

Estrategias de afrontamiento y estrés en un grupo de niños de la ciudad de San Luis (Argentina)

Gisela Anahí Arrieta*, Graciela Baldi-López**, Susana Albanesi de Nassetta***

Resumen

Introducción: el estrés es una problemática que también alcanza a los niños. Se manifiesta en ellos a través de un conjunto de reacciones, tanto a nivel biológico como psicológico, ante situaciones que sienten incontrolables. En la infancia, los niños tienen que poner en práctica distintas estrategias de afrontamiento y esfuerzos cognitivos-comportamentales, con el fin de sobrellevar los cambios propios de la etapa. **Objetivos:** indagar las estrategias de afrontamiento utilizadas por un grupo de niños de ambos sexos, de la ciudad de San Luis, Argentina, así como detectar relaciones entre las estrategias de afrontamiento, el sexo y el nivel de estrés vivenciado. **Metodología:** la muestra fue no probabilística-intencional conformada por 106 niños (entre los 8 y 12 años), los cuales concurrían a dos establecimientos educativos de la ciudad. Se aplicaron el Inventario infantil de estresores cotidianos y el Cuestionario de estrategias situacionales de afrontamiento en niños y niñas. **Resultados y discusión:** las estrategias de afrontamiento más utilizadas fueron las de tipo activas (tales como búsqueda de información y de apoyo) y emocionales para reducir el estrés. Se encontraron diferencias en la utilización de estrategias de afrontamiento, en relación con el sexo y a nivel de estrés vivenciado por los niños.

Palabras claves: estrategias de afrontamiento, estrés, género, infancia.

* Licenciada en Psicología, Universidad Nacional de San Luis, San Luis, Argentina.
Correo electrónico: tamito2003@yahoo.com.ar

** Doctora en Psicología, Universidad Nacional de San Luis, San Luis, Argentina.
Correo electrónico: gibaldi@unsl.edu.ar

*** Doctora en Psicología, Universidad Nacional de San Luis, San Luis, Argentina.
Correo electrónico: nassetta@unsl.edu.ar

Recibido: 18 de agosto del 2015

Aprobado: 3 de noviembre del 2015

Cómo citar este artículo: Arrieta, G.; López, G.; y Albanesi de Nassetta, S. (2015). Estrategias de afrontamiento y estrés en un grupo de niños de la ciudad de San Luis (Argentina). *Pensando Psicología*, 11(18), 97-106. doi: <http://dx.doi.org/10.16925/pe.v11i18.1222>

Coping Strategies and Stress in a Group of Children in the City of San Luis (Argentina)

Abstract

Introduction: Stress is a problem that also affects children. It manifests itself in them through a series of reactions, both at the biological and psychological levels, in situations that feel uncontrollable. In childhood, children have to put into practice diverse coping strategies and cognitive-behavioral efforts to overcome changes inherent to that phase. **Objectives:** Examine coping strategies used by a group of children of both genders in the city of San Luis, Argentina, and detect relationships between coping strategies, gender and the level of stress experienced. **Methodology:** The non-probabilistic-intentional sample consisted of 106 children (between the ages of 8 and 12), who attended two educational establishments in the city. The Children's Daily Stress Inventory and the Situational Coping Strategies Questionnaire were applied among boys and girls. **Results and discussion:** The most often used coping strategies were active (such as seeking information and support) and emotional to reduce stress. Differences were found in the use of coping strategies in relation to gender and the level of stress experienced by the children.

Keywords: coping strategies, stress, gender, childhood.

Estratégias de enfrentamento e estresse num grupo de crianças da cidade de San Luis (Argentina)

Resumo

Introdução: o estresse é uma problemática que também atinge as crianças. Manifesta-se nelas por meio de um conjunto de reações, tanto biológicas quanto psicológicas, diante de situações que sentem incontroláveis. Na infância, as crianças têm que pôr em prática diferentes estratégias de enfrentamento e esforços cognitivos-comportamentais a fim de suportar as mudanças próprias da etapa. **Objetivos:** questionar sobre as estratégias de enfrentamento utilizadas por um grupo de crianças de ambos os sexos da cidade de San Luis (Argentina), bem como identificar relações entre as estratégias de enfrentamento, o sexo e o nível de estresse vivenciado. **Metodologia:** a amostra foi não probabilística-intencional, conformada por 106 crianças (entre 8 e 12 anos), as quais frequentavam estabelecimentos educativos da cidade. O Inventário Infantil de Estressores Cotidianos e o Questionário de Estratégias Situacionais de Enfrentamento em Crianças foram aplicados. **Resultados e discussão:** as estratégias de enfrentamento mais utilizadas foram as de tipo ativas (tais como busca de informação e de apoio) e emocionais para reduzir o estresse. Constataram-se diferenças na utilização de estratégias de enfrentamento quanto ao sexo e ao nível de estresse vivenciado pelas crianças.

Palavras-chave: estratégias de enfrentamento, estresse, gênero, infância.

