



Incidencia del *estrés* en la dinámica familiar en el contexto sociopolítico venezolano

actual

Incidence of stress on family dynamics in the current Venezuelan sociopolitical context

Adaegleannys Lázaro¹

Universidad Central de Venezuela
adaegleannys@gmail.com

Rafael Ortega²

Universidad Central de Venezuela
rafaelortega658@gmail.com

Recibido: 12-03-2019 | **Aceptado:** 14-05-2019

RESUMEN

La realidad sociopolítica venezolana caracterizada, desde el 2014 hasta el 2018, por las precarias condiciones de vida y el control que ejerce el régimen sobre la ciudadanía por diversos mecanismos que atentan contra la autonomía de la familia para sostenerse por sí misma. Por el origen político de las vulnerables condiciones de vida de los venezolanos se ha llamado al contexto actual: emergencia humanitaria compleja. Esta serie de factores del medio genera en las personas y familias situaciones de estrés que afectan la dinámica de la vida cotidiana. El objetivo de esta investigación fue determinar la incidencia del estrés causado por las condiciones sociopolíticas actuales en la dinámica familiar. La investigación es de campo, utilizando una muestra no probalística. Los instrumentos utilizados fue la aplicación de una batería psicométrica compuesta por: (a) test de vulnerabilidad al estrés, (b) test de inventario de depresión rasgo-estado (IDERE) y el test de modos de afrontamiento al estrés, entrevistas abiertas a familias con miembros que presentaron vulnerabilidad al estrés y una encuesta flash sobre las condiciones sociopolíticas que afectan a la familia. Se realizó una prueba de control con dos familias durante un mes donde se incorporaron hábitos puntuales para el afrontamiento familiar del estrés. La experiencia de afrontamiento arrojó datos positivos que son de utilidad a los trabajadores sociales en su rol de dinamizadores de procesos familiares.

Palabras clave: Estrés, familia, sociopolítico, dinámica

ABSTRAC

.The Venezuelan socio-political reality characterized, from 2014 to 2018, by the precarious living conditions and the control exercised by the regime over the citizenry by various mechanisms that threaten the autonomy of the family to support itself. Due to the political origin of the vulnerable living conditions of Venezuelans, the current context has been called: a complex humanitarian emergency. This series of environmental factors generates stressful situations in individuals and families that affect the dynamics of daily life. The objective of this research was to determine the incidence of stress caused by current sociopolitical conditions in family dynamics. The research is in the field, using a non-probalistic sample. The instruments used were the application of a psychometric battery composed of: (a) stress vulnerability test, (b) trait-state depression inventory test (IDERE) and the stress coping modes test, open interviews with families with members who presented vulnerability to stress and a flash survey on the socio-political conditions that affect the family. A control test was carried out with two families for a month where specific habits were incorporated for family coping with stress. The coping experience yielded positive data that are useful to social workers in their role as facilitators of family processes.

Keywords: Stress, family, sociopolitical, dynamics

¹ Licenciada en Trabajo Social

² Licenciado en Trabajo Social



Incidencia del *estrés* en la dinámica familiar en el contexto sociopolítico venezolano

actual

Incidencia of stress on family dynamics in the current Venezuelan sociopolitical context

Adaegleannys Lázaro

Universidad Central de Venezuela
adaegleannys@gmail.com

Rafael Ortega

Universidad Central de Venezuela
rafaelortega658@gmail.com

Contexto sociopolítico de la investigación

En Venezuela los niveles de pobreza a partir del 2014 trascendieron toda condición individual para la ascensión social. Los índices de seguridad y bienestar social descendieron dramáticamente. La Encuesta Nacional de Condiciones de Vida (ENCOVI, 2014; 2015; 2016; 2017) realizada por la Universidad Central de Venezuela (UCV), Universidad Simón Bolívar (USB), la Universidad Católica Andrés Bello (UCAB) señalan que la distribución de la población venezolana para el 2014 tenía una pobreza de acuerdo al nivel de ingreso de 51,6% no pobre, 24,8% pobre y un 23,6% de pobreza extrema, dando como total un 48,4% de pobreza. En el 2015 la distribución de la pobreza cambia en un 27,7% de la siguiente manera: 27,0% no pobre, 23,1% pobre y un 49,9% de pobreza extrema, dando como total un 73,0% de pobreza. Para el 2016, la pobreza aumenta un 8,8% con relación al año anterior, siendo su distribución 18,2% no pobre, 30,3% pobre y un 51,5% de pobreza extrema, dando como total un 81,8% de pobreza. La última medición realizada en el 2017 presenta un aumento del 5,2% de la pobreza, quedando la distribución de la población de la siguiente manera: 13,0% no pobre, 25,8% pobre y un 61,2% de pobreza extrema, dando como total un 87,0% de pobreza. Esto quiere decir que la pobreza aumento desde el 2014 al 2017 en un 38,7% y una disminución de la

