



Universidad Autónoma del Estado de México
Facultad de Ciencias de la Conducta



**ESTILOS Y ESTRATEGIAS DE AFRONTAMIENTO EN ADOLESCENTES DE NIVEL
MEDIO SUPERIOR DE LA UAEM**

BORRADOR DE TESIS

**QUE PARA OBTENER EL TITULO DE
LICENCIADA EN PSICOLOGIA**

PRESENTA

VANESSA MENDOZA CARMONA

NUMERO DE CUENTA: 1222615

ASESOR

DRA. EN C.S. ROSALINDA GUADARRAMA GUADARRAMA

TOLUCA, MÉXICO

MAYO 2018

RESUMEN

El objetivo general de la presente investigación fue describir los estilos y estrategias de afrontamiento en adolescentes de nivel medio superior de la UAEM, a través de la aplicación de la Escala de Afrontamiento Adolescente (ACS) desarrollada por Frydenberg y Lewis (1993), adaptada a 80 ítems por Canessa (2002), la cual permite evaluar 18 estrategias y 3 estilos de afrontamiento. Además se incluyó una pregunta abierta para identificar los problemas que perciben los adolescentes.

La escala se aplicó a un total de 635 alumnos de las preparatorias de la UAEM de 15 a 16 años, de los cuales 268 eran hombres y 367 mujeres con los requerimientos que da la escala así como el asentimiento y consentimiento informado para estar dentro de la aplicación. Se procesaron los estilos y estrategias de afrontamiento por sexos y situación académica; así mismo para la pregunta abierta se calcularon porcentajes.

De acuerdo a los resultados obtenidos se encontró que los estilos de afrontamiento tanto hombres como mujeres se enfocan en mayor medida en resolver el problema, sin embargo a veces llegan a usar el afrontamiento con referencia a otros y al no productivo. En las mujeres predomina igualmente el afrontamiento en resolver el problema y dentro del rango de algunas veces el no productivo y el referencia a otros.

Así mismo con las estrategias en hombres irregulares y regulares se encontró que empelan diferentes estrategias de afrontamiento; en cuanto a las mujeres las estrategias diferentes entre las regulares e irregulares son reducción de tensión, ignorar el problema, no afrontamiento, invertir en amigos íntimos y concentrarse en resolver el problema.

En cuanto a la pregunta abierta se encontró como los hombres y las mujeres perciben distintas situaciones estresantes pero coinciden en que la escuela, la familia, así como los cambios que surgen a partir de la adolescencia son situaciones a enfrentar continuamente.

Finalmente, al concluir esta investigación, se describieron no sólo los estilos y estrategias de afrontamiento, sino además los problemas a los que se enfrentan en mayor medida desde la perspectiva de los adolescentes.

PRESENTACIÓN

El presente trabajo de investigación es producto del interés por la parte esencial de la adolescencia que es el proceso para enfrentar y salir de las problemáticas de estudiantes que reciben las herramientas necesarias para ser ciudadanos funcionales en la sociedad que les exige un crecimiento y aun así colocan dificultades para el progreso educativo. Es por ello que se realizó este estudio para describir las estrategias y estilos de afrontamiento, además de los problemas a los que se enfrentan los adolescentes, que son parte del nivel medio superior de la UAEM.

El afrontamiento en la adolescencia se denota importante en esta etapa para que al enfrentar el estrés les permita tener salud psicológica y física, esto debido a que es parte del proceso de adaptación, además de que los problemas que les provocan estrés son parte del ambiente en el que tienen que aprender a desarrollarse.

Por lo anterior es que el trabajo de investigación se estructura de la siguiente manera, la primera es lo referente al afrontamiento y como se ha desarrollado el estudio de este a través de los años, así como los recursos y funciones. Así mismo se da la clasificación de los estilos y las estrategias de acuerdo a Lazarus y Folkman que es el punto de partida para Frydenberg y Lewis.

En el segundo apartado se describe lo referente al estrés desde su proceso por el cuerpo humano hasta las enfermedades psicosomáticas que puede provocar. También se encuentran las problemáticas frecuentes a las que se enfrentan los adolescentes divididas en el desarrollo físico, psicológico y social, así como las conductas de riesgo que hay en esta etapa.

El tercer apartado, se refiere al método de investigación que da estructura al estudio, por lo que contiene el planteamiento de problema, los objetivos, la descripción de las variables que se estudiaron así como la escala que se utilizó y el procesamiento que se llevó a cabo para la aplicación, calificación y la obtención de los resultados.

Seguido de lo anterior y cuarto apartado se encuentran los resultados, donde se encuentran las tablas por sexo y por situación académica dividida entre hombres y

mujeres de los estilos y estrategias de afrontamiento. También se encuentran los gráficos de los problemas percibidos por los adolescentes de acuerdo al sexo.

En la quinta parte se ubica el análisis realizado de acuerdo a los resultados obtenidos y las implicaciones teóricas que hay alrededor del afrontamiento y el estrés en la adolescencia así como las consecuencias que tienen.

En relación al sexto apartado se presentan las conclusiones a partir de la investigación y los objetivos planteados, donde se describe como hay diferencias entre hombres y mujeres a partir de su estilo de afrontamiento y el tipo de estrategias que utilizan para resolver o no los problemas a los que se enfrentan cada día dentro de su desarrollo biológico, psicológico y social.

Las sugerencias presentadas en el séptimo apartado, dan pauta a nuevas investigaciones que proporcionarían mayor información acerca del estrés y afrontamiento en la adolescencia, denotando la amplitud del tema.

En la última parte, se encuentran las referencias bibliográficas que dan sustento teórico a esta investigación. Además de la Escala de Afrontamiento Adolescente (ACS) ocupada para la realización de esta investigación realizada por Frydenberg y Lewis, así como la pregunta que dio oportunidad de conocer las problemáticas frecuentes en los adolescentes.

Para finalizar, el afrontamiento y el estrés en la adolescencia son cotidianos en el adolescente debido a que en su desarrollo tienen que adaptarse a la vida adulta, por lo que tiene que aprender a emplear las estrategias que les permitan resolver de manera activa las problemáticas o no y tener que enfrentarse a enfermedades psicosomáticas.