Introducción

El tema del estrés tiene un gran interés en la actualidad, tanto en su estudio científico como en el marco de la vida cotidiana, ya que afecta al hombre adulto en sus diversas realidades. Este, agobiado por las demandas modernas de una sociedad altamente exigente recurre, cada vez más, a los servicios de salud por problemas adaptativos. Sin embargo, en estudios recientes se ha observado que este fenómeno aqueja ya no solo a los adultos, sino también a la población infantil, en tasas cada vez más alarmantes.

En 1986 Lazarus y Folkman plantearon que entre la persona y el ambiente hay una relación dinámica, mutuamente recíproca y bidireccional. De esta manera, el estrés es considerado un proceso que incluye las transacciones entre el individuo y su medio ambiente, durante el cual la percepción de amenaza y/o daño ocasiona reacciones físicas y psicológicas. Desde esta perspectiva, tiene mayor importancia la valoración que hace el individuo de la situación estresora que las características objetivas de dicha situación.

Las investigaciones realizadas en el campo del estrés han señalando que el estrés es la inhabilidad percibida para enfrentarse a una amenaza, bien sea real o bien imaginaria, y la cual afecta el bienestar mental, físico y emocional, evocando una serie de respuestas emocionales, conductuales y fisiológicas. El aspecto clave a subrayar en esta definición reside en que la experiencia del estrés se presenta como subjetiva, lo que permite comprender las diferencias individuales en la percepción de amenaza (Merrill, Charlesworth y Buchholz, 2005; Seaward, 1994).

La infancia es un período que se caracteriza por grandes cambios, y los niños deben hacer frente a los retos que suponen la superación de las transiciones de una etapa a otra. Algunas veces, estos retos pueden convertirse en acontecimientos estresantes y poner en peligro el proceso normal evolutivo de un niño. Resulta evidente, entonces, que no existen estresores *a priori*, sino que dependen de la experiencia del niño. De esta manera, puede hablarse de acontecimientos potencialmente estresores, tanto externos como internos. Los primeros suponen pérdida, amenaza o daño. Los segundos son factores de tipo físico o psicológico, los cuales hacen vulnerable al niño y lo predisponen a manifestar reacciones de estrés. En la infancia existen acontecimientos estresores, tanto en el área familiar como escolar y social (Trianes, 1999).

Marcela Ferreiro (2005) define el estrés infantil como un conjunto de reacciones, tanto a nivel biológico como psicológico, las cuales se producen en ciertas situaciones que el niño no puede controlar, alterando su equilibrio general.

La vida acelerada y cambiante que se vive en las ciudades, la muerte de algún familiar, el mayor nivel de exigencia en el colegio o la separación de los padres, son algunos de los principales factores que producen estrés infantil. Sometidos a bombardeos de estímulos e información, tanto los adultos como los niños viven sin procesar adecuadamente lo que pasa, enfrentando demandas del entorno que suelen ser de alto impacto. Sin embargo, cada niño actúa de manera totalmente distinta frente a estímulos similares, es decir, cada niño reacciona distinto ante el estrés (Ferreiro, 2005).

Frente a los diversos estresores característicos de la infancia, los niños pueden presentar sintomatología de tipo física (dolor de cabeza, molestias estomacales), cognitiva (ansiedad, incapacidad de relajarse, irritabilidad, miedos recurrentes), conductas agresivas y regresión a comportamientos típicos de etapas anteriores del desarrollo, entre otros.

El estudio del afrontamiento en niños y adolescentes es un tema que se contempla en el estudio del desarrollo saludable o normativo, ya que poseer habilidades de afrontamiento es una garantía de vida saludable y de calidad de vida. Su indagación está unida a la del estrés, ya que se considera el afrontamiento de estresores cotidianos siempre presente en la vida de un niño o adolescente. Es necesario aclarar que se habla de afrontamiento del estrés cotidiano, concebido como pequeños fastidios diarios que pueden pasar desapercibidos —en algunos casos— para los adultos, y sin embargo, pueden tener un claro impacto y provocar problemas de ajuste y adaptación en los pequeños (Sandler, Wolchik, Mckinnon, Ayers y Roosa, 1997; Tein, Sandler y Zautra, 2000).

Al mismo tiempo que se estudia el impacto negativo que tienen determinados estresores en la vida de un niño o niña, y en su desarrollo integral. Es necesario estudiar también las habilidades que posee el niño o niña para hacerles frente. Esto en razón a que si los afronta con éxito acusará un mínimo impacto negativo del estrés sufrido (Morales-Rodríguez, 2008).

Los seres humanos se enfrentan a gran cantidad de eventos o situaciones que exigen diferentes tipos de respuestas, de manera que los recursos con los cuales cuenta el individuo determinarán la efectividad de

dichas respuestas a fin de dar solución a las demandas del medio (Gantiva-Díaz, Viveros, Dávila y Salgado, 2010). Las estrategias de afrontamiento son consideradas como conjuntos de recursos y esfuerzos, tanto cognitivos como comportamentales, orientados a resolver el problema, a reducir o eliminar la respuesta emocional o a modificar la evaluación inicial de la situación (Lazarus y Folkman, 1986; Fernández-Abascal y Palmero, 1999).

Estudios actuales revalorizan la consideración según la cual los niños interactúan activamente con el ambiente, así como que no son receptores pasivos de las fuerzas ambientales en la que los eventos simplemente se imprimen (Verduzco, 2006).

