor relevancia para nuestro estudio, las estrategias de afrontamiento ante las situaciones de estrés, encontramos entonces, que las estrategias más utilizadas son las directas en los tres grupos del estudio, observamos, sin embargo, que el grupo de no pobres es quien más las utiliza (24.9%), para resolver las situaciones de estrés y principalmente cuando éste, está relacionado con situaciones de familia (8.9%), los otros dos grupos, pobreza extrema y moderada, también hacen uso de estas estrategias, aunque en menor porcentaje (20.7% y 19.1%) respectivamente, cabe mencionar que ambos grupos utilizan estas estrategias directas principalmente cuando el estrés esta relacionado con la salud, siendo más significativo para el grupo de pobreza moderada con un porcentaje de 6.7% en comparación con el de pobreza extrema (5.4%).

Con respecto a las estrategias de afrontamiento de tipo emocional, observamos que el grupo de pobreza extrema es quien más las utiliza, reportando un porcentaje del 5.7%, principalmente cuando el estrés está relacionado con situaciones económicas (1.7%), seguida de la situación de salud (1.1%), comparado con el grupo de pobreza moderada quien reporta el uso de este tipo de estrategias en un porcentaje del 3.1% y se relaciona con las situaciones de salud y familia con igual porcentaje (.8%). Y es el grupo de no pobres quien utiliza menos estas estrategias, encontrándose un porcentaje del 2.9% y principalmente relacionado ante la situación familiar, con un porcentaje del 1%.

Las estrategias de afrontamiento de negar o minimizar, son las que ocupan el tercer lugar de utilización en los tres grupos; sin embargo, es el grupo de pobreza extrema quien las utiliza

en mayor porcentaje (4%), en comparación con los otros dos grupos, y lo hace principalmente ante la situación de familia con un porcentaje del 1.5%.

Con respecto a la estrategia de afrontamiento de no hacer nada, mismas que se reportan en un cuarto lugar, encontramos nuevamente al grupo de pobreza extrema con el mayor porcentaje (3.3%) en comparación con los otros dos grupos, no pobres (2.8%) y pobreza moderada (2.4%). Cabe resaltar que el grupo de pobreza extrema utiliza esta estrategia cuando está relacionada principalmente con la situación económica, el grupo de pobres moderados con la situación de salud y el de no pobres con la situación social.

Las estrategias de búsqueda de apoyo, son mayormente utilizadas por el grupo de pobreza extrema (2%) y son utilizadas principalmente ante la situación económica al igual que el grupo de pobreza moderada. El grupo de no pobres utiliza escasamente éste tipo de estrategias (.6%).

La estrategia de culparse a sí mismo, son las menos utilizadas por los tres grupos; sin embargo, vuelve a ser el grupo de pobreza extrema quien más las utiliza (1.3%), en comparación con los otros dos grupos, quienes reportan porcentajes extremadamente bajos. Finalmente es importante mencionar que se encontraron diferencias estadísticamente significativas en las situaciones, económica con una $X^2 = 27.697$ y ($P=.05$) y en las emocionales con una $X^2 = 18.444$, ($P=.01$), con respecto al uso de las estrategias de afrontamiento.

TABLA 5. QUÉ TANTO LAS ESTRATEGIAS UTILIZADAS RESOLVIERON LA SITUACIÓN DE ESTRÉS EN CADA UNO DE LOS GRUPOS DE ESTUDIO.

Como se resolvió la situación	SALUD				EDUCACIÓN				FAMILIA				ECONÓMICO				TRABAJO				EMOCIONAL				SOCIAL				ADICCIONES				FALLECIMIENTO				TOTALES			
	PE	PM	NP	T	PE	PM	NP	T	PE	PM	NP	T	PE	PM	PE	T	PE	PM	NP	T	PE	PM	NP	T	PE	PM	NP	T	PE	PM	NP	T	PE	PM	NP	T	PE	PM	NP	T
Nada	7 .8%	5 .5%	1 .1%	13 1.4%	3 .3%	2 .2%	2 .2%	7 .8%	13 1.4%	14 1.5%	10 1.1%	37 4.2%	24 2.7%	4 .4%	0 0	28 3.1%	5 .5%	3 .3%	4 .4%	12 1.3%	3 .3%	2 .2%	3 .3%	8 .9%	1 .1%	4 .4%	9 1%	14 1.5%	2 .2%	2 .2%	0 0	4 .4%	5 .5%	5 .5%	4 .4%	14 1.5%	63 7.1%	41 4.6%	33 3.7%	137 15.5%
Poco	13 1.4%	22 2.4%	11 1.2%	46 5.2%	4 .4%	5 .5%	3 .3%	12 1.3%	21 2.3%	16 1.8%	27 3%	64 7.2%	24 2.7%	12 1.3%	5 .5%	41 4.6%	9 1%	5 .5%	10 1.1%	24 2.7%	2 .2%	1 .1%	5 .5%	8 .9%	8 .9%	3 .3%	7 .8%	18 2%	0 0	1 .1%	0 0	1 .1%	2 .2%	4 .4%	2 .2%	8 .9%	83 9.4%	69 7.8%	70 7.9%	222 25.1%
Mucho	41 4.6%	35 3.9%	24 2.7%	100 11.3%	6 .6%	5 .5%	17 1.9%	28 3.1%	20 2.2%	19 2.1%	54 6.1%	93 10.5%	35 3.9%	11 1.2%	16 1.8%	62 7%	15 1.6%	9 1%	24 2.7%	48 5.4%	8 .9%	8 .9%	15 1.6%	31 3.5%	5 .5%	0 0	2 .2%	7 .8%	2 .2%	2 .2%	0 0	4 .4%	8 .9%	2 .2%	2 .2%	12 1.3%	140 15.8%	91 10.3%	154 17.4%	385 43.6%
Total mente	12 1.3%	15 1.6%	8 .9%	35 3.9%	0 0	3 .3%	3 .3%	6 .6%	9 1%	6 .6%	14 1.5%	29 3.2%	13 1.4%	9 1%	7 .8%	29 3.2%	6 .6%	10 1.1%	10 1.1%	26 2.9%	0 0	4 .4%	2 .2%	6 .6%	2 .2%	2 .2%	1 .1%	5 .5%	0 0	0 0	1 .1%	1 .1%	1 .1%	0 0	1 .1%	2 .2%	43 4.8%	49 5.5%	47 5.3%	139 15.7%
Total	73 8.2%	77 8.7%	44 4.9%	194 21.9%	13 1.4%	15 1.6%	25 2.8%	53 6%	63 7.1%	55 6.2%	105 11.8%	223 25.2%	96 10.8%	36 4%	28 3.1%	160 18.1%	35 3.9%	27 3%	48 5.4%	110 12.4%	13 1.4%	15 1.6%	25 2.8%	53 6%	16 1.8%	9 1%	19 2.1%	44 4.9%	4 .4%	5 .5%	1 .1%	10 1.1%	16 1.8%	11 1.2%	9 1%	36 4%	329 37.2%	250 28.3%	304 34.4%	883 100%

PE = POBREZA EXTREMA
 PM = POBREZA MODERADA
 NP = NO POBRES
 T = TOTAL

En la tabla 5 describimos el grado en que las estrategias de afrontamiento ayudaron a resolver las situaciones de estrés, desde la perspectiva de los sujetos del presente estudio; para ello, encontramos que los tres grupos se ubicaron principalmente en la categoría de mucho, siendo el grupo de no pobres quien presentó mayor porcentaje (17.4%) en ésta categoría, principalmente cuando esta situación está relacionada con aspectos de la familia; el grupo de pobreza extrema reportó en esta misma categoría el 15.8% y la solución a la situación estresante se dio principalmente en la de salud, y el grupo de pobreza moderada también reportó en esta misma categoría (mucho), un 10.3% y también ante situaciones de salud; mientras que en la categoría de totalmente, el grupo de pobreza moderada presentó el porcentaje más alto (5.5%), en comparación con los otros dos grupos, por lo que las estrategias de afrontamiento utilizadas ayudaron a resolver totalmente la situación de estrés y principalmente las relacionadas con la salud.

Así mismo el grupo de no pobres reportó un porcentaje del 5.3% a la solución total de las situaciones de estrés, principalmente las de familia

. Y en tercer lugar, el grupo de pobreza extrema reportó un 4.8% a ésta categoría de solución de las situaciones de estrés, principalmente las económicas.

Sin embargo, encontramos que el grupo de pobreza extrema reportó en los porcentajes totales, que las estrategias de afrontamiento utilizadas resolvieron poco (9.4%) y nada (7.1%), principalmente en la situación económica.

Finalmente, es importante mencionar que de acuerdo a los resultados de la prueba estadística aplicada, se obtuvo diferencia estadísticamente significativa únicamente en la situación económica, con una $X^2 = 20.582$ y ($P=.05$).