ÍNDICE

INTRODUCCIÓN.....	8
MARCO TEÓRICO.....	10
CAPITULO I. AFRONTAMIENTO.....	10
1.1. Antecedentes del estudio del afrontamiento.....	10
1.2. Conceptos básicos.....	11
1.2.1 Adolescencia.....	11
1.2.2 Afrontamiento.....	12
1.2.3 Estrategias de afrontamiento.....	12
1.2.4 Estilos de afrontamiento.....	13
1.3. Funciones del afrontamiento.....	13
1.4 Recursos del afrontamiento.....	13
1.5. Teorías y modelos que sustenta los estilos y estrategias de afrontamiento.....	14
1.6. Clasificación de los estilos y estrategias de afrontamiento.....	15
1.6.1 Clasificación propuesta por Lazarus y Folkman.....	15
1.6.2 Clasificación propuesta por Frydenberg y Lewis.....	15
1.7. Los estilos y estrategias de afrontamiento en la adolescencia.....	18
1.8. Educación medio superior como parte de la salud pública.....	21
CAPITULO II. ESTRÉS EN LA ADOLESCENCIA.....	23
2.1. Definición de estrés.....	23
2.2. Respuestas del estrés.....	23
2.3 Tipos de estrés.....	25

2.4 Fases del estrés	26
2.5 Variables moduladoras de la respuesta del estrés	26
2.6 Condiciones Ambientales generadoras de estrés	27
2.7 Situaciones que provocan estrés en la adolescencia	28
2.7.1 Crecimiento y Desarrollo.....	29
2.7.4 Conductas y factores de riesgo.....	37
MÉTODO.....	39
- Planteamiento del problema.....	39
- Pregunta de investigación	40
- Objetivos	39
- Variables.....	41
- Participantes	44
- Instrumento.....	44
- Diseño de investigación.....	45
- Captura de información.....	45
- Procesamiento de información	46
<hr/>	
RESULTADOS.....	47
Tabla 2: Estilos de afrontamiento de acuerdo al sexo.....	47
Tabla 3: Estrategias de afrontamiento de acuerdo al sexo	48
Tabla 4: Estrategias de afrontamiento en hombres de acuerdo a su situación académica.....	49
Tabla 5: Estrategias de afrontamiento en mujeres de acuerdo a la situación académica.....	51

Tabla 6: Estilos de afrontamiento en hombres de acuerdo a la situación académica.....	52
Tabla 7: Estilos de afrontamiento en mujeres de acuerdo a la situación académica.....	53
Gráfico 1: Problemáticas frecuentes de las mujeres	54
Gráfico 2: Problemáticas frecuentes percibidas por los hombres	55
DISCUSIÓN.....	56
CONCLUSIONES.....	62
SUGERENCIAS	65
REFERENCIAS.....	66
APENDICE	73
APENDICE A INSTRUMENTO ACS (Adolescent Coping Scale)	73
APENDICE B CONSENTIMIENTO Y ASENTIMIENTO INFORMADO	77

INTRODUCCIÓN

En la etapa de la adolescencia, el individuo se enfrenta a situaciones estresantes y conflictos que requieren ser enfrentados para lograr una adaptación efectiva con el desarrollo de estrategias de afrontamiento, como una manera de enfrentarse de manera activa (Monat y Lazarus, 1991). Debido a que con la adolescencia llegan cambios biológicos, psicológicos y con ello comenzar a cumplir un nuevo rol social (Frydenberg y Lewis, 1991), se encuentra entre la niñez y la edad adulta (Pineda y Aliño, 2002), comienza con la pubertad y permite al joven encontrar el control en su vida y alcanzar su autonomía (Weissmann, 2005). Es por ello que el adolescente requiere conocer sus estrategias de afrontamiento y el estilo predominante, ya que al ser de tipo cognitivas y afectivas son aplicadas para dar desenlace situación estresante que está presentando. Las estrategias de afrontamiento se vuelven eficaces al contribuir al bienestar fisiológico, psicológico y social de la persona (Snyder, 1999).

Frydenberg y Lewis (1993) mencionan que el afrontamiento es un constructo psicológico que debe ser abordado como objeto de estudio para la investigación psicológica, en virtud de que los estilos de afrontamiento son determinados por las estrategias, y estas últimas al ser resultado de experiencias previas de los individuos en una situación problemática, se ponen en marcha como acciones concretas.

Del Barrio (2003) considera que indagar las estrategias y los estilos de afrontamiento en adolescentes permite una interpretación de su conducta y con ello saber si puede desarrollar una enfermedad somática o psicológica. Además, de que dan una idea de cómo el individuo se enfrenta, por ejemplo: a controlar la situación o los factores desencadenantes involucrando con ello, la resolución de problemas, la reapreciación positiva, el autocontrol y la autorregulación.

De acuerdo a lo anterior se considera que las estrategias y estilos de afrontamiento están ligadas a la conducta que el adolescente tiene, ya que están determinados por experiencias previas, la vida personal, la cultura y el nivel de dificultad que perciben de la situación, lo cual le permite o no afrontar de manera activa y al ser así le trae una vida de calidad para el individuo (Monat y Lazarus, 1991; Johnson y Johnson, 2002).

Una investigación realizada por Martín, Lucas y Pulido (2011) plantearon la comparación entre hombres y mujeres de los estilos y estrategias de afrontamiento y han encontrado diferencias significativas, y estas diferencias podrían dar pauta a saber si alguno de los dos sexos puede desarrollar alguna enfermedad somática, generada por el estrés de conseguir buenos resultados e incluso tomar decisiones a futuro.

Otra investigación realizada por Viñas, González, García, Malo y Casas (2015), donde encontraron, dentro de la relación del bienestar social y el afrontamiento, que las mujeres tienden a apoyarse en otras personas para buscar solución a su problemática, sin embargo, los hombres evaden el problema con otras actividades.