Las habilidades de afrontamiento son consideradas un elemento influyente en la promoción de desarrollo en la infancia y adolescencia, ya que las estrategias de afrontamiento utilizadas por escolares en una situación específica se relacionan con una mayor o menor adaptación, y el grado de bienestar psicológico (Cappa, Moreland, Conger, Dumas y Conger, 2011; González, Montoya, Casullo y Bernabéu, 2002). Como capacidades adaptativas, son eficaces frente al estrés diario reduciendo la posibilidad de enfermedad e incrementando la probabilidad de alcanzar y mantener mayores niveles de salud y calidad de vida (Folkman y Moskowitz, 2004; Urzúa y Jarne, 2008). También se demuestra como estrategias improductivas o desadaptativas se asocian a desajuste emocional, incluyendo síntomas de ansiedad y depresión (Lapointe y Marcotte, 2000; Wright, Banerjee, Hoek, Rieffe y Novin, 2010). Otros estudios (Martínez-Montegudo, Inglés, Trianes y García-Fernández, 2011; Sánchez, Rivas y Trianes, 2006) señalan que un clima social adecuado tiene efectos positivos sobre el ajuste psicológico, en la adaptación social y escolar, y en la capacidad de afrontamiento de niños y adolescentes.

De igual forma, así como existen factores de riesgo, también están presentes factores protectores que ayudan a los niños a manejar la situación estresante. La conducta adaptada y saludable depende de que los acontecimientos estresantes sean pocos, o bien que puedan ser afrontados exitosamente por el individuo. Las habilidades de solución de problemas, la habilidad cognitiva, el apoyo familiar y la clase social son un conjunto de factores que pueden proteger al niño o, en su defecto, provocarle estrés (Trianes, 1999).

Por su parte, Sandín (2003) considera que el afrontamiento desempeña un papel fundamental como mediador entre las experiencias estresantes

vivenciadas por los niños y adolescentes, los recursos personales y sociales con los que cuentan para hacerles frente y las consecuencias para la salud física y psicológica de la persona.

En definitiva, las conductas de afrontamiento han de considerarse como fruto de un proceso que depende de la evaluación que el sujeto realiza de las demandas de una situación o problema concreto. Así, las estrategias de afrontamiento suscitadas ante un problema dado pueden diferir mucho de las empleadas en situaciones distintas. Saber afrontar de forma productiva y desde una perspectiva sistémica todos estos problemas (familia, salud, escuela e iguales), se asocia a resultados favorables de adaptación socioemocional y escolar (Morales-Rodríguez y Trianes, 2010).

Las características del contexto juegan un papel importante para seleccionar el tipo de estrategia de afrontamiento utilizada, y la controlabilidad de la situación figura como un elemento determinante en la valoración de una estrategia como adaptada o no. Además, otros elementos que deben tenerse en cuenta al estudiar las estrategias de afrontamiento son variables demográficas tales como edad y género, así como características personales. Se trata de variables cuya presencia puede cambiar las relaciones entre variables de riesgo y consecuencias en psicopatología, así como también ejercer una influencia sobre la conducta de afrontamiento que se emite ante un problema o situación (Morales-Rodríguez, 2008).

Es importante destacar que las experiencias negativas de la niñez no necesariamente determinan el resultado de la vida de una persona. Muchos niños tienen la fortaleza suficiente para sobreponerse a las circunstancias más difíciles.

A partir de la revisión de distintas tipologías de estrategias aplicables a niños y adolescentes, las cuales han sido propuestas en los últimos veinte años de investigación, Trianes et al. (2011) apuestan a un análisis empírico para definir las estrategias y proponen el cuestionario de Estrategias de Afrontamiento Situacionales (ESAN) en niños y niñas. El ESAN evalúa afrontamiento ante eventos cotidianos de bajo impacto y alta frecuencia (Morales-Rodríguez, 2008). Los problemas dentro de los cuales se contextualizan las estrategias son de tipo familiar (peleas de los padres), escolar (malos resultados académicos), salud (tener que ir al dentista, estar enfermo, etc.), y social (peleas con los iguales).

Morales-Rodríguez y Trianes (2010) analizaron la asociación de la variable aceptación sociométrica (entendiendo esto como las relaciones interpersonales con iguales), con diversos índices de inadaptación

socioemocional, estrés cotidiano y estilo de afrontamiento en 402 niños entre 9 y 12 años de Andalucía (España). Los resultados mostraron correlaciones significativas negativas de la variable aceptación sociométrica con los índices de inadaptación socioemocional y el estrés cotidiano. Además, se encontró una correlación significativa positiva con una estrategia de afrontamiento (relación con los demás). Es decir, el empleo de estrategias de afrontamiento tales como buscar apoyo social, buscar apoyo profesional, buscar apoyo espiritual, buscar pertenencia, acción social e invertir en amigos íntimos se asociaba a una buena aceptación sociométrica.