población no pobre en un 38,6%. Estos niveles de pobreza son más notorios en las poblaciones pequeñas y caseríos.

La ENCOVI 2017 (2018) señala que desde el 2016 hasta el 2017 un 70,8% de la población manifestaba que no podía adquirir por tener ingresos suficientes los alimentos suficientes para alcanzar los niveles nutricionales requeridos. Un 79,8% por lo menos había eliminado una comida de la dieta.

Para el 2017 en el área educativa el 38% de la población comprendida entre 18 a 24 años tiene acceso a la educación. Sin embargo, un 61% de esa población que tiene acceso a la educación asiste regularmente a clases. El 39% que no asiste a clases o va ocasionalmente por falta de comida o un comedor escolar. En el área de la salud se reporta un 80% de escasez de medicamentos, aumenta la mortalidad neonatal y un 70% de las embarazadas no recibe control prenatal.

En el área de la seguridad, La ENCOVI 2017 (2018), indica que se producen diariamente 89 muertes violentas, entre las cuales 5 son adolescentes entre 12 a 17 años, 24 jóvenes entre 18 a 24 años y 14 adultos jóvenes entre 25 a 29 años. La frecuencia de las situaciones delictivas de acuerdo a la respuesta de los encuestados (muy frecuente y poco frecuente) reporta la

siguiente distribución solo en la Gran Caracas: robos y asaltos 72%, venta de drogas 47%, venta ilegal de productos 79%, secuestros 26%, cobro de peaje 16% y enfrentamiento entre bandas 26%. Gran Caracas: robos y asaltos 72%, venta de drogas 47%, venta ilegal de productos 79%, secuestros 26%, cobro de peaje 16% y enfrentamiento entre bandas 26%. En las otras regiones es similar en las primeras situaciones delictivas con excepción del cobro de peaje y enfrentamientos de bandas que son menos frecuentes en las ciudades del interior del país.

El trabajo de acuerdo a la ENCOVI 2017 (2018), tiene una distribución de: tasa de actividad de 58%, tasa de inactividad 41,5% y una tasa de desempleo de 9,0%. Tomando en cuenta que un 47% de la tasa representa la tasa global o tasa de dependencia general, en otras palabras, aquellos que no están empleados como proporción de la población en edad de trabajar. 69% de desocupados con edades entre 15 y 34 años. Un 82% de los ocupados que percibían ingresos por debajo del salario mínimo integral. Un 48% ocupados en empresas de menos de 5 empleados. Considerando además que un 37,5% trabaja por cuenta propia sin estar inscrito en la seguridad social.

En este sentido, la situación política del país está vinculada a las condiciones socioeconómicas. El modelo socialista impuesto por el régimen chavista ha producido el deterioro de las condiciones de vida de los venezolanos. Lo que ha producido que las organizaciones y universidades venezolanas midan el crecimiento de la pobreza, que se produce vertiginosamente. La política mundial, por otro lado, mide la disminución de la pobreza como un indicador del desarrollo de los estados democráticos. Esto lo podemos constatar los resultados presentados por la ENCOVI (2019).

El país desde el 2014 ha vivido varias etapas de lucha de la sociedad civil para la liberación del régimen que hoy amenaza el bienestar y la unidad de la familia venezolana. En este proceso

se ha generado situaciones de conflicto que van afectando la vida cotidiana y la dinámica familiar regular.

Formulación del problema

En los actuales momentos se está viviendo en nuestro país una crisis económica, política y social sin precedente. Los ciudadanos que habitan nuestra geografía nacional están padeciendo de un sin fin de necesidades que hacen bastante paupérrima cubrir lo básico que requiere para vivir un individuo, mucho más para una familia, se hace casi insostenible. La carencia de los alimentos imprescindibles para subsistir, de las medicinas, la aparición de enfermedades ya erradicadas desde mediados del siglo XX. la garantía de tratamientos para patológicas crónicas. En muchos centros de salud se ha retirado personal capacitado para la atención especializada y las emergencias.