Sin embargo, a partir de una investigación documental realizada previamente se ha podido encontrar que en México, no existen muchas investigaciones que evalúen el afrontamiento en los adolescentes y se les haga saber porque es importante afrontar de manera activa una problemática.

Por tanto, los objetivos que propone este trabajo de investigación son: a) evaluar, comparar y describir los estilos y estrategias de afrontamiento entre hombres y mujeres en adolescentes del nivel medio superior.

Para lograr este objetivo se utilizó la Escala de Afrontamiento Adolescente (ACS) de Frydenberg y Lewis (1993).

MARCO TEÓRICO

CAPITULO I. AFRONTAMIENTO

1.1. Antecedentes del estudio del afrontamiento

Los primeros estudios relacionados con el afrontamiento fueron los de A. Freud (1937; cit. Galor y Hentschel, 2013), en los que en su modelo topográfico, describe el yo dividido en dos facetas: una que incluye el conocimiento del mundo exterior y su adaptación a la realidad y la otra faceta es un sistema de mecanismos de defensa del yo que protege contra el mundo interno inconsciente. Los mecanismos de defensa actúan como expresión alternativa a los conflictos que posibilitan la autoprotección se sentimiento, pensamientos, deseos y miedos displacenteros.

El afrontamiento estudiado desde la década de los sesenta se relacionó con las situaciones que causan alteraciones en el ser humano. Lazarus en su libro “Psychological Stress and the Coping Process”, en el cual explica los procesos cognitivos que se desarrollan mientras el individuo sufre una situación estresante (Lazarus, 1966; cit. Soriano, 2002). También, Lazarus considera al afrontamiento como las estrategias para enfrenar las amenazas.

En 1970, Lipowski (Cit. Soriano, 2002) comienza con su trabajo de afrontamiento en la evitación hacia la situación estresante, basándose en la focalización de la reacción cognitiva y fisiológica, y con ello la integración de los procesos cognitivos y actividades motoras que se emplean para preservar el organismo y mejorarse de la enfermedad.

Mechanic (1978; cit. Soriano, 2002), considera al afrontamiento como las conductas instrumentales y capacidades de solución cognitiva de las personas para cumplir demandas o metas. Además para Pearlin y Schooler (1978; cit. Soriano, 2002) el afrontamiento es la respuesta ante la tensión provocada por el exterior para prevenir o controlar el distrés emocional.

Lazarus en 1984 junto con Folkman (cit. Soriano, 2002) desarrolló un trabajo en el que definió al afrontamiento como los esfuerzos conductuales y cognitivos con cambios constantes que son desarrollados por el individuo para manejar las demandas externas y/o internas a través de una evaluación como excedentes o desbordantes.

Dentro el estudio del afrontamiento también se encontró el estudio del estrés comenzando en los años 30 con Selye que comenzó su estudio desde su área endocrinológica con la comunicación hormonal del cuerpo humano (Sapolsky, 1995; citado por Crespo y Labrador, 2003), que constituye el Síndrome General de Adaptación compuesto de distintas fases que permiten o no superar o afrontar una situación.

En 1991, Lazarus y Monat señalan que el afrontamiento es el modo en el que un sujeto se adapta de manera activa a una situación. Además de que el afrontamiento está en función de las habilidades y los recursos sociales con los que cuenta el individuo para resolver el problema, en función de varios estilos y estrategias.

En 1993 Frydenberg y Lewis comienzan con el estudio del afrontamiento como competencia psicosocial, en el que se incluye un tercer estilo de afrontamiento a la escala ya elaborada por Lazarus.

1.2. Conceptos básicos

1.2.1 Adolescencia

Es una etapa que inicia con los cambios puberales y se caracteriza por los cambios biológicos, psicológicos y sociales, en donde se genera una adaptación e independencia psicológica y social (Pineda y Aliño, 2002). Según la OMS ésta transcurre entre los 10 y 19 años, y a su vez considera la adolescencia temprana (10 a 14 años) y tardía (15 a 19 años). Sin embargo para Powell (1975, citado por Arteaga, 2005) es una fase donde la emotividad crece como consecuencia de la compleja interacción de los factores culturales, sociales, biológicos y físicos que actúan sobre el adolescente.

1.2.2 Afrontamiento

El estrés es manejado a través de respuestas conductuales y psicológicas, debido a que estas como parte del afrontamiento que es un vínculo entre la situación problemática y las respuestas a ella. (Fleming, Baum y Singer, 1984; cit. Garay, et. al., 2012). El afrontamiento visto desde el punto de vista de Lazarus y Folkman (1980; cit. Monroy, 2007) y Mochales y Gutiérrez (2000: cit. Monroy, 2007) es entendido como un esfuerzo para manejar el estrés psicológico, dicho esfuerzo puede ser cognitivo o conductual, que cambian de acuerdo a la situación.

McCubbin, Cauble y Paterson (1982; citado por Madariaga, Macías, Valle y Zambrano, 2013) consideran que los procesos de afrontamiento además de ser individualizados también son parte del ámbito social, esto último debido a que se vuelve un proceso en constante cambio que se determina por las nuevas interacciones entre el sujeto y su entorno con variaciones socioculturales. Entonces al considerar que el individuo interactúa constantemente con su entorno se ve sustentado en un enfoque cognitivo-fenomenológico.

1.2.3 Estrategias de afrontamiento

Las estrategias de afrontamiento son los procesos concretos ya sean psicológicos o conductuales que se utilizan en los diversos contextos y pueden ser cambiantes dependiendo de las condiciones desencadenantes (Fernández-Abascal, 1997; cit. Alcoser, 2012)

Las estrategias hacen referencia a las acciones cognitivas o conductuales que realiza el individuo durante el transcurso de un evento estresante y estas se asocian a condiciones del entorno (Buendía y Mira, 1993, citado por Enríquez, 2009).

1.2.4 Estilos de afrontamiento

Según Buendía y Mira (1993), los estilos son procedimientos con diferencias individuales a nivel de rasgo o tipo en los modos como las personas reaccionan ante el estrés, en diversas situaciones o en una misma situación en distintos momentos (Enríquez, 2009).