Palacios, Pulido y Montaña (2009) realizaron un estudio en Bogotá (Colombia) con niños de entre 7 y 12 años, a fin de analizar las estrategias de afrontamiento que utilizaban los niños frente al castigo. Los resultados mostraron que las estrategias de afrontamiento utilizadas son: pedir ayuda cuando está enfrentado a situaciones que impliquen castigo; tener buenas relaciones con sus padres; jugar con sus cuidadores; obedecer de tal manera que se inhiba la respuesta del castigo por parte de sus padres; y actitud defensiva que va a generarle mayor capacidad de adaptación al medio externo. Por otra parte, se encontraron como consecuencias del castigo la agresividad, la incapacidad para adaptarse al ambiente, y problemas a nivel psicológico y emocional, ya que la frecuencia del castigo físico está directamente relacionada con la depresión.

Teniendo en cuenta lo anteriormente desarrollado, los objetivos del presente trabajo de investigación son indagar sobre las estrategias de afrontamiento utilizadas frente a las situaciones estresantes en un grupo de niños de ambos sexos, de la ciudad de San Luis, Argentina, así como detectar posibles relaciones entre las estrategias de afrontamiento utilizadas, el género y el nivel de estrés vivenciado por los niños.

Método

Se realizó un estudio no experimental con un diseño cuantitativo y transversal.

Muestra

Se trabajó con una muestra no probabilística-intencional conformada por 106 niños de ambos sexos, cuyas edades oscilaron entre los 8 y los 12 años ($M=9,89$; $DS=1,32$). Los datos fueron recogidos en dos instituciones educativas del medio.

En cuanto al sexo de los niños encuestados, el 48,1% ($n=51$) resultaron ser varones, mientras que el 51,9% ($n=55$) mujeres.

Instrumentos

Se aplicaron los siguientes instrumentos:

1. Inventario infantil de estresores cotidianos (IIEC; Trianes et al. 2009). Se trata de un inventario para niños que recoge información sobre eventos diarios fastidiosos, irritantes o amenazantes, de baja intensidad pero permanentes o crónicos, en el ambiente del niño o niña. Es un autoinforme que arroja una puntuación sobre la información que da el niño sobre si le sucede o no el evento descrito. La versión actual consta de 27 ítems a contestar por cada niño/a que permiten evaluar el estrés percibido en tres campos: alimentación y salud (12 ítems); escolar y de los iguales (7 ítems); y familiar (8 ítems). Presenta un formato de respuesta dicotómico (sí/no).

Todos los ítems del inventario están referidos a hechos ocurridos durante los últimos doce meses, período considerado ideal para observar cómo los distintos eventos cotidianos afectan al niño.

En la muestra española, tiene una consistencia interna de $\alpha=0,81$ para la puntuación total del IIEC, siendo 0,67 para la dimensión salud, 0,68 para la de escuela e iguales, y 0,64 para la de familia.

En el grupo de niños de la ciudad de San Luis, la consistencia interna es de $\alpha=0,73$ para la puntuación total del IIEC, siendo 0,57 para la dimensión salud, 0,47 para la escuela e iguales y 0,42 para la familia.

2. Estrategias situacionales de afrontamiento (ESAN) en niños y en niñas (Morales-Rodríguez, 2008). Este cuestionario proporciona, mediante autoinforme, información cuantitativa y cualitativa, información sobre las estrategias de afrontamiento utilizadas ante cuatro situaciones que pueden ocasionar estrés, tales como el contexto familiar (e.g. peleas de los padres); la salud (e.g. tener que ir al dentista); el contexto escolar (e.g. bajo rendimiento escolar); y el social (e.g. peleas con los pares).

El cuestionario consta de 40 ítems, con una distribución de 10 ítems por cada uno de las cuatro situaciones problemáticas antes mencionadas. Cada ítem representa una estrategia de afrontamiento en particular. Todos los ítems del inventario están referidos al afrontamiento de hechos ocurridos durante los últimos doce meses.

El formato de la respuesta ofrece al niño/a la posibilidad de indicar con qué frecuencia utiliza (nunca,

algunas veces o muchas veces) la estrategia que se le presenta en el ítem.

Las estrategias antes mencionadas se agrupan en cuatro dimensiones. Los cuatro factores de estrategias (o dimensiones) son: solución activa (incluye las estrategias solución activa, reevaluación positiva, búsqueda de información y apoyo social); afrontamiento improductivo (incluye la conducta agresiva y la ocultación del problema); evitación (formada por la evitación cognitiva y la evitación conductual); y emoción (formada por las estrategias emoción y pasividad).

En la muestra española, la escala tiene buena consistencia interna ($\alpha = 0,75$), y un aceptable coeficiente de fiabilidad test-retest ($R_{xx} = 0,68$).

Para la muestra de niños de la ciudad de San Luis, la escala tiene también buena consistencia interna ($\alpha = 0,70$).

Procedimiento

Se obtuvo el consentimiento de los padres o adultos a cargo de los niños para participar en la investigación y el asentimiento por parte del propio niño. Se aplicaron los cuestionarios en forma individual, previa explicación de las instrucciones, en un solo encuentro de aproximadamente una hora. Se informó a los participantes sobre la privacidad y el carácter voluntario de la participación.

Análisis de los datos

La totalidad de los datos empíricos obtenidos se sometieron a un software estadístico para ciencias sociales (SPSS V.17), el cual permite realizar un análisis descriptivo, teniendo en cuenta frecuencias, porcentajes y medias de los atributos.