Los entes gubernamentales se han convertido en extensiones institucionales del Partido Socialista Unido de Venezuela (PSUV), por lo que la afiliación política al partido se convierte en requisito para gozar de los derechos y beneficios del Estado consagrados en la Constitución de la República Bolivariana de Venezuela (CRBV). Un mecanismo que ha reagrupado el sistema de control político se ha articulado en el carnet de la patria.

El acceso a las condiciones de vida básicas es mediado por estos instrumentos políticos, que genera en la población condiciones de estrés, que se mezclan con sentimientos de impotencia, frustración, rabia a causa de las limitaciones impuestas al desarrollo y autonomía individual, que en un sistema democrático son garantizados a todos independientemente de la pluralidad de posturas políticas, religiosas, raciales y étnicas.

Esta situación coloca a las familias y a los jefes de hogar en una constante tensión para poder cubrir las necesidades más básicas de los miembros que

conforman el hogar. Estas tensiones empiezan a derivar en manifestaciones físicas y psíquicas, tales como, rasgos de malnutrición, padecimientos de estados mentales volátiles, carencia de atención, irritación, disminución de comunicación efectiva, todos factores que inciden en una dinámica sana familiar.

La inseguridad impone a la familia el encierro en la casa por el temor a ser asaltado, atracado, golpeado y en muchas ocasiones asesinados. Esto reduce las posibilidades de que la familia pueda tener experiencias de desahogo a las situaciones de estrés o a cambiar de ambientes que favorezcan la interacción sin tensiones.

Los jóvenes, en este sentido, carecen de llevar una vida social propia de sus edades y al proceso de socialización necesario para el desarrollo de la personalidad y la creación de lazos afectivos que se extiendan fuera del núcleo familiar. En otras palabras, emprender el proceso de ejercicio de la libertad y la autonomía necesarios para alcanzar la etapa de la adultez.

La familia se encuentra en un estado total de indefensión. Incluso algunos han tenido que abandonar sus hogares porque han sido desalojados por grupos violentos y delincuenciales.

En este último período las condiciones que generan estrés han aumentado por: (a) la escasez de efectivo en los bancos, (b) el deterioro de los servicios públicos, tales como transporte, el suministro de agua potable, las fallas de electricidad, y (c) los sueldos que son insuficientes respecto al alto costo de la vida.

Son muchos los factores que nos están afectando y que rebasan los niveles de estrés que un sujeto puede manejar en condiciones de buena salud mental y física.

El estrés se convierte en un estado que va en aumento primero, por la larga permanencia en el

tiempo en que los venezolanos padecen están condiciones inhumanas y, segundo, por la percepción de no ver a mediano plazo una solución o cambio. Esto produce: angustia, preocupación, ansiedad, tristeza, depresión, deseos suicidas. Todo esto genera además un movimiento migratorio que deja a su paso otros problemas profundos en la sociedad: el abandono del hogar, la deserción estudiantil, la disminución drástica de capital humano competente para el desarrollo del país.

La sobrevivencia se ha convertido en la cotidianidad. La protección a la familia se va reduciendo porque va escapando de las posibilidades individuales de los jefes de familia, y la estructura de bienestar social del Estado es inexistente. La solidaridad de la familia entre familias por la escasez de alimentos y la dificultad de transportarse de un sitio a otro también es afectada como mecanismo de protección sociocultural.

En este contexto la dinámica familiar se encuentra para poder ser armónica debe replantearse la cotidianidad y la carga de las responsabilidades. El trabajador social debe conocer el impacto que tiene el estrés generado por las condiciones ambientales para poder ayudar a la familia a encontrar alternativas para su afrontamiento. En este sentido queda la pregunta: ¿cómo es la incidencia del estrés en la dinámica familiar causado por las condiciones del contexto sociopolítico actual.

El estrés en la dinámica familiar es complejo como fenómeno porque va impactando en: (a) la responsabilidad de proveer protección y seguridad de la familia; (b) la capacidad de cubrir las necesidades básicas de la familia; (c) el desarrollo de las aspiraciones y proyectos individuales de los miembros de la familia, (d) el ejercicio de la autonomía e independencia de los hijos.