TABLA 6. CÓMO SE SINTIÓ CON LAS ESTRATEGIAS DE AFRONTAMIENTO UTILIZADAS PARA RESOLVER LA SITUACIÓN DE ESTRÉS EN LOS TRES GRUPOS DE ESTUDIO

CÓMO SE SINTIÓ	SALUD				EDUCACIÓN				FAMILIA				ECONOMICO				TRABAJO				EMOCIONAL				SOCIAL				ADICCIONES				FALLECIMIENTO				TOTALES			
	PE	PM	NP	T	PE	PM	NP	T	PE	PM	NP	T	PE	PM	NP	T	PE	PM	NP	T	PE	PM	NP	T	PE	PM	NP	T	PE	PM	NP	T	PE	PM	NP	T	PE	PM	NP	T
Muy mal	13 1.4%	11 1.2%	0 0	24 2.7%	3 .3%	1 .1%	0 0	4 .4%	18 2%	9 1%	8 .9%	35 3.9%	25 2.8%	5 .5%	1 .1%	31 3.5%	4 .4%	2 .2%	1 .1%	7 .8%	2 .2%	1 .1%	1 .1%	4 .4%	0 0	3 .3%	8 .9%	11 1.2%	0 0	3 .3%	0 0	3 .3%	11 1.2%	5 .5%	4 .4%	20 2.2%	76 8.6%	40 4.5%	23 2.6%	139 15.7%
Mal	8 .9%	9 1%	0 0	17 1.9%	2 .2%	2 .2%	1 .1%	5 .5%	7 .8%	6 .6%	4 .4%	17 1.9%	27 3%	7 .8%	2 .2%	36 4%	3 .3%	6 .6%	6 .6%	15 1.7%	1 .1%	2 .2%	2 .2%	5 .5%	3 .3%	2 .2%	3 .3%	8 .9%	1 .1%	0 0	0 0	1 .1%	0 0	0 0	1 .1%	1 .1%	52 5.9%	34 3.8%	19 2.1%	105 11.9%
Regular	12 1.3	28 3.1%	16 1.8%	56 6.3%	4 .4%	5 .5%	8 .9%	17 1.9%	17 1.9	19 2.1%	43 4.6%	79 8.9%	18 2%	13 1.4%	10 1.1%	41 4.6%	12 1.3%	4 .4%	17 1.9%	33 3.7%	2 .2%	1 .1%	8 .9%	11 1.2%	8 .9%	2 .2%	3 .3%	13 1.4%	1 .1%	1 .1%	0 0	2 .2%	3 .3%	2 .2%	2 .2%	7 .8%	77 8.7%	75 8.5%	107 12.1%	259 29.4%
Bien	30 3.4%	21 2.3%	24 2.7%	75 8.5%	3 .3%	7 .8%	14 1.5%	24 2.7%	14 1.5%	17 1.9%	46 5.2%	77 8.7%	23 2.6%	11 1.2%	10 1.1%	44 5%	7 .8%	12 1.3%	21 2.3%	40 4.5%	6 .6%	7 .8%	12 1.3%	25 2.8%	4 .4%	2 .2%	4 .4%	10 1.1%	1 .1%	1 .1%	1 .1%	3 .3%	1 .1%	3 .3%	1 .1%	5 .5%	89 10.1%	81 9.2%	133 15.1%	303 34.4%
Muy bien	10 1.1%	8 .9%	4 .4%	22 2.5%	1 .1%	0 0	2 .2%	3 .3%	7 .8%	4 .4%	5 .5%	16 1.8%	3 .3%	0 0	5 .5%	8 .9%	9 1%	3 .3%	1 .1%	13 1.4%	2 .2%	4 .4%	2 .2%	8 .9%	1 .1%	0 0	0 0	1 .1%	1 .1%	0 0	0 0	1 .1%	1 .1%	1 .1%	0 0	2 .2%	35 3.9%	20 2.2%	19 2.1%	74 8.4%
Total	73 8.2%	77 8.7%	44 5%	194 22%	13 1.4%	15 1.7%	25 2.8%	53 6%	63 7.1%	55 6.2%	106 12%	224 25.4%	96 10.9%	36 4%	28 3.1%	160 18.1%	35 3.9%	27 3%	46 5.2%	108 12.2%	13 1.4%	15 1.7%	25 2.8%	53 6%	16 1.8%	9 1%	18 2%	43 4.8%	4 .4%	5 .5%	1 .1%	10 1.1%	16 1.8%	11 1.2%	8 .9%	35 3.9%	329 37.3%	250 28.4%	301 34.2%	880 100%

PE = POBREZA EXTREMA
 PM = POBREZA MODERADA
 NP = NO POBRES
 T = TOTAL

En la tabla 6 se presentan los resultados acerca de cómo se sintieron las personas de los tres grupos de estudio con el tipo de estrategia de afrontamiento que utilizaron para resolver su situación de estrés. Se encontró, que los mayores porcentajes se ubicaron en la categoría de sentirse bien, siendo el grupo de no pobres quien reportó un porcentaje de 15.1% en comparación con los otros dos grupos, pobreza extrema 10.1% y pobreza moderada 9.2%.

Además observamos que el grupo de no pobres refiere haberse sentido bien cuando la situación estuvo relacionada con aspectos de la familia (5.2%), en comparación con los otros dos grupos quienes reportaron sentirse bien principalmente cuando la situación se relacionó a aspectos de la salud, 3.4% para el grupo de pobres extremos y 2.3% para pobres moderados.

En la categoría de sentirse muy mal, el grupo de pobreza extrema presenta mayor porcentaje (8.6%) y más cuando el uso de estrategias estuvo relacionada con la situación económica (2.8%), mientras que el grupo de pobreza moderada reportó, en esta misma categoría un 4.5% y principalmente ante situaciones de salud (1.2%).

Con respecto a la categoría de sentirse regular fue la que ocupó el segundo lugar y es nuevamente el grupo de no pobres el de mayor porcentaje (12.1%), también relacionado en la situación de familia (4.6%), seguido del grupo de pobreza extrema con un porcentaje de 8.7% y principalmente en relación a la situación económica quien reportó un 2%, finalmente el grupo de pobreza moderada con un porcentaje de 8.5%, y en relación a la situación de salud (3.1%).

La categoría de sentirse muy bien, fue la que reportó menores porcentajes en los tres grupos, aun cuando el grupo de pobreza extrema reporta el porcentaje más alto (3.9%), comparándolo con los otros dos grupos, pobreza moderada (2.2%) y no pobres (2.1%).

Finalmente en la aplicación de la prueba estadística, se obtuvieron diferencias estadísticamente significativas, en las situaciones de salud $X^2 = 17.503$, (P=.05), educación $X^2 = 15.700$, (P=.05), familia $X^2 = 27.673$ y (P=.01).

RESULTADOS DEL ANÁLISIS FACTORIAL REALIZADO AL INSTRUMENTO DE ESTRATEGIAS DE AFRONTAMIENTO.

Como ya se mencionó en el método en el apartado de procedimiento, como segunda fase del estudio, se construyó un instrumento para medir estrategias de afrontamiento, una vez realizadas las categorías de las respuestas de las 891 personas que inicialmente fueron entrevistadas mediante la encuesta “Pobreza, recurso psicosociales y bienestar subjetivo (cuyos resultados se reportaron en el apartado anterior), diseñado por la Dra. Joaquina Palomar Lever, se aplicó dicho instrumento a 150 personas obteniéndose los resultados siguientes:

ESTRUCTURA FACTORIAL DEL CUESTIONARIO DE ESTRATEGIAS DE AFRONTAMIENTO.

I. Situaciones relacionadas con los Padres

	Factor	Carga factorial	Factor	Carga factorial	Factor	Carga factorial
Enfermedad de los Padres Alpha de Cronbach F. emocional .73	Emocional					
	Miedo	.77				
	Tristeza	.76				
	Depresión	.77				
	Angustia	.76				
Fallecimiento de los Padres Alpha de Cronbach F. emocional .70 F. evasión .64 F. directa .46	Emocional		Evasión		Directa	
	Depresión	.67	Rezar	.57	Pedir ayuda	.37
	Angustia	.64	Llorar	.44	Tranquilizarse	.38
	Coraje	.64	Tristeza	.61	Resignarse	.33
	Miedo	.70				

Respecto a la situación relacionada con los padres, en la enfermedad de éstos, encontramos que solo se conservó un factor el cual fue denominado como emocional en congruencia con los reactivos que obtuvieron carga factorial por arriba de .50, se obtuvo además, un alpha de Chronbach de .73

Con respecto al fallecimiento de los padres se obtuvieron 3 factores, emocional con un alpha de Cronbach de .70, evasión de .64 y directa de .46, cada factor con sus respectivos reactivos y cargas factoriales.

Observamos que el factor de menor carga factorial fue el de las estrategias directas.