La aplicación de la prueba de distribución normal (Prueba de Kolmogórov-Smirnov), mostró una distribución no normal en nueve de las diez estrategias de afrontamiento, y en una de las cuatro dimensiones de afrontamiento. Por este motivo se decidió utilizar pruebas no paramétricas para el análisis de los datos.

Con el fin de explorar las relaciones entre distintos grupos de sujetos, confirmando la presencia o ausencia de diferencias significativas (según las variables seleccionadas), se aplicaron las pruebas U de Mann-Whitney, H de Kruskal-Wallis, y Post-Hoc para comparaciones múltiples: T3 de Dunnett,

modificación propuesta por Dunnett (1980) al estadístico T2 de Tamhane. Se basa en la distribución del módulo máximo estudentizado.

Resultados

Para el análisis de este cuestionario se tuvo en cuenta la media y la desviación estándar de cada una de las diez estrategias de afrontamiento. A continuación se detallan dichos valores en la tabla 1.

Tabla 1
Descriptivos de cada una de las estrategias de afrontamiento

| Estrategia | Media (M) | Desviación típica (DT) |
|-------------------------|-----------|------------------------|
| Solución activa | 9,35 | 1,43 |
| Apoyo social | 7,62 | 1,54 |
| Búsqueda de información | 7,88 | 1,76 |
| Emoción | 7,52 | 1,87 |
| Evitación conductual | 8,1 | 1,77 |
| Conducta agresiva | 5,16 | 1,3 |
| Reevaluación positiva | 10,27 | 1,61 |
| Ocultación del problema | 6,34 | 1,59 |
| Pasividad | 6,35 | 1,44 |
| Evitación cognitiva | 8,39 | 1,58 |

Notas. N = 106. Elaboración propia.

La siguiente distribución de frecuencia se realizó considerando a los sujetos que obtuvieron valores por encima de la media y desviación típica:

- El 21,7% (n=23) de los niños utilizaba con mayor frecuencia estrategias pasivas para afrontar las situaciones de estrés que viven.
- El 25,5% (n=27) utilizaba más la evitación cognitiva.
- El 20,8% (n=22) empleaba más la solución activa.
- El 35,8% (n=38) usaba la estrategia de búsqueda de información.
- El 29,2% (n=31) usaba más estrategias emocionales ante situaciones de estrés.
- El 27,3% (n=29) utilizaba el apoyo social.
- El 24,6% (n=26) empleaba la evitación conductual.
- El 18% (n=19) hacía uso de la conducta agresiva como estrategia.

- El 24,5% (n=26) de los niños usaba más las estrategias de reevaluación positiva.
- El 20,6% (n=22) utilizaba la estrategia ocultación del problema.

En síntesis, las tres estrategias de afrontamiento más utilizadas por el total de los niños encuestados fueron la búsqueda de información, el apoyo social y las estrategias emocionales.

Se observó una diferencia significativa en la estrategia de pasividad entre los varones y las mujeres (Mann-Whitney U = 809,500; z = -3,834; p < 0,00) siendo los primeros quienes más la utilizaban.

Al relacionar la presencia de estrés con el uso de estrategias de afrontamiento, se observó que los niños con niveles altos y moderados de estrés utilizaban más estrategias de afrontamiento —las cuales se incluían en la dimensión afrontamiento improductivo— frente a los niños que experimentan bajos niveles de estrés. De igual manera, los niños que presentaban niveles moderados de estrés usaban las estrategias de esta dimensión con menor frecuencia frente a quienes presentaban niveles elevados de estrés.

Además, los niños con bajos niveles de estrés manifestaron utilizar menos estrategias de afrontamiento incluidas en la dimensión evitación, con respecto a los niños que tenían altos niveles de estrés (tablas 2 y 3).

Tabla 2
Dimensión de afrontamiento utilizada, según el nivel de estrés manifestado por los niños

| | Solución activa | Afrontamiento improductivo | Evitación | Emoción |
|------------|-----------------|----------------------------|-----------|---------|
| Chi-Square | 0,12 | 18,81 | 6,86 | 5,49 |
| df | 2 | 2 | 2 | 2 |
| p | 0,94 | 0,00 | 0,03 | 0,06 |

Nota. Prueba H de Kruskal-Wallis. ** p < 0,01 * p < 0,05. N= 106. Elaboración propia.

En la tabla 3 se muestran los datos obtenidos de la aplicación de una prueba Post Hoc para comparaciones múltiples, tanto a las categorías afrontamiento improductivo, como evitación.

En las tablas 4 y 5 se observa cómo los niños con un nivel medio de estrés usaban menos la estrategia pasividad frente a los niños con alto estrés, mientras

Tabla 3
Niveles de estrés y dimensiones de afrontamiento por la prueba Post Hoc T3 de Dunnett

| Dimensión | (I)Estrés | (J)Estrés | Diferencia de X (I-J) | p |
|----------------------------|------------------|------------------|-----------------------|--------|
| Afrontamiento improductivo | Bajo (RP=32,14) | Medio (RP=53,84) | -1,58 | 0,00** |
| | Bajo (RP=32,14) | Alto (RP=79,18) | -3,82 | 0,00** |
| | Medio (RP=53,84) | Alto (RP=79,18) | -2,24 | 0,02* |
| Evitación | Bajo (RP=37,51) | Alto (RP=64,21) | -2,51 | 0,05* |

Nota. RP= rango promedio. N = 106 * p < 0,05 ** p < 0,01. Elaboración propia.

que los niños con estrés moderado usaban más la estrategia evitación cognitiva con relación a los niños de bajo estrés.