Para Frydenberg y Lewis los estilos de afrontamiento son las variables que están a disposición sobre la elección de las estrategias de afrontamiento.

1.3. Funciones del afrontamiento

Según Lazarus y Folkman (1984; citado por Cabanach, Freire, Rodríguez, Piñeiro, Valle, 2010), no solo es la resolución de problemas, sino que también tiene dos funciones que son la regulación de las emociones y la modificación de la relación entre el individuo y su contexto. Además de que la búsqueda de estrategias y que los resultados de estas sean positivas.

Para Mochales y Gutiérrez (2000) el afrontamiento toma el papel de mediador entre la situación estresante y la salud, ya que según como sea tomada y enfrentada la circunstancia estresante se hará una resolución provechosa o no que puede resultar en alguna enfermedad psicológica o somática (Monroy, 2007).

1.4 Recursos del afrontamiento

Lazarus y Folkman en 1986 (citado por Enríquez, 2009) plantearon los siguientes recursos que influyen en el afrontamiento:

- Salud y energía: estas como una manera de resistencia ante las situaciones problemáticas como parte del bienestar físico.

- Creencias positivas: estas favorecen al mantener la esperanza en las condiciones adversas y llegan a obstaculizar el afrontamiento.
- Técnicas para la resolución de problemas: se encuentran diversas habilidades para dar resultados útiles, como analizar situaciones, examinar y predecir posibilidades.
- Habilidades sociales: el comunicarse efectivamente o no influyen en el desarrollo de los planes de intervención en un grupo.
- Apoyo social: recibir este influye en el proceso de afrontamiento.
- Recursos materiales: estos facilitan el manejo de los factores estresantes.

1.5. Teorías y modelos que sustentan los estilos y estrategias de afrontamiento

Dentro de las teorías que sustentan el afrontamiento, están los siguientes modelos explicativos del estrés citados por Crespo y Labrador (2003):

- Modelos basados en la respuesta: Derivados de los trabajos de Selye, el estrés forma una respuesta a los estímulos estresores con respuestas generalizadas e inespecíficas que se producen en los diferentes organismos.
- Modelos basados en el estímulo: El estrés se convierte en una variable independiente que actúa sobre el individuo generando una demanda.
- Modelos procesuales o dinámicos: consideran que el estrés se origina por la relación que existe entre la persona y su entorno.

Esta última formulada por Lazarus y Folkman en 1987, postulan que el estrés forma parte del ambiente que influye sobre el sujeto y se presenta como un desequilibrio entre las demandas del sujeto y los recursos con los que cuenta.

Lazarus considera que la experiencia estresante es resultado de las transacciones entre la persona y su contexto. Estas transacciones dependen así del impacto del estresor ambiental, impacto mediatizado por la percepción del individuo del estresor y por los recursos previos obtenidos del contexto y personalidad para enfrentarse a la situación estresante.

Cuando alguien se enfrenta a una situación potencialmente estresante, en primer lugar realiza una evaluación primaria, es decir, un juicio acerca del significado de la situación para calificarla de estresante, positiva, controlable, cambiante o simplemente irrelevante. En el caso de ser percibida como estresora se hará una evaluación secundaria que determinará los recursos y opciones de que se tienen para hacer frente a la situación.

Los resultados de la evaluación inicial, se dirige a dos distintas direcciones, entre las estrategias orientadas al problema y las orientadas a la regulación emocional.

1.6. Clasificación de los estilos y estrategias de afrontamiento

1.6.1 Clasificación propuesta por Lazarus y Folkman

Las estrategias tomadas de acuerdo a estos autores, se toma después de una evaluación inicial:

- Estrategias orientadas al problema, es decir, comportamientos o actos cognitivos dirigidos a gestionar la fuente de estrés.
- Estrategias orientadas a la regulación emocional, es decir, orientadas a provocar un cambio en cómo es percibida y vivida la situación de estrés, regulando de manera más efectiva las reacciones emocionales negativas.

1.6.2 Clasificación propuesta por Frydenberg y Lewis

Un estilo de afrontamiento son las variables de disposición que influyen sobre la elección de las estrategias de afrontamiento, de acuerdo a ello las estrategias de afrontamiento representan acciones, esfuerzos cognitivos o conductuales puestos en

marcha ante un episodio estresante y que pueden variar a través del tiempo y del contexto atendiendo a la naturaleza del estresor.

Frydenberg y Lewis (1996) hacen una clasificación de los estilos de afrontamiento dentro de los cuales están:

- Estilo improductivo: a través de una combinación de estrategias improductivas de evitación se muestra una incapacidad empírica para afrontar los problemas. Abarca las siguientes estrategias: preocuparse, hacerse ilusiones, no afrontamiento, reducción de tensión, ignorar el problema, auto inculparse y reservarlo para sí.

- Estilo en relación con los demás: consiste en acercarse a otros para obtener apoyo. Abarca las siguientes estrategias: apoyo social, amigos íntimos, buscar pertenencia, acción social, apoyo espiritual y buscar apoyo profesional.

- Estilo enfocado en resolver el problema: radica en trabajar para resolver la situación problemática, manteniéndose optimista y relajado durante el proceso. Abarca las siguientes estrategias: concentrarse en resolver el problema, esforzarse y tener éxito, fijarse en lo positivo, diversiones relajantes y distracción física.

Los ítems se distribuyen en 18 escalas, cada una de las cuales refleja una respuesta de afrontamiento distinto y contiene entre 3 a 5 ítems. Describas a continuación:

- Buscar apoyo social: Consiste en la inclinación a buscar apoyo en la resolución de sus problemas, compartiéndolo con otros.
- Concentrarse en resolver el problema: Se dirige a una resolución a través de las distintas opciones que se presentan.
- Esforzarse y tener éxito: Se refiere al compromiso, ambición y dedicación.
- Preocuparse: Se construye a través de elementos que producen temor a lo que suceda en el futuro.
- Invertir en amigos íntimos: Consiste en la inclinación a buscar relaciones personales íntimas.