II. Situación relacionada con los hijos

	Factor	Carga factorial	Factor	Carga factorial	Factor	Carga factorial
Salud de los hijos Alpha de Cronbach F. emocional .80 F. evasión .69	Emocional		Evasión			
	Enojo	.78	Resignarse	.60		
	Desesperación	.76	Coraje	.72		
	Miedo	.78	Enojo	.78		
	Angustia	.77	Esperar	.78		
	Tristeza	.76				
	Depresión	.76				
Problemas de rendimiento académico Alpha de Cronbach F. emocional .79 F. evasión .81 F. búsqueda de apoyo .58	Emocional		Evasión		Búsqueda de apoyo	
	Desesperación	.79	Rezar	.79	Pedir ayuda	.54
	Tristeza	.77	Enojo	.79	Culparse	.47
	Depresión	.76	Llorar	.79	Resignarse	.45
			Nada	.80		
			Coraje	.78		
Preocupación por los estudios F. emocional .75 F. evasión .70 F. búsqueda de apoyo .78	Emocional	.75	Evasión	.70	Búsqueda de apoyo	.78
	Tristeza	.73	Rezar	.70	Pedir ayuda	.81
	Depresión	.75	Enojo	.69	Resignarse	.74
	Desesperación	.73	Llorar	.64	Culpa	.75
			Coraje	.64		
			Nada	.74		
Problemas de conducta Alpha de Cronbach F. emocional .77 F. evasión .59 F. Directa .39	Emocional		Evasión		Directa	
	Llorar	.76	Culpa	.47	Pedir opinión	.17
	Tristeza	.74	Resignación	.56	Buscar alternativas	.48
	Depresión	.72	Nada	.53	Pedir ayuda	.33
	Rezar	.75	Desesperación	.52		
Dedicar poca atención Alpha de Cronbach F. emocional .76 F. evasión .59 F. Directa .42	Emocional		Evasión		Directa	
	Rezar	.65	Culpa	.55	Pedir opinión	.33
	Llorar	.66	Desesperación	.49	Buscar alternativas	.49
	Depresión	.70	Resignación	.56	Pedir ayuda	.13
	Enojo	.76	Tristeza	.59		
	Coraje	.74				
Adicciones Alpha de Cronbach F. emocional .76 F. evasión .58 F. Directa .71	Emocional		Evasión		Directa	
	Enojo	.73	Culpa	.58	Pedir opinión	.54
	Depresión	.71	Desesperación	.55	Buscar alternativas	.54
	Coraje	.74	Resignación	.57	Tranquilizarse y pensar	.75
	Tristeza	.76	Llorar	.58		
Fallecimiento Alpha de Cronbach F. emocional .73 F. evasión .75	Emocional		Evasión			
	Llorar	.72	Rezar	.74		
	Enojo	.71	Nada	.73		
	Miedo	.74	Resignación	.73		
	Tristeza	.73				
	Depresión	.71				
	Angustia	.73				
	Coraje	.71				

Respecto a la salud de los hijos se obtuvieron dos factores, emocional con un alpha de Cronbach de .80 y evasión de .69, ambos factores con sus respectivos reactivos y carga factorial.

Para la categoría de problemas de rendimiento académico de los hijos se obtuvieron tres factores, emocional con alpha de Cronbach de .79, evasión de .81 y búsqueda de apoyo de .78; así mismo cada uno de éstos presenta sus propios reactivos y cargas factoriales correspondientes.

La categoría preocupación por los estudios de los hijos presentó también tres factores, emocional con alpha de Cronbach de .75, evasión de .70 y búsqueda de apoyo de .58.

En la categoría de problemas de conducta de los hijos se encontraron nuevamente tres factores, emocional con alpha de Cronbach de .77, evasión de .59 y directa de .39.

Respecto a la categoría dedicar poca atención a los hijos vuelve a obtenerse tres factores mismos que la categoría anterior, emocional con alpha de Cronbach de .76, evasión de .59 y directa de .42.

En la categoría de adicciones de los hijos vuelven a presentarse los factores de las categorías anteriores, emocional con alpha de Cronbach de .76, evasión de .58 y directa de .71, es importante resaltar que para esta categoría las estrategias de afrontamiento directas presentan mayor carga factorial respecto a las categorías anteriores.

Y en fallecimiento de los hijos se presenta el factor emocional con un alpha de Cronbach de .73 y evasión de .75, ambos factores son característicos respecto a sus reactivos, a un proceso de duelo.

III. SITUACIONES RELACIONADAS CON LA FAMILIA.

Enfermedad de algún familiar Alpha de Cronbach F. emocional .79 F. evasión .68 F. Directa .45	Factor	Carga factorial	Factor	Carga factorial	Factor	Carga factorial
		Emocional		Evasión		Directa
	Enojo	.78	Rezar	.68	Pedir ayuda	.33
	Resignarse	.77	Llorar	.60	Esperar	.26
	Depresión	.75	Miedo	.53	Tranquilizarse y pensar	.47
	Angustia	.77	Tristeza	.65		
	Coraje	.78				
Problemas familiares Alpha de Cronbach F. emocional .75 F. evasión .72	Emocional		Evasión			
	Desesperación	.73	Culpa	.73		
	Tristeza	.74	Enojo	.57		
	Depresión	.60	Llorar	.65		
	Coraje	.68	Resignación	.62		
			Nada	.60		
Separación de la familia Alpha de Cronbach F. emocional .64 F. evasión .82 F. Directa .40	Emocional		Evasión		Directa	
	Llorar	.58	Culpa	.79	Pedir opinión	.42
	Tristeza	.60	Rezar	.80	Buscar alternativas	.31
	Depresión	.54	Enojo	.79	Pedir ayuda	.18
	Coraje	.58	Desesperación	.80		
			Resignación	.79		
		Nada	.79			
Adicciones en la familia Alpha de Cronbach F. emocional .81 F. evasión .71 F. Directa .64	Emocional		Evasión		Directa	
	Enojo	.79	Culpa	.59	Pedir opinión	.47
	Llorar	.76	Resignarse	.61	Buscar alternativas	.59
	Tristeza	.79	Nada	.66	Pedir ayuda	.61
	Depresión	.77			Tranquilizarse y pensar	.61
	Coraje	.78				
Fallecimiento de algún familiar Alpha de Cronbach F. emocional .71 F. evasión .56	Emocional		Evasión			
	Miedo	.71	Rezar	.54		
	Depresión	.61	Llorar	.46		
	Angustia	.59	Tristeza	.38		
	Coraje	.64				

Con respecto a las situaciones de familia encontramos las siguientes categorías: preocupación por enfermedad de algún familiar, la cual presentó tres factores, emocional con un alpha de Cronbach de .79, evasión de .68 y directa de .45, de igual forma que las situaciones anteriores cada factor presenta sus reactivos correspondientes y la carga factorial de cada uno.

Para la categoría preocupación por problemas familiares encontramos dos factores, emocional con alpha de Cronbach de .75 y evasión de .72.

En la categoría de separación de la familia se obtuvieron tres factores, emocional con alpha de Cronbach de .64, evasión de .82 y directa de .40.

Con respecto a la categoría de adicciones en la familia se presentaron tres factores, emocional con un alpha de Cronbach de .81, evasión de .71 y directa de .64.

Para la categoría de fallecimiento de algún familiar se presentaron dos factores, emocional con alpha de Cronbach de .71 y evasión de .56, se vuelve a presentar en esta categoría el uso de estrategias de afrontamiento relacionadas al duelo por muerte de alguna persona con lazos afectivos importantes.

IV. SITUACIONES DE TRABAJO Y ECONÓMICAS

	Factor	Carga factorial	Factor	Carga factorial	Factor	Carga factorial
Falta de dinero para cubrir necesidades básicas Alpha de Cronbach F. emocional .79	Emocional					
	Culpa	.77				
	Llorar	.78				
	Nada	.78				
	Depresión	.76				
	Coraje	.78				
Falta de dinero para pagar enfermedades Alpha de Cronbach F. emocional 1 .73 F. emocional 2 .74 F. evasión .64	Emocional 1		Emocional 2		Evasión	
	Depresión	.64	Culpa	.74	Desesperación	.58
	Coraje	.68	Enojo	.44	Resignación	.45
	Angustia	.61	Llorar	.73	Nada	.59
Falta de trabajo Alpha de Cronbach F. emocional .67	Emocional					
	Depresión	.65				
	Coraje	.46				
	Angustia	.61				
Presiones en el trabajo Alpha de Cronbach F. emocional .45	Emocional					
	Culpa	.28				
	Enojo	.31				
	Desesperación	.46				

Con respecto a la categoría falta de dinero para cubrir necesidades básicas solo se presentó un factor, que de acuerdo a sus reactivos fue denominado como emocional, presentándose un alpha de Cronbach de .79, para la categoría falta de dinero para pagar enfermedades, se

presentaron tres factores, emocional 1, con un alpha de Cronbach de .73, emocional 2 de .74 y evasión de .64. Todos los factores se encuentran con sus respectivos reactivos, cada uno de éstos con su carga factorial.

En la categoría falta de trabajo solo se registró el factor emocional el cual presentó un alpha de Cronbach de .67, reportándose sus respectivos reactivos y carga factorial.

Y para la categoría presiones en el trabajo también se reportó un solo factor que se denominó emocional, con un alpha de Cronbach de .45, reportándose sus reactivos y carga factorial respectiva.