Además, los niños con alto estrés utilizaban más la evitación conductual que quienes tenían bajos niveles de estrés. Estos últimos, a su vez, utilizaban menos conductas agresivas frente los niños con un estrés moderado y elevado.

Por último, los niños con bajo estrés ocultaban menos sus problemas que aquellos con niveles moderados y elevados de estrés. También, los niños con niveles moderados los ocultaban menos frente aquellos que presentaron altos niveles de estrés.

Tabla 4
Estrategias de afrontamiento, según el nivel de estrés manifestado por los niños

| Estrategia de afrontamiento | Chi-Square | Df | p |
|-----------------------------|------------|----|--------|
| Pasividad | 7,14 | 2 | 0,03* |
| Evitación cognitiva | 6,29 | 2 | 0,04* |
| Solución activa | 0,19 | 2 | 0,90 |
| Apoyo social | 1,76 | 2 | 0,42 |
| Búsqueda de información | 3,43 | 2 | 0,18 |
| Emoción | 2,72 | 2 | 0,26 |
| Evitación conductual | 6,39 | 2 | 0,04* |
| Conducta agresiva | 12,52 | 2 | 0,00** |
| Reevaluación positiva | 2,178 | 2 | 0,34 |
| Ocultación del problema | 14,84 | 2 | 0,00** |

Nota. Prueba H de Kruskal-Wallis. N=106 * p < 0,05 ** p < 0,01. Elaboración propia.

En la tabla 5 se muestran los datos obtenidos de la aplicación de una prueba Post Hoc para comparaciones múltiples, a las estrategias de afrontamiento.

Tabla 5
Estrategias de afrontamiento y nivel de estrés por la prueba Post Hoc T3 de Dunnett

| EA | (I)Estrés | (J)Estrés | Diferencia de X (I-J) | p |
|-------------------------|-------------------------|------------------------|-----------------------|--------|
| Pasividad | Moderado (RP= 49,92) | Bajo (RP=73,32) | -1,19 | 0,04* |
| Evitación cognitiva | Moderado (RP=56,48) | Bajo (RP=37,36) | 0,92 | 0,05* |
| Evitación conductual | Bajo (RP=41,31) | Alto (RP=68,54) | -1,48 | 0,05* |
| Conducta agresiva | Bajo (RP=35,67) | Moderado (RP=54,28) | -0,76 | 0,02* |
| | Alto (RP=72,29) | | -1,41 | 0,00** |
| Ocultación del problema | Bajo (RP=36,42) | Moderado (RP=53,13) | -0,83 | 0,03* |
| | | Alto (RP=77,43) | -2,41 | 0,00** |
| | Moderado (RP=53,13) | Alto (RP=77,43) | -1,59 | 0,04* |

Nota. RP = rango promedio. EA = Estrategia de afrontamiento. N = 106 * p < 0,05 ** p < 0,01 . Elaboración propia.

Discusión

Según el análisis de los datos, las estrategias de afrontamiento que más usaron los niños se ubicaban dentro de un estilo de afrontamiento activo y emocional. La búsqueda de información y de apoyo son estrategias consideradas funcionales que reducen el estrés y promueven la salud a largo plazo (Martín-Días, Jiménez-Sánchez y Fernández-Abascal, 1997). Estos resultados coinciden con los datos obtenidos por Dávila y Guarino (2001) en un estudio con niños y adolescentes venezolanos de entre 8 y 16 años de edad, en las cuales se señala que el afrontamiento activo y la expresión de emociones son las más utilizadas por los niños, así como son estrategias que se encuentran dentro del estilo de control directo.

El uso de estrategias de tipo improductivas (ocultamiento del problema y pasividad) y/o evitativas (principalmente conductual) por parte de los niños que vivenciaban un alto estrés cotidiano, refuerza la presencia de ese estrés, ya que la utilización de este

tipo de estrategias no conducen al niño a una solución efectiva del problema. Esto coincide con lo señalado por Morales-Rodríguez (2008), en un estudio realizado con alumnos entre los 9 y 12 años de edad, en el cual concluían que los alumnos y alumnas más estresados presentaban mayor puntuación en factores de afrontamiento improductivo y disfuncional, así como menor puntuación en estrategias de afrontamiento productivo y funcional.

Como afirma Milgram (1993), la corta edad es un límite importante para tener habilidades conceptuales y conductuales suficientes, así como el dominio y conciencia de las opciones reales de afrontamiento con las que cuenta. Esto, sin duda, sitúa al niño en un estado de mayor vulnerabilidad para padecer estrés.