Metodología

El estrés es considerado una de las causas de la mayoría de las patologías en el área de la salud que padece la población mundial. Adicionalmente, el estrés tiene incidencia en los estados de ánimo e interrelaciones sociales no tan favorables, tanto para la salud personal como la salud del grupo familiar. En este sentido, en este trabajo hemos adoptado la concepción del estrés descrita por Grau, Martín y Portero (1993) como un proceso de transacción que ocurre entre el individuo y el medio. Es decir, el estado de conflicto o carga que tiene el individuo para el afrontamiento de situaciones cotidianas sociales, económicas, políticas, culturales, humanas en general que sobrepasan su capacidad de respuesta y solución.

Por otro lado, apenas empiezan a aparecer programas para el afrontamiento del estrés en Venezuela como respuesta a la preocupación de las unidades de atención psicológica, psicólogos, médicos sobre enfermedades, estados emocionales depresivos y el aumento de casos de suicidios. El diagnóstico del estrés generalmente parte de una entrevista en la que las personas manifiestan una serie de preocupaciones y síntomas que, en la mayoría de los casos, describen como ansiedad y depresión ante la situación y el contexto sociopolítico del país.

La ausencia de estudios actuales, en el momento que se empezó esta investigación, en Venezuela sobre el estrés y de estadísticas nos condujo a realizarnos algunos planteamientos que dieran consistencia y seriedad a nuestro estudio. Es decir, no asumimos a priori el estrés como condición social de forma uniforme. En este orden de ideas, nuestra investigación previamente se vio obligada previamente a:

- a) Identificar los factores que actualmente el venezolano percibe como estresante.
- b) Identificar los niveles de vulnerabilidad al estrés en los venezolanos.

- c) Identificar los niveles de depresión en los individuos que presentaron vulnerabilidad al estrés.
- d) Identificar los niveles de afrontamiento del estrés en los venezolanos.
- e) Identificar cómo es la afectación del estrés en la dinámica familiar.

En esta fase previa, los investigadores han contado con la ayuda de expertos adjuntos al departamento de orientación de la Universidad de Carabobo, que de forma gratuita colaboraron con la elección de una batería de test pertinentes al tema, su adaptación e interpretación.

La segunda fase se desarrolló a partir de entrevistas y una experiencia de afrontamiento en un grupo de familia que manifestaron su disposición para la realización de tres sesiones para mejorar la dinámica familiar

Tipo de investigación

Investigación es de campo: Hernández, Fernández y Baptista (1998), la conceptualiza como aquella que tiene por objeto el medir e identificar aspectos relevantes que permitan describir o caracterizar los hechos y eventos dentro del contexto. En este orden de palabras, el estudio se realizó a partir de la aplicación de una serie de test, entrevistas y experiencias de afrontamiento que permitan la descripción de la vulnerabilidad al estrés de la familia venezolana y su capacidad de afrontamiento.

En conclusión, la presente investigación de campo tiene el fin de describir los niveles de estrés que afrontan las familias venezolanas y su incidencia en la dinámica familiar.

Nivel de investigación

Nivel exploratorio: Palella y Martins (2006) describen este nivel de investigación como aquella que se realiza en temas que han sido poco estudiados o aún no lo han sido. En este sentido, el estrés, aunque ha sido referido en diversos

medios de prensa, boletines médicos, aparece como dato epidemiológico y no se haya algún estudio científico sobre su incidencia en la dinámica familiar en el contexto sociopolítico actual. Es decir, que esta investigación pretende dar parte a la necesidad sobre una nueva realidad que no ha sido estudiada.

Por otra parte, la mayoría de las iniciativas van dirigidas a la atención individual de las personas que padecen el estrés, y no su afrontamiento como grupo familiar, es por esto, que esta investigación sería un aporte al conocimiento sociológico venezolano.