V. SITUACIONES DE PAREJA

Enfermedad del esposo (a) Alpha de Cronbach F. emocional .71 F. directa .57	Factor	Carga factorial	Factor	Carga factorial	Factor	Carga factorial
	Emocional		Directa			
	Miedo	.69	Esperar a que se componga	.57		
	Tristeza	.65	Llevarlo al médico	.42		
	Depresión	.60	Tranquilizarse y pensar	.41		
	Angustia	.65				
Conflictos de pareja Alpha de Cronbach F. emocional .69 F. directa .48	Emocional		Directa			
	Enojo	.65	Buscar alternativas	.34		
	Llorar	.64	Tranquilizarse y pensar	.59		
	Depresión	.61	Pedir ayuda	.46		
	Coraje	.59				
Separación de la pareja Alpha de Cronbach F. emocional .59 F. directa .40 F. evasión .64	Emocional		Directa		Evasión	
	Culpa	.65	Buscar alternativas	.36	Desesperación	.68
	Enojo	.27	Pedir ayuda	.50	Resignarse	.51
	Llorar	.53	Tranquilizarse y pensar	.35	Nada	.42
Adicciones del esposo (a) Alpha de Cronbach F. emocional .70 F. directa .72	Emocional		Directa			
	Enojo	.69	Pedir opinión	.60		
	Llorar	.69	Buscar alternativas	.70		
	Tristeza	.69	Tranquilizarse y pensar	.58		
	Depresión	.70				
Coraje	.64					
Fallecimiento del esposo (a) Alpha de Cronbach F. emocional 1 .73 F. emocional 2 .53 F. evasión .64	Emocional 1		Emocional 2		Evasión	
	Rezar	.70	Llorar	.56	Nada	.49
	Tristeza	.64	Angustia	.27	Enojo	.47
	Depresión	.73	Coraje	.45	Resignación	.61

Con respecto a la categoría de enfermedad del esposo (a), encontramos dos factores, emocional con alpha de Cronbach de .71 y directa de .57, se reportan también los reactivos que los componen y carga factorial de los mismos.

En la categoría de conflictos de pareja se obtuvieron dos factores, emocional con alpha de Cronbach de .69 y directa de .48, con sus respectivos reactivos y carga factorial.

Para la categoría de separación de la pareja se presentaron tres factores, emocional con alpha de Cronbach de .59, directa de .40 y evasión de .64. En adicciones del esposo (a) se presentaron dos factores, emocional con alpha de Cronbach de .70 y directa de .72. Y en fallecimiento del esposo (a) hubo tres factores, emocional 1 con alpha de Cronbach de .73, emocional 2 con alpha de Cronbach de .53 y evasión de .64. Todos los factores se reportan con sus respectivos reactivos y carga factorial.

VI. SITUACIONES GENERALES.

Depresión y/o baja autoestima Alpha de Cronbach F. emocional 1 .65 F. emocional 2 .64	Factor	Carga factorial	Factor	Carga factorial
	Emocional 1		Emocional 2	
	Enojo	.48	Rezar	.55
	Tristeza	.50	Llorar	.52
	Miedo	.43	Resignarse	.54
Acontecimientos sociales Alpha de Cronbach F. emocional 1 .70 F. emocional 2 .67	Emocional 1		Emocional 2	
	Enojo	.73	Frustración	.48
	Tristeza	.68	Coraje	.50
	Miedo	.74	Resignación	.68
	Llorar	.69		

En la categoría de depresión y/o baja autoestima se obtuvieron dos factores, emocional 1 con un alpha de Cronbach de .65 y emocional 2 con un alpha de Cronbach de .64, cada uno con sus respectivos reactivos y carga factorial.

En acontecimientos sociales, encontramos dos factores, emocional 1 con un alpha de Cronbach de .70 y emocional 2 con un alpha de Cronbach de .67; de igual modo se registran los reactivos de cada factor con su respectiva carga factorial.

DISCUSIÓN.

Como ya se mencionó en el apartado del método, esta investigación estuvo conformada por dos etapas, motivo por lo que se discutirán los resultados de igual manera a la presentación de los mismos, iniciaremos con la etapa I.

De acuerdo con los resultados obtenidos y con la revisión teórico-conceptual resulta interesante reflexionar sobre el cuestionamiento inicial, ante que situaciones se estresan más las personas de los tres grupos del estudio y si utilizan diferentes estrategias de afrontamiento respecto a su nivel socioeconómico.

Se considera primero, que el estrés comprende el estudio de variables de diversa índole, tales como las motivaciones, las metas, las expectativas y las creencias acerca de sí mismo y del mundo que los rodea, para aprender y comprender esta problemática en términos de un proceso dinámico y multifactorial (Lazarus, 1984, 1990), cabe mencionar que los hallazgos obtenidos en ésta investigación, permiten considerar que la propuesta conceptual de la que se partió, conlleva particularidades implícitas a cada nivel socioeconómico estudiado, esto es, al grupo de pobreza extrema le estresan más las situaciones de tipo económico, principalmente las relacionadas con cubrir las necesidades básicas; para ello vale la pena mencionar lo citado por Seebohm y Rowntree, 1988 (citado en Campos, 1991), donde dicen que las familias en situación de pobreza extrema son aquellas cuyos ingresos totales son insuficientes para cubrir las necesidades básicas relacionadas con el mantenimiento de la simple eficiencia física y autores como Lupien, King, Meaney y McEwen (2001), mencionan que los individuos de bajo nivel socioeconómico, están mayormente expuestos a eventos estresantes en su

vida y éstos, tienen mayor impacto en la misma, que aquellos que viven en niveles socioeconómicos altos.

Así mismo, se encontró, que las personas del grupo de pobreza moderada presentan mayor estrés en las situaciones de salud y los no pobres las relacionadas con la familia y el trabajo, relacionando esto con lo citado por Lupien, King, Meaney y McEwen (2001), quienes refieren que las madres de niños con alto nivel socioeconómico reportan altos niveles de estrés en las situaciones de familia y trabajo.

Se observa entonces, que tanto en los resultados de ésta investigación como en la de los diversos autores como, Greenlee y Lantz (1993), Castro, Manca, Eroza y Orozco (1997), González-Forteza, Salgado de Snyder, y Rodríguez (1997), Dubow (2000) y Figueroa, Contini, Lacunza, Levín y Estévez (2005), coinciden en las diferentes situaciones de estrés como lo son las relacionadas con la salud de los hijos principalmente, las situaciones familiares y las económicas y que se presentan en proporción entre los diferentes niveles socioeconómicos.

Por lo tanto y con base a lo citado anteriormente, cabe señalar que el estrés no es una condición exclusiva de las personas que viven en pobreza extrema; que si bien, están expuestas a mayores carencias tanto económicas como de oportunidades en educación y servicios médicos asistenciales y que esto las tipifica como personas de riesgo para el estrés, ya que es un sector socioeconómico en desventaja y que además, utilizan respuestas ineficaces para afrontar las situaciones de la vida y cuentan con menor soporte social para poder evitar el estrés al que están expuestos.

Esto se confirma con lo que menciona Thoits (1986) sobre las mujeres con bajos niveles de educación, bajo ingreso y bajo nivel ocupacional, presentan mayores niveles de estrés, caso contrario las personas que tienen mayor educación y mayores ingresos cuentan con una cantidad mayor de soporte social que les permite tolerar los niveles de estrés; pero sin embargo, también se estresan.

Ahora bien, es importante hacer mención de que en esta investigación se obtuvieron más situaciones de estrés, como son, las de educación, emocionales, sociales, adicciones y fallecimiento, que no fueron reportadas en los estudios revisados y que de alguna manera a las personas de ésta investigación sí les generaron estrés aunque en menor grado que las ya citadas.

Teniendo mayor impacto las situaciones de educación y emocionales en los grupos de no pobres y pobres moderados; no así, en el grupo de pobreza extrema quienes presentaron más estrés en las situaciones de adicciones, fallecimiento y sociales.

Una vez que se han identificado las situaciones de estrés y como lo menciona Hooke, 1892 (citado por Zaldivar, 1996), que es una carga que soporta la tensión, el viento y otras fuerzas naturales, y que es vivido de ésta manera por el ser humano; las personas de esta investigación reportaron las situaciones antes mencionadas como estresantes en los tres meses previos al levantamiento de la encuesta, y una vez reconocidas estas situaciones de estrés, se evaluó la preocupación ante cada una de éstas, sin encontrar diferencias estadísticamente significativas entre los tres grupos del estudio.

Cabe considerar los planteamientos conceptuales propuestos por Lazarus (1990), quien refiere que el estrés psicológico es una clase particular de relación entre la persona y su ambiente, en que la relación retorna estresante cuando se percibe que excede los recursos personales, psicológicos y sociales y que la unidad de análisis es la transacción en la evaluación cognoscitiva de la persona y que simboliza daño, miedo al daño o reto. Y que una vez que se ha evaluado la transacción como estresante, se deben poner en marcha, las respuestas de afrontamiento, con el fin de intentar manejar el encuentro estresante entre persona-ambiente.