- Buscar pertenencia: Consiste en la preocupación por lo que los otros piensan y sus relaciones.
- Hacerse ilusiones: Estrategia expresada con elementos de esperanza de una salida positiva.
- Falta de afrontamiento: Consiste en la incapacidad personal para tratar un problema y el desarrollo de síntomas psicósomáticos.
- Reducción de la tensión: Estrategia con elementos que reflejan el intento por sentirse mejor.
- Acción Social: Consiste en dejar que otros conozcan la situación y conseguir ayuda a través de peticiones u actividades.
- Ignorar el problema: Consiste en rechazar la existencia del problema conscientemente.
- Auto inculparse: Indica a ciertos sujetos como los responsables de los problemas.
- Reservarlo para sí: Expresa como el sujeto huye de los demás para que no conozcan sus problemas.
- Buscar apoyo espiritual: Consiste en elementos que reflejen el empleo de la oración y creencia.
- Fijarse en lo positivo: Estrategia que busca lo positivo de las situaciones, viendo el lado bueno.
- Buscar ayuda profesional: Consiste en buscar la opinión de un profesional.
- Buscar diversiones relajantes: Se caracteriza por la búsqueda de actividades de ocio.
- Distracción física: Estrategia con elementos enfocados al deporte o a mantenerse en forma.

Tabla 1. Estilos y estrategias de afrontamiento

ESTILO	ESTRATEGIA
Resolver el problema	<ul style="list-style-type: none">• Concentrarse en resolver el problema• Esforzarse y tener éxito• Fijarse en lo positivo• Buscar diversiones relajantes• Distracción física
Afrontamiento en relación a los demás	<ul style="list-style-type: none">• Buscar apoyo social• Acción social• Buscar apoyo espiritual• Buscar ayuda profesional• Invertir en amigos íntimos• Buscar pertenencia
Afrontamiento improductivo	<ul style="list-style-type: none">• Preocuparse• Hacerse ilusiones• Falta de afrontamiento• Ignorar el problema• Reducción de tensión• Reservarlo para sí mismo• Auto inculparse

1.7. Los estilos y estrategias de afrontamiento en la adolescencia

Para Lazarus y Folkman (1984) una de las principales fuentes del afrontamiento es la salud y con ello la energía, ya que ellos consideraban que de esta manera se puede responder de manera más eficaz al estrés que se esté presentando en el momento, además de esta, la autoeficacia permite la capacidad de soportar las demandas y las consecuencias que llegue a provocar la situación estresante. Sin embargo, las

habilidades sociales que se relacionan con el apoyo social también son parte esto debido a que dan afecto y valoración de los que rodean al sujeto sobre él.

Richaud de Minzi (2006) considera que el afrontamiento como proceso incluye a la conducta y pensamiento del individuo en su contexto y con condiciones particulares, en un cambio continuo de acuerdo a las interacciones de su entorno como parte de las continuas estimaciones de las variables entre el individuo y su ambiente. Respecto a esto Lazarus y Folkman (1984) mencionaron que de acuerdo a la forma en la que se afronta va cambiando el contexto cambia ya que las estrategias al enfrentar un problema se ven afectadas por los factores culturales. Dwyer (2005) también considero que las diferencias en las expresiones del afrontamiento y de acuerdo a las expectativas de independencia y autonomía de la cultura tienen influencia sobre el estilo de afrontamiento. Además de acuerdo a lo estudiado por Cozarelli (1993; citado por Fantin, Florentino y Correché, 2005) los niveles altos de autoestima sirven de base para los efectos negativos que provoca el estrés.

El afrontamiento en los adolescentes contribuye a un bienestar integral (Snyder, 1999), además de que dan una idea más clara de la interpretación de la conducta adolescente ya que dice cómo es que controla las situaciones estresantes o los factores desencadenantes, además que de no hacerlo de manera positiva podría desarrollar una enfermedad somática o psicológica por falta de autocontrol o autorregulación (Del Barrio, 2003).

Relacionado con lo anterior Espinosa, Contreras y Esguerra (2009; citado por Contreras, Velázquez, Chávez, 2014) perciben que de acuerdo a la literatura los estilos de afrontamiento están estrechamente relacionados con los estados afectivos positivos y con ello con el bienestar integral del individuo donde se puede encontrar que según el tipo de estilo que use el adolescente tendrá un control sobre la situación problemática y así un estado optimista o asociarse a estados de ansiedad o de depresión. Según la Organización Mundial de la Salud (OMS) este último desorden afectivo multifactorial afecta a 350 millones de personas a nivel mundial, colocándose como la cuarta causa de discapacidad, además de que según esta misma organización las tasas de trastornos

depresivos es dos veces mayor en las mujeres que en los hombres (Bromet, Andrade, Hwang et al., 2011; citado por Contreras, Velázquez, Chávez, 2014).

Algunos estudios relacionados con el afrontamiento (Misra, Crist, Burat, 2003; Gonzalez y Landero, 2008), tomando la línea de la teoría transaccional, encontraron que al analizar este proceso y los aspectos multifactoriales el estrés es más elevado en las mujeres, así como los síntomas psicósomáticos.

Según lo planteado por Compas, Malcarne y Fondacaro (1998; citado por Morales y Trianes, 2010) en los niños y adolescentes, hay una correlación negativa entre el afrontamiento activo y los problemas conductuales, por lo que al usar las estrategias de afrontamiento de tipo emocional hay una correlación positiva con problemas conductuales.

Debido a lo anterior se hace una separación del afrontamiento entre hombres y mujeres en las investigaciones que se han realizado acerca de este tema. Fantín, Florentino y Correché (2005), en una relación del afrontamiento con los estilos de personalidad, encontraron que las mujeres buscan el apoyo social para enfrentar sus problemas, mientras que los hombres hacen más uso de ignorar el problema y la distracción física. Así mismo encontraron al correlacionar la personalidad con el afrontamiento que las personas que suelen ser extrovertidos, sociables, elocuentes y emocionales tienen a preocuparse cuando tienen problemas. Además una correlación negativa entre la falta de afrontamiento y una personalidad confiable, denotando que la sensitiva si tiene correlación con la falta de afrontamiento.