Población y muestra de estudio

Población: De Barrera (2008), define la población como un: «conjunto de seres que poseen la característica o evento a estudiar y que se enmarcan dentro de los criterios de inclusión. De acuerdo a esta definición y en correspondencia al objetivo de esta investigación, hemos tomado la decisión de delimitar los sujetos de estudio para este estudio de acuerdo a los siguientes criterios: (a) sujetos que vivan y pertenezcan a una familia de tres o más integrantes; (b) sujetos que no padezcan una enfermedad crónica o algún padecimiento que aumente su tendencia al estrés; (c) sujetos que no reciban remesas de divisas en dólares de familiares en el extranjero y (d) sujetos que se encuentren en los estratos económicos C y D utilizados por la ENCOVI y el criterio CISOR:

Muestra: de acuerdo con los criterios que se utilizaron para definir la población la muestra fue tomada en las comunidades populares de Petare, El Paraíso y San Martín ubicadas en la Gran Caracas. La muestra es no probalística, sin embargo, se utilizó la relación 1:10 y 1:100, para establecer la aparición de los rasgos medidos en los test y en las entrevistas en la muestra y población elegida.

La distribución de la muestra corresponde a las dos fases de la investigación:

Muestra de la primera fase: aplicación de batería de los tres test. Se tomaron 100 personas que cumplieran los criterios de la población de forma aleatoria, distribuidas en 50 mujeres y 50 hombres. A este grupo también se le aplicó una encuesta sencilla para determinar que factor sociopolítico consideran ocasiona mayor estrés.

Muestra de la segunda fase: entrevistas a grupos familiares. Se tomaron 10 familias correspondiente a 10 sujetos que en la aplicación de la batería de test mostraron vulnerabilidad al estrés.

Análisis de las entrevistas realizadas a los grupos familiares

– Percepción de la situación actual del país

La percepción del grupo familiar sobre la situación del país es definida como una dictadura donde no existe la libertad. Por otra parte, la gestión del gobierno ha generado miseria y mucha inseguridad. La situación del país es considerada por las familias entrevistadas inhumana, porque no garantiza los derechos fundamentales para vivir con dignidad.

– Factores de preocupación

Los factores que más preocupan a la familia es el acceso a la alimentación y a las medicinas. La preocupación por el acceso a la alimentación se extiende al resto de la familia que no comparte el medio íntimo familiar, siendo una situación que no se puede solventar como en tiempos pasados era posible en el país.. Aunque los miembros no tienen patologías crónicas, les preocupa no poder resolver una situación de salud que aparezca, por ejemplo, algo tan simple como los refriados.

– Sentimiento que define su estado de ánimo.

El sentimiento es de impotencia, dolor y angustia por no poder resolver el problema de la

alimentación, las medicinas y las pocas posibilidades de futuro de los hijos. En algunas entrevistas se describe como un sentimiento de “desesperación”: “cuando no tengo nada que darles a los niños me desespero y no sé que hacer”.

– **Percepción de solución**

La percepción de cambio o solución es negativa. No ven una solución a mediano plazo. En el 2014 y 2017 tuvieron la esperanza de que podía cambiar, pero las familias sienten que han sido defraudados. Los políticos son percibidos como inconstantes: “dejan que las cosas se enfríen y uno queda cansado de las marchas”.

– **Incidencia de la situación en el núcleo familiar.**

Estados de irritación que no permite llevar con armonía la relación de pareja, la atención adecuada a los hijos. La comunicación se vuelve hostil y lejana. La posible separación causada por la emigración para poder resolver la situación de escasez e inflación.

- **Factor más afectado en la dinámica familiar**

La comunicación es el factor más afectado en la dinámica familiar. Esto empeora la distribución de las tareas y la responsabilidad en el hogar. También hace difícil la búsqueda de soluciones a los problemas de la cotidianidad.

- **Descripción del ambiente familiar**

El ambiente familiar se describe tenso e irritante. La convivencia está rota y no es fácil llegar a un consenso en las responsabilidades de la casa. La pareja se percibe como no comprendida.

- **Búsqueda de ayuda profesional**

No, se ve negativa la ayuda profesional. Existe la idea que las terapias es para atender a personas con problemas mentales crónicos. Por otro lado,

se desconoce la existencia de la ayuda profesional para el estrés. Los servicios que existen para terapia familiar son costos para las familias de las zonas populares.

- **Herramientas que han ayudado a enfrentar el estrés en la dinámica familiar.**

La “fe en Dios” y “hablar con la familia”. La fe aparece como un elemento relevante en las entrevistas y en los test. Aunque no existe una práctica religiosa constante, la oración y elevar el pensamiento a Dios se convierten en fuente de esperanza y de ánimo para lidiar con las situaciones estresantes. El diálogo con los familiares ayuda a sentirse acompañado, aunque no se reciba ayuda material de la familia, los gestos de solidaridad dan resistencia para resolver los problemas y ayuda a evitar la depresión y los estados de ansiedad.