Es por ello que en la presente investigación, una vez identificadas las situaciones estresantes en los tres grupos, se obtuvieron los tipos de estrategias de afrontamiento que utilizaron las personas para poder resolver el estrés que ocasionaban dichas situaciones. Se encontró, entonces, que aún cuando los tres grupos utilizaron las estrategias de afrontamiento directas, los integrantes del grupo de no pobres las utilizan más, principalmente cuando el estrés está relacionado a situaciones de familia; mientras que los de pobreza extrema hacen mayor uso de las estrategias emocionales, relacionado a situaciones económicas. Y el grupo de pobreza moderada se mueve entre las estrategias de afrontamiento directas y emocionales, tanto en situaciones de salud, como de familia.

Entendiendo como estrategias de afrontamiento directas, aquellas respuestas centradas en el problema y que tienen como objetivo solucionar la situación de estrés o alterar la fuente del mismo, ubicándose estrategias de búsqueda de información, búsqueda de soluciones, planificación y ejecución de acciones. Por otro lado, las estrategias de afrontamiento centradas en las emociones, cuyo objetivo es reducir o manejar el estrés emocional que está asociado con la situación, considerando que éste tipo de respuestas

se presentan más cuando las personas sienten que el estresor es algo que deben resistir, estrategias como descarga emocional, conducta evasiva, aceptación y búsqueda de apoyo emocional (Lazarus, 1980).

Entonces, el que las personas de los tres grupos del estudio, utilicen las estrategias directas, se pudiera explicar a partir de esas diferencias individuales a las que hace referencia Lazarus, (1990), cuando menciona que cada persona tiene sus propios recursos psicológicos y sociales para la evaluación cognitiva en las respuestas de afrontamiento, de ahí que tanto en el grupo de pobreza extrema, como en el de moderada, pudieron estar presentes sujetos con dicha condición, para que se dieran también respuestas de afrontamiento de tipo directa, en estos dos grupos, aún cuando fue en menor proporción al grupo de no pobres.

Cabe mencionar que además de estos dos tipos de estrategias de afrontamiento, citadas por Lazarus (1980), en los resultados de la presente investigación se obtuvieron otras cuatro estrategias más como son, búsqueda de apoyo, culparse a sí mismo, negar o minimizar y no hacer nada, y que son utilizadas aunque no de forma significativa en los tres grupos de estudio, si ante diferentes situaciones de estrés.

Cabe citar los resultados obtenidos por Ruiz, Hernández y Hernández-Fernaud (2004), quienes en un estudio relacionado con situaciones de estrés social, encontraron que las estrategias de afrontamiento de mayor uso son las de evasión, mismas que pudieran ubicarse en los resultados de ésta investigación, en las de no hacer nada, negar o minimizar, y que en este estudio son utilizadas en menor porcentaje por el grupo de pobreza extrema, con respecto a otras estrategias utilizadas por este mismo grupo. Aquí

las personas evitan pensar en la situación como una manera de disminuir el estrés; así mismo, se encontraron estrategias activas como la búsqueda de apoyo, que en nuestro estudio son utilizadas también por el grupo de pobreza extrema; el culparse a sí mismo o a otros, como una forma de desplazar el estrés como reacción emocional y descargarse ellos mismos de la tensión, estrategias de afrontamiento utilizadas en esta investigación, principalmente por el grupo de pobreza extrema.

Una vez que se han identificado tanto las situaciones de estrés de la muestra del estudio y las estrategias de afrontamiento, es necesario hacer hincapié sobre la importancia en el uso de dichas estrategias.

Para ello se resalta lo mencionado por Pearlin y Schooler (1978, citado en Endler, 1990), quienes refieren que los niveles moderados de estrés activan el organismo física y mentalmente y que si la persona es incapaz de adaptarse a nuevas demandas, podrían desencadenarse respuestas físicas, psicológica y conductuales negativas. Motivo por lo que es importante que el ser humano logre concluir todo el proceso del estrés que consiste desde la situación de estímulo, la evaluación cognitiva, el uso de las estrategias de afrontamiento y con ello evaluar los resultados obtenidos (Lazarus y Folkman, 1984).

Con base en estos elementos teóricos, las personas de esta investigación identificaron adecuadamente las situaciones de mayor estrés e hicieron uso de diversas estrategias de afrontamiento, por lo que también se evaluó, qué tanto las estrategias resolvieron dichas situaciones. Se obtuvo, entonces, que las personas de los tres grupos aún cuando utilizaron las estrategias de afrontamiento directas, no en todas las situaciones mencionadas se resolvieron las condiciones de estrés.

Esto se explica teóricamente a partir de lo citado por Lazarus y Folkman (1990), que el modo de afrontamiento de un individuo esta determinado por los recursos de que dispone como, la salud y la energía física, las creencias, los compromisos, los recursos para la solución de problemas, las habilidades sociales, el apoyo social y los recursos materiales con que se cuenten.

Así mismo, cabe mencionar, que las personas de los tres grupos de estudio, refirieron haberse sentido bien con el uso de estrategias de afrontamiento utilizadas, aún cuando en algunos casos no resolvió en su totalidad la situación de estrés.

Ante esto vale la pena citar a Lazarus (1988), quien menciona que resulta prácticamente imposible explicarse las respuestas del individuo ante las situaciones de estrés, ya que deberán considerarse los factores personales y los procesos de evaluación cognitiva, por lo tanto si no se toman en cuenta estos factores, las estrategias de afrontamiento no siempre ayudarán a resolver las situaciones de estrés y además estos factores marcan las diferencias entre los individuos, y si a esto le aunamos condiciones socioeconómicas diferentes, oportunidades sociales diferentes, las respuestas también tienden a variar.

También fueron explorados los sentimientos que experimentaron las personas de los tres grupos y éstos fueron: de angustia, tristeza, desesperación coraje, decepción y miedo. Siendo el sentimiento de desesperación el que se reportó con mayor porcentaje, en los tres grupos; y es el grupo de pobreza extrema quien lo experimentó más, principalmente ante situaciones económicas y el de angustia en los pobres moderados y no pobres.

Aquí es importante resaltar los resultados del estudio que realizaron Greenlee y Lantz (1993), en una población Apalache que vive en condiciones de pobreza, ellos encontraron que el estrés causado por la escasez de recursos económicos generan sentimientos de depresión, ansiedad y preocupación.

Y por otro lado Clement y Nilsson-Schonnesson (1998), también encontraron una relación entre las estrategias de afrontamiento y el estado de ánimo. Refieren que el afrontamiento evasivo no ayuda a combatir el sufrimiento.

DISCUSIÓN ETAPA II

Con respecto a esta etapa, cabe mencionar que el objetivo fue construir un instrumento que midiera estrategias de afrontamiento en cada una de las diferentes situaciones de estrés, además de obtener la validez y confiabilidad del mismo, mediante un análisis factorial y un Alpha de Cronbach.

Considerando entonces que el análisis factorial es un método estadístico multivariado, cuyo propósito es la reducción de los datos obtenidos en una serie de variables originales a una más pequeña de dimensiones compuestas (factores), con una mínima pérdida de información. (Hair, Anderson, Taham y Black, 2004).

Entonces, de los resultados obtenidos en el análisis factorial, las seis situaciones exploradas reportan de dos a cuatro factores por cada variable, siendo los siguientes: emocional, evasión, búsqueda de apoyo y directa. Factores que surgen a partir de una

rotación ortogonal (Varimax), la cual permitió la identificación de cargas factoriales significativas.

Como el instrumento fue aplicado a 150 personas, y el criterio para la selección de cada factor, por el número de aplicaciones según Hair, Anderson, Tatham y Black, (2004), es una carga factorial de .45 en adelante, aún cuando estos mismos autores, consideran que las cargas factoriales pueden ir de .30 que se consideran que están en el nivel mínimo, las de .40 se consideran más importantes y las de .50 o mayores son prácticamente significativas.

Entonces las cargas factoriales obtenidas en el instrumento que se diseñó, oscilaron de entre .39 a .81; mismos que permitieron que los factores descritos en el apartado de resultados, permitieran ordenar cada uno de éstos dependiendo de su carga factorial, los más altos pertenecieron al factor 1 y sucesivamente hacia los otros factores conforme disminuyó la carga factorial.

Por lo que las personas, independientemente de su condición socioeconómica, en esta segunda etapa, sus estrategias de afrontamiento, son de tipo emocional y búsqueda de apoyo, por lo que se considera que ante la solución de problemas respondieron más, con base en los patrones culturales que al propio desarrollo personal. Resalta también las estrategias de evasión que van encaminadas a los aspectos religiosos, como menciona Dubow (2000), la cultura en varios países tiene dentro de sus esquemas culturales el refugio en la religión, soporte que permite a las personas sentirse bien con intentar resolver sus problemas de estrés mediante ésta creencia, considerando dichas estrategias de afrontamiento como positivas, por un lado cuando se busca el perdón de

Dios, y por otro negativo cuando son utilizadas como expresiones en la búsqueda espiritual.

Las estrategias de afrontamiento directas presentaron factoriales por debajo de .50 en todas las variables, la consistencia en éste factor se puede deber a la sobreestimación del reactivo presentado en el instrumento.