Además de acuerdo a lo estudiado por Terry (1994; citado por Fantin, Florentino y Correché, 2005) con ayuda del autoestima contra los efectos del estrés, el individuo desarrolla un sistema de autodefensa y vínculos con personas íntimas, por lo que tienden a utilizar en mayor medida estrategias con respecto a los demás y centradas en el problema que en las de evitación.

1.8. Educación medio superior como parte de la salud pública

La educación media superior es el nivel educativo con duración de dos a tres años, en que se adquieren las competencias necesarias para ingresar a un nivel superior y/o a la vida laboral. En la actualidad, este periodo educativo pretende preparar a los alumnos para aprender a vivir en la sociedad, así como ejercer una ciudadanía (Landeró, 2012). Relacionado con esto a nivel mundial, distintas organizaciones coinciden en que el bachillerato da la pauta al alumno para obtener las habilidades, aptitudes y conocimientos para ser ciudadanos participativos y productivos (Banco Mundial, 2005; CEPAL, 2006; UNESCO, 2005; OCDE, 2010; citado por Landeró, 2012)

En el año 2015 de acuerdo a la Dirección de Planeación, Programación, Evaluación y Estadística con información de los tabulados de la encuesta intercensal 2015, en Toluca el 23.3% de la población tenía de nivel de escolaridad a la educación medio superior, solo el 24.96% de esta población contaba con una educación superior, así como el número de alumnos en ese mismo año en el nivel medio superior eran de 39, 995 (INEGI, 2016; citado por Ayuntamiento de Toluca, 2017).

Los adolescentes actualmente representan el 30% de la población por lo que su salud repercute en el movimiento de la salud pública, es por ello que se implementan programas de atención a la salud de los jóvenes así como a la mejora de la educación que promuevan el bienestar dentro y fuera de la escuela. Además, se ha encontrado que entre mayor sea el nivel de estudios mejor es la calidad de vida de los individuos ya que se perciben más saludables de acuerdo a como aumenta su escolaridad y con ello su nivel socioeconómico (Hernández, 2011). Por lo tanto el nivel educativo favorece la salud física y mental, así como el bienestar y la longevidad. Relacionado con el afrontamiento se puede encontrar que este repercute en el bienestar de los individuos, ya que un afrontamiento que evade el problema provoca estrés provoca enfermedades de tipo físico y mental.

En el proceso de afrontamiento, se considera la interacción simbólica del contexto socio-cultural como parte de una realidad simbólica unida por el lenguaje, que genera en el individuo un comportamiento que cambia a través de los nuevos esquemas o

representaciones mentales de acuerdo son el contexto y las nuevas interacciones con las instituciones a las que pertenece (Blanco, 1995; citado por Madariaga, Macías, Valle y Zambrano, 2013)

Distintos autores como Ludwick-Rosenthal y Newfeld (1988), Reistrer, Beckham, May y Gustalfson (1991) coinciden en que al sujeto se le debe elaborar programas de entrenamiento de inoculación que dotan de herramientas para tener una resistencia más fuerte ante el estrés, al controlar las reacciones, lo que permitiría la formación de estrategias de afrontamiento claras (Jarris, 1984; citado por Ocaña, 1998). Respecto a esto en el modelo educativo en México promueve un acompañamiento de los docentes con un apoyo que evite el abandono escolar tomando en cuenta el uso de las emociones y la cognición para un buen aprendizaje debido a las interacciones en el aula que da la construcción e intercambio de conocimientos, conductas y procesos de pensamiento (Secretaría de Educación Pública, 2016).

En México, la salud mental de acuerdo a la ley es el bienestar en el funcionamiento de los aspectos cognoscitivos, afectivos y conductuales, hasta el despliegue de sus potenciales individuales que repercuten en la convivencia, el trabajo y la recreación a partir del diagnóstico, conservación y mejoramiento de la salud mental (Becerra-Partida, 2014).

CAPITULO II. ESTRÉS EN LA ADOLESCENCIA

2.1. Definición de estrés

Estrés desde una perspectiva ambientalista por Holmes y Rahe (1937; citado por Oblitas, 2010) considera que son situaciones indeseables pero que requiere un ajuste y que significan cambio. De acuerdo a esto Lazarus y Folkman (1986; citado por Berrío y Mazo, 2011) en su modelo transaccional, ven al estrés como una interacción entre los procesos cognitivos y los cambios en el entorno, que lleva a una adaptación humana y animal.

La tensión, el nerviosismo, cansancio, inquietud y sensaciones similares son parte de las experiencias que dan la interpretación al fenómeno del estrés (Martínez y Díaz, 2007).

En 1936 Hans Selye publicó un libro llamado *The stress of life*, donde definió al estrés como la suma de los efectos inespecíficos de factores de la actividad normal, drogas, agentes que producen enfermedades, etc. que actúan sobre el organismo (Selye, 1960; citado por Oblitas, 2010). Con ello la exposición continua al estrés produce un debilitamiento en el organismo y por tanto su capacidad defensiva haciendo al cuerpo más propenso a adquirir enfermedades (Kiecolt-Glaser y Glaser, 1986; Schneiderman, 1983; citado por Martínez y Díaz, 2007).

2.2. Respuestas del estrés

2.2.1 Respuesta a nivel cognitivo del estrés

Según Lazarus (Citado por Crespo y Labrador, 2003) la respuesta nivel cognitivo del estrés se da mediante la evaluación y valoración constante de las situaciones

estresantes. Así mismo la evaluación cognitiva de los acontecimientos se diferencia en tres tipos básicos de valoración, con una interdependencia:

- Evaluación primaria: esta supone la categorización de una situación, en función de su significado.
- Evaluación secundaria: implica la consideración de los recursos, habilidades y capacidades para afrontar la situación estresante.
- Organización de la acción: a partir de la evaluación de la situación y de los recursos se comienza a establecer un plan de actuación o comportamiento.