Por su parte, el sexo incidió en la selección de las estrategias de afrontamiento. Los varones, a pesar de manifestarse más movidos, al momento de enfrentar los acontecimientos cotidianos informaron asumir una actitud más pasiva que las mujeres, es decir, frente a los estresores cotidianos los varones podrían estar utilizando respuestas que implican la ausencia de acción. Este dato coincide con lo encontrado en diversas investigaciones (Morales-Rodríguez, Trianes-Torres y Miranda-Páez, 2012; Seiffge-Krenke, 2007; Seiffge-Krenke y Stemmler, 2002), en las cuales se resalta la utilización de estrategias de afrontamiento activas por parte de las mujeres, presentando un mayor esfuerzo por buscar soluciones activas a los problemas. Además, estos resultados pueden relacionarse con otros que encuentran en los niños más afrontamiento improductivo basado en la evaluación de agresión e indiferencia (Baker, 2006), así como en ignorar el problema y reservarlo para sí (González et al., 2002). No obstante, existen puntos de vista que afirman como las diferencias en estrategias de afrontamiento improductivas entre niños y niñas no se perciben bien en la infancia media, sino que se diferencian mejor en la adolescencia (Reijntjes, Stegge y Meerum-Terwogt, 2006).

Los resultados en su conjunto son relevantes, ya que al experimentar estrés los niños despliegan una serie de comportamientos que pueden ser efectivos o no para resolver sus problemas, y lo cual, a su vez, los desgasta, de manera que experimentan depresión tal y como se presenta en los adultos. Un ejemplo de lo anterior se presenta en lo que se conoce como síndrome de *burnout*. Lo anterior sugiere como desde edad muy temprana se establecen los patrones de respuesta de estrés-afrontamiento, en el cual parece existir consistencia en la manera de responder de los individuos

a lo largo del tiempo (Vega-Valero, Villagrán-Velazco, Nava Quiroz y Soria Trujano, 2013).

Es posible entonces sumarse a la postura de los distintos autores según la cual sí es posible que un niño experimente estrés, y que los diversos ámbitos en los que convive el niño (el familiar y el escolar, entre otros), son importantes para la generación, mantenimiento o protección (desarrollo de estrategias de afrontamiento efectivas) frente al mismo.

Los resultados obtenidos llevan a sugerir la importancia de continuar realizando investigaciones acerca de la temática, aumentar el tamaño de la muestra, realizar comparaciones con niños de otros sectores geográficos (zonas suburbanas y rurales), e incluir otras variables psicológicas (personalidad, resiliencia, apego), y de interacción familiar (padre-hijos, hermano-hermano).

En definitiva, es necesario modificar la creencia popular según la cual en la infancia no se vive estrés, a fin de orientar esfuerzos y fortalecer las estrategias que orienten tanto la prevención de esta patología, como la promoción del bienestar físico y mental de los niños y niñas.

Agradecimientos

Agradecemos a los revisores las sugerencias realizadas para la mejora de este trabajo.

Referencias

- Baker, J. A. (2006). Contributions of teacher-child relationships to positive school adjustment during elementary school. *Journal of School Psychology, 44*, 211-229. doi: 10.1016/j.jsp.2006.02.002
- Cappa, K., Moreland, A., Conger, J., Dumas, J. y Conger, A. (2011). Bidirectional relationships between parenting stress and child coping competence: Findings from the pace study. *Journal of Child and Family Studies, 20*, 334-342. doi:10.1007/s10826-010-9397-0
- Dávila, B. y Guarino, L. (2001). Fuentes de estrés y estrategias de afrontamiento en escolares venezolanos. *Interamerican Journal of Psychology, 35* (001), 97-112.
- Dunnett, C. W. (1980). Pairwise Multiple Comparisons in the Unequal Variance Case. *Journal of the American Statistical Association, 75* (372), 796-800. doi: 10.1080/01621459.1980.10477552
- Fernández-Abascal, E. y Palmero, F. (1999). *Emociones y Salud*. Barcelona: Ariel Psicología.
- Ferreiro, M. (2005). *Estrés Infantil*. Recuperado de <http://www.educarchile.cl/ech/pro/app/detalle?ID=96990>
- Folkman, S. y Moskowitz, J. T. (2004). Coping: pitfalls and promise. *Annual Review of Psychology, 55*, 745-774. doi: 10.1146/annurev.psych.55.090902.141456
- Gantiva-Díaz, C., Viveros, A., Dávila, A. y Salgado, M. (2010). Estrategias de afrontamiento en personas con ansiedad. *Psychologia: Avances de la disciplina, 4*(1), 63-70.
- González, R., Montoya, I., Casullo, M. y Bernabéu, J. (2002). Relación entre estilos y estrategias de afrontamiento y bienestar psicológico en adolescentes. *Psicothema, 14*, 363-368.
- Lapointe, V. y Marcotte, D. (2000). Gender typed characteristics and coping strategies of depressed adolescents. *European Review of Applied Psychology, 50*, 451-460.
- Lazarus, R.S. y Folkman, S. (1986). *Estrés y procesos cognitivos*. Barcelona: Martínez Roca.
- Martín-Días, M. D., Jiménez-Sánchez, M. P. y Fernández-Abascal, E. G. (1997). Estudio sobre la escala de estilos y estrategias de afrontamiento. *Revista Electrónica de Motivación y Emoción, 3*. Recuperado de <http://www.reme.uji.es.html>.
- Martínez-Monteaudo, M. C., Inglés, C. J., Trianes, M. B. y García-Fernández, J. M. (2011). Perfiles de ansiedad escolar: diferencias en clima social y violencia entre iguales. *Electronic Journal of Research in Educational Psychology, 9*, 1023-1042.
- Merrill, C. D., Charlesworth, R. y Buchholz, D. (2005, marzo). *Childhood stress and its effects on development*. Comunicación presentada en la 30th Utah Early Childhood Conference, Utah Valley State College, Orem, UT.
- Milgram, N. (1993). Los niños y el estrés. En T. Ollendic y M. Herse (Eds.), *Psicopatología infantil* (pp. 464-483). Barcelona: Martínez Roca.
- Morales-Rodríguez, F. M. (2008, octubre). *Evaluación del afrontamiento infantil: Estudio inicial de las propiedades de un instrumento* (Tesis doctoral no publicada, Departamento de Psicología Evolutiva y de la Educación, Universidad de Málaga).
- Morales-Rodríguez, F. M., Trianes-Torres, M.V. y Miranda-Páez, J. (2012). Diferencias por sexo y edad en afrontamiento infantil del estrés cotidiano. *Electronic Journal of Research in Educational Psychology, 10* (26), 095-110.
- Morales-Rodríguez, M. F. y Trianes, M.V. (2010). Estrategias de afrontamiento e inadaptación en niños y adolescentes. *European Journal of Education and Psychology, 3*(2), 275-286. doi: 10.1989/ejep.v3i2.65