Para esto, cabe mencionar lo citado por Lazarus y Folkman (1984), quienes observaron que los individuos utilizan estrategias de afrontamiento múltiples en una situación estresante dada, motivo por lo que se obtienen diferentes formas de respuesta en las personas a quienes se les aplicó el instrumento, con respecto a las situaciones estresantes planteadas.

Por otro lado, la confiabilidad del instrumento se obtuvo mediante el Alpha de Cronbach; éste coeficiente valora la consistencia de la escala entera y se considera de acuerdo a Hair, Anderson, Taham y Black, (2004), el límite inferior para el Alpha de Cronbach es de .70, aunque puede bajar a .60. En la presente investigación, se aprecia que la mayoría de los factores se encuentran en este rango, e incluso por arriba de .80 lo cual le da confiabilidad al instrumento; sin embargo es importante resaltar que son pocos los factores que no cubren este criterio, principalmente los relacionados a las estrategias de afrontamiento directas.

Finalmente, es importante mencionar que en todas las situaciones que evalúa el presente instrumento, las estrategias de afrontamiento principalmente utilizadas son las enfocadas a las emociones, seguidas de las de evasión y por último las directas o búsqueda de

apoyo, esto con respecto a los resultados obtenidos en el Alpha de Cronbach y por aparición de factoriales,

CONCLUSIONES

Nuevamente es importante mencionar que este apartado se hará con base a las dos etapas del estudio.

En la etapa I, se tuvo como objetivo general, conocer las estrategias de afrontamiento del estrés que utilizaron las personas de los tres grupos de estudio (pobreza extrema, pobreza moderada y no pobres), se encontraron seis, mismas que fueron: las de tipo directa, las enfocadas a las emociones, la búsqueda de apoyo, culparse a sí mismo, negar o minimizar y no hacer nada.

Siendo las estrategias directas utilizadas en los tres grupos, principalmente en el grupo de no pobres y las emocionales, por el grupo de pobreza extrema.

Como objetivos específicos se plantearon los siguientes:

1.- Identificar las situaciones de estrés también en los tres grupos de estudio, obteniéndose nueve situaciones que fueron: salud, educación, familia, económica, trabajo, emocionales, sociales, adicciones y fallecimiento.

De éstas, las que reportaron mayor porcentaje fueron las de salud, familiares y económicas, indistintamente en los tres grupos de estudio.

2.- Identificar la manera en que se afrontan dichas situaciones de estrés, y se encontró que los participantes de los tres grupos (pobreza extrema, pobreza moderada y no

pobres), utilizaron más las estrategias de afrontamiento de tipo directas y en segundo lugar las enfocadas a las emociones. Resaltando que las estrategias directas (utilizadas principalmente por los no pobres), son las focalizadas en el problema y la intención es cambiar la relación ambiente-persona, actuando sobre el ambiente o sobre sí mismo; se trata de manejar o alterar la fuente generadora de estrés.

Y las estrategias focalizadas a las emociones (utilizadas principalmente por los pobres extremos), consisten en cambiar el modo en que se trata o interpreta lo que está ocurriendo, para mitigar el estrés. Lazarus y Folkman, 1984, (citado en Belloch, Sandín y Ramos, 1995).

3.- Comparar las estrategias de afrontamiento de acuerdo al grupo de estudio, y dando respuesta a la hipótesis planteada, se encontró que existieron diferencias estadísticamente significativas en el uso de estrategias de afrontamiento, principalmente en las situaciones económicas y emocionales, entre los grupos de pobreza extrema y no pobres.

Así mismo, cabe mencionar que se realizaron también comparaciones con respecto a la preocupación de las situaciones de estrés en donde no se encontraron diferencias significativas; sin embargo, con respecto a los sentimientos que experimentaron las personas del estudio ante las situaciones de estrés, las diferencias estadísticas se dieron en las situaciones económicas, de familia, y trabajo, dichas diferencias se encontraron entre los grupos de pobreza extrema y no pobres.

También hubo diferencias estadísticamente significativas con respecto a qué tanto las estrategias de afrontamiento utilizadas ayudaron a resolver las situaciones de estrés y éstas diferencias se dieron únicamente en la situación económica, siendo estas diferencias principalmente entre los grupos de pobreza extrema y no pobres

Y por último con relación a las comparaciones, encontramos que de acuerdo a como se sintieron las personas con el tipo de estrategia que utilizaron, las diferencias estadísticas se encontraron en las situaciones de salud, educación, familiares y económicas.

Con respecto a la etapa II, se concluye, que el instrumento construido para medir estrategias de afrontamiento, cubrió los criterios tanto de validez como de confiabilidad, a través de los métodos de rotación ortogonal (Varimax) y del Alpha de Cronbach.

Motivo por lo que dicho instrumento se considera válido y confiable para ser aplicado a poblaciones que cubran los mismos criterios de la muestra a quien fue aplicado en esta investigación.

SUGERENCIAS

Con respecto a la Etapa I, se sugiere la realización de más estudios que permitan evaluar la relación entre estrés, pobreza y afrontamiento propiamente dicho, ya que la mayoría de los estudios revisados para el soporte de ésta investigación, están relacionados a factores de salud y grupos vulnerables y no tanto a los aspectos psicosociales de la pobreza misma.

Una sugerencia más, sería replicar este estudio en otras regiones del país, ya que los resultados obtenidos solo pueden ser representativos al Distrito Federal y Zonas Conurbadas al mismo; así como, contemplar la orientación psicológica dentro de los programas para la erradicación de la pobreza, ya que el factor psicológico no es contemplado en dicho programas gubernamentales.

Con respecto a la Etapa II se sugiere ampliar la muestra de aplicación incluyendo otras variables sociodemográficas como, nivel socioeconómico, educación y trabajo, que permitan diferenciar las respuestas de afrontamiento ante cada situación de estrés planteada en el instrumento mismo.

Por otro lado, se sugiere realizar al instrumento de esta investigación nuevamente la confiabilidad a través del método de escalas aditivas para aquellas variables que obtuvieron cargas factoriales por debajo de .60.

REFERENCIAS.

Aldwin, R. (1987). *Does Coping Help? A Reexamination of the Relation Between Coping and Mental Health*. Journal of Personality and Social Psychology. 53, 2 337-348.

Andrews. G., Tennant. C., Hewson. D., Vaillant. G. Life event stress, social support, coping style, and risk of psychological. Journal Nerv. Mental Disease. May; 166(5):307-316.

Austin, T. (1996). Aportes para un estudio de la Pobreza, en:
http://www.geocities.com/tomaustin_cl/soc/pobreza.htm

Bailey, J. (1999). Centralism and Political Change in Mexico: The Case of National Solidarity, en Cornelius, Wayne A., et. Al. (comp.). *Transforming State Society Relations in México, The National Solidarity Strategy*, USA: Center for U.S. – Mexican Studies, University of California, San Diego, pp.97-119.

Banco Mundial. (2004). *La Pobreza en México: Una evaluación de las Condiciones, las Tendencias y las Estrategias del Gobierno*, México: banco mundial.

Banco Mundial. (2006). Global Data Monitoring Information System. <http://ddp-ext.worldbank.org/ext/GMIS/gdmis.siteId>

Beccaria, Minujin, (1992). *Métodos alternativos para medir la evolución del tamaño de la pobreza*. Documentos del Instituto Nacional de Estadística y Censos (INDEC), Buenos Aires.

Beccaria, A., Boltvinik, J. y Sen. A. (1992). *América Latina: El Reto de la Pobreza. Proyecto Regional para la Superación de la Pobreza* (PNUD), Bogotá.

Belloch, A., Sandin, B. y Ramos, F. (2001). *Manual de Psicopatología*. Vol. 2 España, Mc Graw Hill.

Billings. A. Moos. R. (1984). Coping, stress, and social resources among adults with unipolar depression. Journal Personality Social Psychology. Apr; 46(4):877-891.

Boltvinik, J. (1994). *Pobreza y Estratificación Social en México*. Instituto Nacional de Estadística, Geografía e Informática, Universidad Nacional Autónoma de México y Colegio Mexiquense. Zinacantepec, Edo. México.

Boltvinik, J. Pobreza en la Ciudad de México. La Jornada. 25 enero 2002, México

Campos, (1991). *¿Qué hacemos con los Pobres?* México. Aguilar, Nuevo Siglo.

Carver, Ch., Weintraub, J. Y Scheier, M. (1989). Assessing coping strategies: A Theoretically based approach. Journal of Personality and Social Psychology. 56 (2), 267-283

Castro, R. Eroza, E. Orozco, E. Manca, Mc. Hernández, JJ. (1997). *Estrategias de Manejo en Torno al VIH/SIDA a Nivel Familiar*. Salud Pública, México. 39: 32-34

CEPAL (1993). *Notas Sobre el Desarrollo Social en América Latina y en Comercio exterior*.

CEPAL-INEGI. (1993). *Magnitud y Evolución de la Pobreza en México, 1984-1992*. Informe Metodológico, Instituto Nacional de Estadística, Geografía e Informática (INEGI).