2.2.2 Respuesta fisiológica al estrés

Everly (1989; citado por Crespo y Labrador, 2003) diferenció tres ejes básicos de actuación:

- Eje neural: es a partir de una activación del Sistema Nervioso Autónomo y del Sistema Nervioso Somático, que lleva a la activación de situaciones que hay un peligro de forma repentina.
- Eje neuroendocrino: da un valor de supervivencia ya que prepara al organismo para una intensa actividad corporal.
- Eje endocrino: Suele asociarse a una situación de estrés más crónica, se dispara cuando la persona considera que no puede afrontar la situación que le provoca estrés.

2.2.3 Respuesta a nivel motor: conductas de afrontamiento del estrés

Está constituida por las estrategias y estilos de afrontamiento con respuestas que atienden a las demandas internas o externas, se trata de un proceso dinámico que va

entre el enfrentamiento y la huida (Lazarus y Folkman, 1986; citado por Crespo y Labrador, 2003).

2.3 Tipos de estrés

- Estrés positivo (Eustrés): Convive con el estresor de una manera óptima que deriva en el placer, alegría, bienestar y equilibrio, así el individuo se expresa y manifiesta de acuerdo a su personalidad que le permite afrontar y resolver sus problemas ya que provee de una motivación excitante con el mejoramiento del conocimiento, ejecuciones cognoscitivas y de comportamiento (Lopategui, 2000; citado por Nuñez, 2008)
- Estrés negativo (Distrés): Produce un desequilibrio físico y psicológico que reduce la productividad del individuo, además de una serie de enfermedades psicosomáticas y envejecimiento, por lo que es perjudicante (Lopategui, 2000; citado por Nuñez, 2008).

Así mismo, está produce una serie de síntomas:

- Físicos: Palpitaciones, sensación de ahogo, hiperventilación, sequedad en la boca, náuseas, malestares digestivos, diarrea, estreñimiento, tensión y/o dolor muscular, calambres, inquietud, hiperactividad, temblor en las manos, fatiga, mareos, dificultades en el sueño, dolores de cabeza, sudoración, sofocos, manos y pies fríos, aumento o disminución del apetito, mayor ingestión de sustancias (alcohol, tabaco) y disminución del deseo sexual.
- Psicológicos: Angustia, preocupación, desesperanza, introversión, depresión, impaciencia, irritación, hostilidad, agresividad, frustración, aburrimiento, inseguridad, sentimiento de culpa, desinterés por la apariencia, desinterés por la salud, desinterés por el sexo, incapacidad de finalizar una tarea antes de comenzar otra, dificultad para pensar con claridad, dificultad para concentrarse y tomar decisiones, fallas en la memoria, falta de creatividad, disminución de la

atención, inflexibilidad, hipercrítica, comportamiento irracional y pérdida de eficacia de productividad.

2.4 Fases del estrés

El síndrome de adaptación general planteado por Selye (1975; citado por Oblitas, 2010) está comprendido por tres fases:

- Etapa de alarma: El organismo sufre alteraciones fisiológicas provocadas de la activación del hipotálamo, hipófisis y las glándulas suprarrenales, liberando adrenalina y adrenocorticotrófica, las cuales son responsables de las reacciones orgánicas.
- Etapa de resistencia: El individuo tras ser sometido a una amenaza prolongada de agentes lesivos físicos, químicos, biológicos o sociales, deja de mantener su reacción original y comienza la persistencia dependiendo de la resistencia del organismo. Cuando disminuye o se agota la capacidad de resistir, continúa a la siguiente fase.
- Etapa de agotamiento: La prolongada exposición a los agentes nocivos, la adaptación adquirida se ve perdida.

2.5 Variables moduladoras de la respuesta del estrés

Crespo y Labrador (2003) hacen un listado que considera a las variables que pueden incrementar o reducir los efectos negativos de las respuestas al estrés:

- Predisposición psicobiológica: hace referencia a las características biológicas o psicológicas que facilitan o dificultan el efecto de la respuesta del estrés.
- Patrón de estereotipia de la respuesta: tiene que ver con la reiterada actuación de algún órgano que llega a producir desgaste excesivo

- Hábitos o patrones comportamentales: sanos o positivos colaboran a la reducción de la respuesta negativa al estrés.
- Apoyo social: recursos personales o instrumentales en las situaciones de estrés que ayudan a la respuesta negativa del estrés.

2.6 Condiciones Ambientales generadoras de estrés

El nombre genérico de las situaciones adversas que provocan demandas que no pueden ser enfrentadas de manera efectiva son *estresores*. También cabe destacar que una misma situación puede ser estresante para una persona y para otra no lo sea tanto. Crespo y Labrador (2003) elaboraron un listado de las características de las situaciones que pueden contribuir al estrés:

- El cambio o la novedad en la situación estimular: el cambio de una situación habitual puede cambiar y convertirse en amenazante con la aparición de nuevas demandas.
- La falta de predictibilidad, considerada esta como el grado en que se puede predecir lo que va a ocurrir: son aquellas situaciones en las que no es posible predecir lo que va a ocurrir, sin embargo genera menos respuestas al estrés.
- Incertidumbre acerca de lo que puede suceder en una situación: se refiere a que se presente un acontecimiento del que el resultado sea incierto.
- Ambigüedad: se refiere a cuando las características de la situación se desconocen o no son suficientes.
- Situaciones que sobrepasan los recursos del individuo: la persona se siente desbordada por las múltiples demandas.
- Situaciones en las que la persona no sabe qué hacer: el individuo no sabe la manera en la que actuará frente a la situación estresante.

Además de que Folkman (1979; citado por Rodríguez, 1992) incorpora los posibles estresores y recursos en las siguientes variables:

- Variables físicas: se refiere al entorno físico en cuestión de recursos materiales en el que se desarrolla el individuo así como las características anatomofisiológicas y funcionales del cuerpo.
- Variables psicológicas: se refiere a los estados cognitivos y afectivos del sujeto, lo cual incluye la capacidad de control, la existencia o no del sentido del significado, autoestima, moral, independencia, autonomía, inteligencia, así como las habilidades sociales.
- Variables estructurales: se refiere a los roles que el individuo llega a desempeñar en los distintos sistemas sociales donde se desenvuelve, así como el compromiso que tiene para afrontar los acontecimientos que se llegan a presentar.
- Variables sociales: se refiere a la interacción social y los recursos sociales del individuo para el apoyo emocional.
- Variables culturales: se refiere a las normas, valores, creencias y símbolos generales que se aprenden a través del proceso de socialización que se convierten la base de la cultura propia del individuo.