- Palacios, X., Pulido, S. y Montaña, J. (2009). Estrategias desarrolladas por los niños para afrontar el castigo: un diálogo entre la psicología y la teoría de redes sociales. *Universitas Psychologica*, 8(2), 471-486.
- Reijntjes, A., Stegge, H. y Meerum-Terwogt, M. (2006). Children's coping with peer rejection: The role of depressive symptoms, social competence, and gender. *Infant and Child Development*, 15, 89-107. doi: 10.1002/icd.435
- Sánchez, A. M., Rivas, M. T. y Trianes, M. V. (2006). Eficacia de un programa de intervención para la mejora del clima escolar: algunos resultados. *Electronic Journal of Research in Educational Psychology*, 4, 353-370.
- Sandín, B. (2003). El estrés: un análisis basado en el papel de los factores sociales. *International Journal of Clinical and Health Psychology*, 3, 141-157.
- Sandler, I. N., Wolchik, S. A., Mackinnon, D., Ayers, T. S. y Roosa, M. W. (1997). Developing linkages between theory and intervention in stress and coping processes. En S. A. Wolchik y I. N. Sandler (Eds.), *The handbook of children's coping* (pp. 3- 40). New York: Plenum. doi: 10.1007/978-1-4757-2677-0_1
- Seaward, B. L. (1994). *Managing stress: Principles and strategies for health and well-being*. Boston, MA: Jones and Bartlett.
- Seiffge-Krenke, I. (febrero del 2007). *Stress, coping and depression*. Ponencia presentada en el Postgrado de Investigación en Procesos Básicos e Intervención en Psicología de la Salud, bienio 2006-2008, Universidad de Málaga, España.
- Seiffge-Krenke, I. y Stemmler, M. (2002). Factors contributing to gender differences in depressive symptoms: A test of three developmental models. *Journal of Youth and Adolescence*, 31, 405-417.
- Tein, J. Y., Sandler, I. N. y Zautra, A. J. (2000). Stressful life events, psychological distress, coping, and parenting of divorced mothers: A longitudinal study. *Journal of Family Psychology*, 14(1), 27-41. doi: 10.1037/0893-3200.14.1.27
- Trianes, M.V. (1999). *Estrés en la infancia*. España: Narcea Ediciones.
- Trianes, M. V., Blanca, M. J., Fernández-Baena, F. J., Escobar, M., Maldonado, E. F. y Muñoz, A. M. (2009). Evaluación del estrés infantil: Inventario Infantil de Estrés Cotidianos (IEEC). *Psicothema*, 21, 598-603.
- Trianes, M. V., Blanca, M. J., Fernández-Baena, F. J., Escobar, M. y Maldonado, E. F. (2011). *IECI. Inventario de Estrés Cotidiano Infantil*. Madrid: TEA Ediciones.
- Urzúa, A. y Jarne, A. (2008). Calidad de vida y estilos de afrontamiento en personas con patologías crónicas. *Interamerican Journal of Psychology*, 42, 151-160.
- Vega-Valero, C. Z., Villagrán Velazco, M. G., Nava Quiroz, C. y Soria Trujano, R. (febrero del 2013). Estrategias de afrontamiento, estrés y alteración psicológica en niños. *Alternativas en Psicología*, 17(28), 92-105.
- Verduzco, M. A. (2006). La autoestima, estrés y afrontamiento desde la perspectiva de niños y niñas escolares. *Hologramática*, 2(5), 59-70.
- Wright, M., Banerjee, R., Hoek, W., Rieffe, C. y Novin, S. (2010). Depression and social anxiety in children: Differential links with coping strategies. *Journal of Abnormal Child Psychology*, 38(3), 405-419. doi: 10.1007/s10802-009-9375-4