- **Soluciones posibles para enfrentar el estrés en la dinámica familiar**

Las familias entrevistadas ven tres soluciones fundamentales para afrontar el estrés en la dinámica familiar: (a) permanecer unidos, evitar la separación causada por el movimiento migratorio; (b) mejorar la comunicación, disminuir las peleas y ponerse de acuerdo en las cosas de la casa; (c) invertir cuando sea posible en momentos de disfrute familiar.

Conclusiones

El camino recorrido en esta investigación nos ha permitido tener un conocimiento que ha superado las expectativas que nos planteamos inicialmente. En este sentido, nuestras conclusiones e incluyen los conocimientos obtenidos a lo largo del trabajo realizado.

La realidad sociopolítica actual del país es un factor determinante en el padecimiento del estrés en los ciudadanos, especialmente en aquellos que sus condiciones socio-económicas

estaban entre los niveles medios y medio-bajo de acuerdo a los criterios de la ENCOVI.

La percepción de la familia sobre la situación actual es negativa, esto, adicionalmente se convierte en un factor que genera estrés, porque no se ve salida pronta o superación de las situaciones de vulnerabilidad social.

En general la percepción sobre el Estado y el gobierno es de opresión, imposición, control y dominación de los espacios públicos y privados de la sociedad venezolana.

El factor socioeconómico que más afecta a las familias es el acceso y la calidad de la alimentación. El hambre aparece como una novedad en la historia de los grupos familiares, antes lograban resolver o la familia extensa tenía formas de apoyo. El problema del alimento en las entrevistas no solo aparece como una dificultad para su obtención, sino que, además limita la vida social y familiar como espacios de convivencia e intercambio afectivo.

La inseguridad es un factor que tiene mayor incidencia en la población joven porque limita sus posibilidades de las relaciones de amistad y distensión.

El agravamiento de la situación con los servicios públicos de la electricidad y el agua han aumentado los niveles de estrés en los individuos, la familia y su dinámica.

Las mujeres presentan una menor vulnerabilidad al estrés, los indicadores que tienen que ver con el estilo de vida, el apoyo familiar son una fortaleza en la mayoría de ellas.

En la muestra femenina estudiada un solo caso aparece como depresivo, la reevaluación positiva de las situaciones estresante es una tendencia frente a la confrontación, la huida-evasión y el distanciamiento.

En la muestra femenina la reevaluación tiene como factor de impulso los hijos, la manera en proveerles un futuro.

Los hombres muestran más vulnerabilidad al estrés que las mujeres. El estilo de vida es un factor muy débil en la muestra masculina.

Los casos de depresión son pocos, pero superan los encontrados en las mujeres. La exposición a los sentimientos es un factor muy reducido, existe una tendencia a la huida-evasión y distanciamiento en los hombres.

El autocontrol es mayor en las mujeres en relación con los hombres. Sin embargo, en el test no se puede hablar de confrontación como modo de afrontamiento en los hombres.

Los modos de afrontamiento al estrés con mayor rango es el apoyo social, presente en el apoyo de la familia, amigos y vecinos, junto con los valores-creencias aparecen como característicos de los individuos y la familia venezolana.

La reevaluación positiva de las situaciones como modo de afrontamiento se realiza a partir de los valores-creencias y no del análisis racional-lógico de los eventos.

Las familias están abiertas a recibir ayuda para el afrontamiento del estrés, sin embargo, introducir una planificación familiar horarios, tareas y rutinas no es tan fácil.

El programa de afrontamiento arrojó resultados muy positivos, el éxito fue la introducción de pequeñas actividades y su inclusión paulatina en la rutina familiar. Es decir, se pasó de lo ocasional a lo constante como actividad.

Existe una contradicción entre la expresión y queja de sufrir estrés y el resultado de los test. Los niveles de estados de estrés y depresión deberían de ser mucho más altos. Sin embargo, los individuos en su mayoría estuvieron en niveles moderados y seriamente vulnerables al estrés. Los casos de extremadamente vulnerables eran pocos. En este sentido, llama la atención a la reevaluación de las situaciones por medio de la fe cristiana y el buen humor. Aunque no ahondamos en estos dos elementos, serían interesante

profundizar su incidencia en el afrontamiento al estrés.