Clement. U., Nilsson-Schonnesson. L. (1998). Subjective HIV attribution theories, coping and psychological functioning among homosexual men with HIV. *AIDS Care*, 10, 355-363.

Díaz, A. (1999). *Estrategias de Combate a la Pobreza*. Tesis de Maestría en Ciencias Políticas. Universidad Iberoamericana. México.

Diccionario General de la Lengua Española (1977). En: <http://www.diccionarios.com>

Dohrenwend. BP. (2000). The role of adversity and stress in psychopathology: some evidence and its implication for theory and research. *Journal of Health Social Behavior*. Mar; 41(1):1-19.

Dubow, E. (2000). Initial investigation of Jewish early adolescents' ethnic identity, stress, poverty and coping. *Journal of early adolescence*. 20, (4), 418-424.

Edwards, R. O' Neill, M. (1998). *The Construct Validity of Scores on the Ways of Coping Questionnaire: Confirmatory Analysis of Alternative Factor Structures*. *Educational & Psychological Measurement*. 58, (6), 955-969.

Endler, S. y Parker, D. (1990). *Multidimensional Assessment of Coping: A Critical Evaluation*. *Journal of Personality and Social Psychology*. 58. (5). 844-854

Figueroa, M., Contini, M., Lacunza, A., Levín, M., Estévez, A. (2005). Las estrategias de afrontamiento y su relación con el nivel de bienestar psicológico. Un estudio con adolescentes de nivel socioeconómico bajo de Tucumán Argentina. *Anales de Psicología*, 21, (1), 66-72.

Gobierno Federal. (2002). *Programa para la Erradicación de la Pobreza. Oportunidades*. En: Oportunidades/Untitled002.html

Greenlee, R. y Lantz, J. (1993). Family coping strategies and rural Appalachian working poor. *Contemporary Family Therapy: An International Journal*, 15, 2, 121-137

Guevara, A. (2003). *Pobreza y Medio Ambiente en México*. México, UIA.

Hair, J., Anderson, R., Tathan, R. Y Black, W. (2004). *Análisis Multivariante*. Prentice Hall, Madrid.

Hall, G. y Patrinos, H. (2005). *Pueblos Indígenas, Pobreza y Desarrollo Humano en América Latina: 1994-2004*, en: <http://web.worldbank.org/WBSITE/EXTERNAL/BANCOMUNDIAL/EXTPPAISES>

Heppner, P. y Cook, A. (1995). Progress in Resolving Problems: A Problem – Focused Style of Coping *Journal of Counseling Psychology*. 42, (3), 279-293.

Hernández, E. (1999). Bases Éticas de la Distribución del Ingreso en México, CONAPO (6), 139-154.

Hernández, R., Fernández, C. y Baptista, P. (2003). Metodología de la Investigación, Mc Graw Hill. México.

Holahan, Ch. y Moos, R. (1990). Life Stressors, Resistance Factors, and Improved Psychological Functioning: An Extension of the Stress Resistance Paradigm. *Journal of Personality and Social Psychology*, 58, (5) 909-917

Kessler. R., Cleary. P. (1980). Social class and psychological distress. *American Sociological*. June; 45:463-478.

Lazarus, R.S. y Folkman, S. (1984). *Estrés y Procesos Cognitivos*, New York. Springer.

Lazarus, R.S. y Folkman, S.(1986). *Appraisal Coping, Health Status and Psychological Symptoms*. New York, Springer.

Lazarus, R.S. (1993). *From Psychological Stress to the Emotions: A History of Changing Outlooks*. *Annual Review of Psychology*. 44. 1-21

Loreto, C. (1994). *Coping with poverty*. Philadelphia, Temple University Press.

Lozano, C. (2006). El Sur de Yucatán, México. Pobreza extrema, en: *Observatorio de la Economía Latinoamericana*, 58, en: <http://www.eumed.net/curseocon/ecolat/index.htm>

Lupien. S., King. S., Meaney. M., McEwen. B. Can poverty get under your skin? Basal cortisol levels and cognitive function in children from low and high socioeconomic status. (2001). *Development and Psychopathology*. Sep; 13: 653-676.

Lustig, N. (1994). *Medición de la Pobreza y de la Desigualdad en la América Latina*. *El trimestre Económico*. LXI No. 241.

Manfred, Elizalde, Hopenhayn. (1986). *Desarrollo a Escala Humana. Una opción para el futuro*. Número especial de *Development Dialogue*, CEPAUR y Fundación Dag. Suecia.

Mateo, M. (2000). Estructura Mundial de la Pobreza, Visión, Indicadores y Políticas tras diez años de Desarrollo Humano, en: <http://www.cucsh.udg.mx/CUCSH/sincronia/pobreza.htm>

Nadelsticher, (1983). *Técnicas para la Construcción de Cuestionarios de Actitudes y Opción Múltiple*. Cuadernos del Instituto Nacional de Ciencias Penales. México.

Pearlin. LI. (1989) The Sociological study of stress. *Journal of Health Social Behavior*. Sep; 30(3):241-256.

PNUD (2000). *Informe Sobre Desarrollo Humano*. Fondo de Cultura Económica. México.

Ramírez, S. y Serrano, A. (1998). *La Medición de la Pobreza en México; un Análisis de los principales indicadores*. Tesis de Licenciatura en Economía. Universidad Iberoamericana.

Romero, E. (2004). *Representaciones Sociales. Atisbos y cavilaciones del devenir de cuatro décadas*. Universidad Autónoma de Puebla. México.

Salles, (1994). *Pobreza, Pobreza y Más Pobreza*. Política Urbana y Desarrollo Económico- Banco Mundial. El Colegio de México.

Sen, A. (1981). *Poverty and Famines. An Essay on Entitlement and Deprivation*. Gran Bretaña. Oxford.

Sen, A. (1987). *The Estándar of Living*. Cambridge University. Gran Bretaña.

Serrano, M. y Flores, M. (2005). Estrés, respuestas de afrontamiento e ideación suicida. Facultad de Psicología, Universidad de Yucatán.

Skinner. E., Edge. K., Altman. J., Sherwood. H. (2003). Searching for the structure of coping: a review and critique of category systems for classifying ways of coping. *Journal Psychology Bull.* Mar;129(2):216-69.

Thoits. P. (1984). Explaining Distributions of Psychological vulnerability: lack of social support in the face of life stress. *Social Forces.* Dec;63(2):453-481.

Thoits. P. (1995). Coping, and Social Support Processes: Where are We? What Next?. *Journal of Health and Social Behavior.* (Extra Issue):53-79.

Turner. J., Noh. S. (1983). Class and Psychological vulnerability among women: the significance of social support and personal control. *Journal of Health and Social Behavior.* Mar;24(1): 2-15.

Von, B. (2003). *Movilidad social de sectores medios en México*. CIESAS, México.

Zaldivar, D. (1996). *Conocimiento y Dominio del Estrés*. Científico-Técnica. La Habana.

ANEXO 1

INSTRUCCIONES: A continuación le solicitamos que en la primera columna mencione cuáles son las situaciones que más le han preocupado en los últimos tres meses. Después de pedimos que en las siguientes columnas elija la respuesta para cada una de las preguntas que se le hacen. No hay respuestas buenas ni malas. Lo importante es lo que usted piensa. Sus respuestas son anónimas por lo que le pedimos sea sincero.

	Menciones 3 situaciones que le preocuparon o le produjeron estrés durante los últimos tres meses	¿Qué tanto le preocupó (o le estresó) la situación? 1. Poco 2. Regular 3. Mucho 4. Muchísimo	¿Por qué le preocuparon o estresaron?	¿Qué sentimientos le generó la situación? 1. Angustia 2. Tristeza 3. Desesperación 4. Coraje 5. Decepción 6. Miedo 7. Otros	¿Qué hizo para tratar de resolver la situación? 1. En el momento y 2. Después	¿Cómo se sintió (forma de actuar)? 1. Muy mal 2. Mal 3. Regular 4. Bien 5. Muy bien	¿Qué tanto lo ayudó a que se resolviera la situación? 1. Nada 2. Poco 3. Mucho 4. Totalmente	¿Qué tan seguido se presenta esa situación? 1. De una a tres veces por semana 2. Una vez a la quincena 3. Una vez al mes 4. Una vez cada seis meses 5. Una vez al año 6. Menos de una vez al año 7. Es permanente
1					1. En el momento 2. Después			
2					1. En el momento 2. Después			
3					1. En el momento 2. Después			

Por favor, ordene de 1 al 3, las situaciones que mencionó, de acuerdo con el grado en que le preocupó (siendo la categoría 1 la que menos le molestó y la 3 la que más le preocupó).

No. Situación	Orden
	Primer Lugar
	Segundo Lugar
	Tercer Lugar

ANEXO 2

ENCUESTA SOBRE ESTRÉS Y ESTRATEGIAS DE AFRONTAMIENTO.

NOMBRE _____ SEXO _____
 EDAD _____ FECHA DE APLICACIÓN _____
 ESCOLARIDAD _____
 DOMICILIO ACTUAL _____
 LUGAR DE ORIGEN _____
 ESTADO CIVIL _____ INGRESO MENSUAL APROX. _____

Instrucciones. De las siguientes situaciones, mencione qué tanto haría para resolver cada una de ellas. Marque con un X la o las respuestas seleccionadas.

I.- SITUACIONES RELACIONADAS CON LOS PADRES.

SITUACIÓN	NUNCA	ALGUNAS VECES	FRECUENTEMENTE
Enfermedad de los padres			
Llevarlo al médico			
Perdir ayuda a la familia			
Rezar			
Esperar que se componga			
Llorar			
No se puede hacer nada			
Enojarme			
Tranquilizarme y pensar			
Resignarme			
Siento miedo			
Siento tristeza			
Me deprimó			
Siento angustia			
Me da coraje			
Fallecimiento de los padres			
Perdir ayuda a la familia			
Rezar			
Llorar			
No se puede hacer nada			
Enojarme			
Tranquilizarme y pensar			
Resignarme			
Siento miedo			
Siento tristeza			
Me deprimó			
Siento angustia			
Me da coraje			

II. SITUACIONES RELACIONADAS CON LOS HIJOS.

SITUACIÓN	NUNCA	ALGUNAS VECES	FRECUENTEMENTE
-----------	-------	---------------	----------------

Problemas de conducta de los hijos			
Pedir una opinión			
Pensar alternativas y llevarlas a cabo			
Pedir ayuda a la familia			
Sentirme culpable			
Rezar			
Enojarme			
Llorar			
Tranquilizarme y pensar			
Me siento desesperado			
Resignarme			
No se puede hacer nada			
Siento tristeza			
Me deprimó			
Me da coraje			
No dedicarles suficiente atención y cuidados a los hijos			
Pedir una opinión			
Pensar alternativas y llevarlas a cabo			
Pedir ayuda a la familia			
Sentirme culpable			
Rezar			
Enojarme			
Llorar			
Tranquilizarme y pensar			
Me siento desesperado			
Resignarme			
No se puede hacer nada			
Siento tristeza			
Me deprimó			
Me da coraje			
Preocuparme por las adicciones de los hijos			
Pedir una opinión			
Pensar alternativas y llevarlas a cabo			
Pedir ayuda a la familia			
Sentirme culpable			
Rezar			
Enojarme			
Llorar			
Tranquilizarme y pensar			
Me siento desesperado			
Resignarme			
No se puede hacer nada			
Siento tristeza			
Me deprimó			
Me da coraje			
SITUACIÓN	NUNCA	ALGUNAS VESCES	FRECUENTEMENTE

Preocuparme por el fallecimiento de algún hijo			
Perdir ayuda a la familia			
Rezar			
Llorar			
No se puede hacer nada			
Enojarme			
Tranquilizarme y pensar			
Resignarme			
Siento miedo			
Siento tristeza			
Me deprimó			
Siento angustia			
Me da coraje			

III. Situaciones relacionadas con la familia

SITUACIÓN	NUNCA	ALGUNAS VECES	FRECUENTEMENTE
Preocupación por enfermedad de algún familiar			
Llevarlo al médico			
Perdir ayuda a la familia			
Rezar			
Esperar que se componga			
Llorar			
No se puede hacer nada			
Enojarme			
Tranquilizarme y pensar			
Resignarme			
Siento miedo			
Siento tristeza			
Me deprimó			
Siento angustia			
Me da coraje			
Preocupación por problemas de familiares			
Pedir una opinión			
Pensar alternativas y llevarlas a cabo			
Pedir ayuda a la familia			
Sentirme culpable			
Rezar			
Enojarme			
Llorar			
Tranquilizarme y pensar			
Me siento desesperado			
Resignarme			
No se puede hacer nada			
Siento tristeza			
Me deprimó			
Me da coraje			
SITUACIÓN	NUNCA	ALGUNAS VECES	FRECUENTEMENTE

Preocupación por la separación de la familia			
Pedir una opinión			
Pensar alternativas y llevarlas a cabo			
Pedir ayuda a la familia			
Sentirme culpable			
Rezar			
Enojarme			
Llorar			
Tranquilizarme y pensar			
Me siento desesperado			
Resignarme			
No se puede hacer nada			
Siento tristeza			
Me deprimó			
Me da coraje			
Preocupación por las adicciones de algún familiar			
Pedir una opinión			
Pensar alternativas y llevarlas a cabo			
Pedir ayuda a la familia			
Sentirme culpable			
Rezar			
Enojarme			
Llorar			
Tranquilizarme y pensar			
Me siento desesperado			
Resignarme			
No se puede hacer nada			
Siento tristeza			
Me deprimó			
Me da coraje			
Preocupación por el fallecimiento de algún familiar			
Perdir ayuda a la familia			
Rezar			
Llorar			
No se puede hacer nada			
Enojarme			
Tranquilizarme y pensar			
Resignarme			
Siento miedo			
Siento tristeza			
Me deprimó			
Siento angustia			
Me da coraje			

IV. Situaciones de trabajo y económicas.

SITUACIÓN	NUNCA	ALGUNAS VECES	FRECUENTEMENTE
Falta de dinero para cubrir necesidades básica, escuela y vivienda			
Pedir prestado			
Empeñar cosas			
Sentirme culpable			
Enojarme			
Llorar			
Tranquilizarme y pensar			
Buscar alternativas y llevarlas a cabo			
Me siento desesperado			
Resignarme			
No se puede hacer nada			
Sentí depresión			
Me da coraje			
Me angustio			
Falta de dinero para pagar enfermedades			
Pedir prestado			
Empeñar cosas			
Sentirme culpable			
Enojarme			
Llorar			
Tranquilizarme y pensar			
Buscar alternativas y llevarlas a cabo			
Me siento desesperado			
Resignarme			
No se puede hacer nada			
Sentí depresión			
Me da coraje			
Me angustio			
Falta de trabajo			
Pensar en otras opciones			
Sentirme culpable			
Enojarme			
Me siento desesperado			
Resignarme			
No se puede hacer nada			
Sentí depresión			
Me da coraje			
Me angustio			
Sentirme frustrado			
Tener presiones en el trabajo			
Sentirme culpable			
Enojarme			
Me siento desesperado			
Resignarme			
No se puede hacer nada			

V. Situaciones de pareja.

SITUACIÓN	NUNCA	ALGUNAS VECES	FRECUENTEMENTE
Preocupación por enfermedad del esposo (a)			
Llevarlo al médico			
Perdir ayuda a la familia			
Rezar			
Esperar que se componga			
Llorar			
No se puede hacer nada			
Enojarme			
Tranquilizarme y pensar			
Resignarme			
Siento miedo			
Siento tristeza			
Me deprimó			
Siento angustia			
Me da coraje			
Presentar conflictos en la relación de pareja			
Pedir una opinión			
Pensar alternativas y llevarlas a cabo			
Pedir ayuda a la familia			
Sentirme culpable			
Rezar			
Enojarme			
Llorar			
Tranquilizarme y pensar			
Me siento desesperado			
Resignarme			
No se puede hacer nada			
Siento tristeza			
Me deprimó			
Me da coraje			
Preocupación por la separación de la pareja			
Pedir una opinión			
Pensar alternativas y llevarlas a cabo			
Pedir ayuda a la familia			
Sentirme culpable			
Rezar			
Enojarme			
Llorar			
Tranquilizarme y pensar			
Me siento desesperado			
Resignarme			
No se puede hacer nada			
Siento tristeza			
Me deprimó			
Me da coraje			

Preocupación por adicciones del esposo (a)	NUNCA	ALGUNAS VECES	FRECUENTEMENTE
Pedir una opinión			
Pensar alternativas y llevarlas a cabo			
Pedir ayuda a la familia			
Sentirme culpable			
Rezar			
Enojarme			
Llorar			
Tranquilizarme y pensar			
Me siento desesperado			
Resignarme			
No se puede hacer nada			
Siento tristeza			
Me deprimó			
Me da coraje			
Preocupación por el fallecimiento del esposo (a)			
Perdir ayuda a la familia			
Rezar			
Llorar			
No se puede hacer nada			
Enojarme			
Tranquilizarme y pensar			
Resignarme			
Siento miedo			
Siento tristeza			
Me deprimó			
Siento angustia			
Me da coraje			

VI. Situaciones generales

SITUACIÓN	NUNCA	ALGUNAS VECES	FRECUENTEMENTE
Depresión y/o baja autoestima			
Pensar en hacer algo y llevarlo a cabo			
Rezar			
Enojarme			
No hacer nada			
Llorar			
Tranquilizarme y pensar			
Resignarme			
Siento miedo			
Sentir tristeza			
Me siento frustrado			
Me da coraje			

SITUACIÓN	NUNCA	ALGUNAS VECES	FRECUENTEMENTE
Preocupación por situaciones sociales como: incendios, temblores, tráfico, contaminación, etc.			
Pensar en hacer algo y llevarlo a cabo			
Rezar			
Enojarme			
No hacer nada			
Llorar			
Tranquilizarme y pensar			
Resignarme			
Siento miedo			
Sentir tristeza			
Me siento frustrado			
Me da coraje			