En particular el buen humor apareció como un modo de afrontamiento que no está contemplado en los test o los indicadores evaluados. Porque a simple vista, el buen humor, puede interpretarse como una banalización de la situación o de los problemas, pero en las entrevistas aparece como una forma de reevaluación positiva

Referencias bibliográficas

- Anastasi, A. (1990). *Evaluación psicológica*. Nueva York: Macmillan.
- Bonfil, S. (2016). *Estrés de los estudiantes de enfermería en las prácticas clínicas: diseño y efectividad de un programa de intervención* (tesis de doctorado). Universitat Rovira i Virgili, Cataluña.
- Escuela de Trabajo Social (1994). *Reforma curricular para la Escuela de Trabajo Social*. Caracas: UCV.
- Heredia, D., Piemontesi, S., Furlan, L. y Coker, H. (2008). Adaptación del inventario alemán de ansiedad frente a los exámenes: GTAI-A. *Evaluar*, 8: 46-60.
- Lazarus, R (2000). *Estrés y Emoción. Manejo e implicaciones en nuestra salud*. Bilbao: Desclée de Brouwer.
- Lazarus, R. (1986). *Estrés y procesos cognitivos*. Barcelona: Martínez Roca.
- Limonero, J., Gómez-Romero, M., Fernández-Castro, J. y Tomás-Sabado, J. (2012). Influencia de la Inteligencia Emocional percibida en el estrés laboral de enfermería. *Psicología Conductual*, 19(2-3):223-234.
- Limonero, J., Gómez-Romero, M., Fernández-Castro, J. y Tomás-Sabado, J (2013). Estrategias de afrontamiento resilientes y regulación emocional: Predictores de satisfacción con la vida. *Psicología Conductual*, 20(1): 183-196.
- Lisboa, C., & Spadoti, R. (2004). Estresores en una unidad post-operatoria de cirujía torácica. Evaluación de enfermería. *Latino-am Enfermagem*, 12 (1): 22-27.
- Macías, M., Orozco, C., Amaris, Ml y Zambrano, J., (2013). Estrategias de afrontamiento individual y familiar frente al estrés psicológico. *Psicología desde el Caribe*, 30(1). Recuperado de: <http://rcientificas.uninorte.edu.co/index.php/psicologia/article/view/2051/6906>
- Marine, A., Ruotsalainen J., Serra, C. y Verbeek, J. (2007). Prevención del estrés laboral en los trabajadores de la atención sanitaria. *Biblioteca Cochrane Plus*, 4: 595-607.
- Martín, M. (2004). La evaluación psicológica del dolor. Estrategias para nuestro medio. *Psicología de la Salud en Colombia*, 3: 66-98.
- Minuchin, S. (2003). *Familias y terapia familiar*. Barcelona: Gedisa.
- Ojeda-Pérez, B., Ramal López, J., Calvo Francés, F. y Vallespín Montero, R. (2001). Estrategias de afrontamiento al estrés y apoyo social. *Psiquis*, 22(3): 155-168.
- Organización Mundial de la Salud (2013). *Proyecto de acción integral sobre salud mental 2013-2020*. Ginebra: OMS.
- Sarmiento, R. (2016). Trastorno de estrés postraumático, ansiedad y depresión en adolescentes y adultos expuestos al conflicto armado en Colombia 2005-2008. *Medicina*, 38(113): 134-156.
- Sierra, J., Ortega, V. y Zubeidat, I. (2003). Ansiedad, angustia y estrés: tres conceptos a diferenciar. *Revista Mal-Estar e Subjetividade*, 3(1): 10-59.
- Solano, A., y Espinoza, L. (2017). La dinámica familiar y su relación con el rendimiento académico de los beneficiarios de la ONG The Peru Children's trust-Huancayo (tesis de pregrado). Universidad Nacional del Centro del Perú, Perú.

Taylor, S. J. y Bodgan, R. (1986), *Introducción a los métodos cualitativos de la investigación*. México: Editorial Paidós.

Toledo, U. (2004). ¿Una Epistemología del Trabajo Social? Cinta de Moebio. *Revista de Epistemología de Ciencias Sociales*, (21). Recuperado de: <http://revistaderechopublico.uchile.cl/index.php/CDM/article/view/26122/27421>