2.7 Situaciones que provocan estrés en la adolescencia

El uso de sustancias, conductas sexuales problemáticas o la prevalencia de enfermedades, son algunos indicadores de riesgo de salud en los jóvenes. En 1994, Wackerhausen propone que la salud es la capacidad de cumplir objetivos en la vida diaria bajo condiciones determinadas por la vida (Coleman, Hendry y Kloep, 2007).

Según Crespo y Labrador (2003) dentro de un ambiente natural las principales fuentes de estrés son:

- Acontecimientos o sucesos vitales estresantes
- Acontecimientos diarios
- Situaciones de tensión crónica mantenida

Para Arnold (1990; citado por Arteaga, 2005) las situaciones psicosociales que provocan estrés en la adolescencia son:

- Presión Social: los adolescentes sucumben ante la presión de otros debido a poca estabilidad en la familia o en la autoestima.
- Estrés de los padres: las psicopatologías presentadas por los padres son relacionadas con el comportamiento de los hijos, convirtiéndose en un factor de estrés.
- Los cambios en la escuela.
- Estrés de las mudanzas

De acuerdo a la investigación realizada por Muñoz y otros (2015), donde hicieron una asociación entre estrés, afrontamiento, emociones e IMC en adolescentes, con resultados que reflejaron que lo escolar y familiar provoca estrés, seguidas por el duelo y la violencia, las relaciones con amigos y pareja y otras situaciones.

2.7.1 Crecimiento y Desarrollo

La integración de lo psicosexual, ideológico, psicosocial, profesional, cultural y religioso dan pauta a la formación de la identidad personal, de acuerdo a la Teoría Psicosocial de Eric Erikson. Esto debido a que en la adolescencia se busca una sintonía e identificación afectiva, cognitiva y comportamental, esta solidificación lleva a la fidelidad consigo mismo (Bordignon, 2005).

Havighurst (1972; citado por Garrison y Loredó, 2002) menciona que todo adolescente afronta los siguientes retos:

- Aceptar su constitución física y establecer un rol de género.
- Establecer relaciones apropiadas con sus pares.
- Lograr una estabilidad emocional.
- Alcanzar seguridad de obtener independencia económica.
- Conocer su vocación.
- Desarrollar habilidades cognitivas para la competencia social.
- Comprender la conducta socialmente responsable.
- Prepararse para formar una familia.

- Desarrollar valores y moral.

Sin embargo, es un proceso individual que depende de factores como el ajuste durante la niñez, grado de adaptación de los padres y compañeros, y el desarrollo de los cambios.

La salud mental es parte del desarrollo desde la gestación, hasta la educación familiar y escolar provocando un bienestar social a partir de un equilibrio en función de manejar los acontecimientos estresantes (Rodríguez, 1992).

2.7.1.1 Desarrollo físico

Los cambios físicos como parte de la adolescencia dependen no solo de la herencia genética, sino también del contexto en el que se desenvuelve el adolescente.

El desarrollo en las y los adolescentes, se da en los cambios de la composición corporal con una maduración sexual, de acuerdo a la talla en las mujeres llegan a alcanzar la definitiva entre los 16 y 17 años y en los hombres con un retraso de hasta 21 años, además que la masa muscular se les acumula en los huesos y músculos. En las mujeres uno de los primeros signo de la pubertad es el botón mamario y en los hombres el aumento de tamaño testicular, como parte de los caracteres sexuales secundarios, de los cuales su aparición adelantada o atrasada comparado con el grupo de pares, ocasiona problemas psicológicos.

Durante la adolescencia tanto hombres como mujeres tienen cambios en el cuerpo ya que empieza un acelerado crecimiento, ya que su cuerpo deja de tener la imagen infantil que tenían. Debido a estos cambios y a el tiempo en el que ocurre el desarrollo, los adolescentes sufren burlas por parte de los pares, que puede observarse más en hombres que en mujeres (Prieto, 2002). Relacionado con lo anterior Nottelman, Susman y Chrousos (1987, citado por Arteaga, 2005) encontraron en una investigación de la relación entre el ajuste psicosocial adolescente a los problemas y marcadores de

desarrollo biológico, que se genera estrés a partir de la comparación entre el desarrollo del adolescente con otros de su misma edad.

De acuerdo con Tocaven (1984) ubica los diversos problemas de los adolescentes divididos en lo que ocurre en la pubertad y en la adolescencia. Durante la pubertad el individuo se enfrenta a los primeros cambios físicos, en la mujer se marca por el inicio de la menarca lo cual provoca una experiencia penosa que solo se disminuida con la presencia de la madre para lograr un equilibrio mediante una explicación; en cuanto a los hombres lo más preocupante es la emisión nocturna de semen ya que genera angustia al preguntar a los padres y para que no se vea en esta situación el papá puede prevenir al adolescente.

Además de que en la adolescencia los problemas derivan de cuatro objetivos necesarios:

- Emancipación de los padres: como parte de la formación de la madurez el adolescente comienza a dejar de lado la búsqueda del apoyo, consejo y ayuda en la toma de decisiones que dependía de sus padres. Depende tanto de los padres como del adolescente, ya que algunos son llevados hacia la emancipación y otros no consiguen la independencia.

- Ajuste heterosexual: se refiere al interés que inicia por el otro sexo y como al finalizar esta transición el adolescente debe saber cómo relacionarse con los pares.

- Elección de la vocación: esta demanda social se vuelve crucial al ser el futuro de los adolescentes, que comienza desde niñez sin embargo se vuelve reflexiva en esta etapa al ser una decisión que ocupara dos tercios de su vida.

- Integración de la personalidad: esta integración permitirá una maduración de personalidad que se espera de a un individuo funcional para la familia y la sociedad para ser un miembro activo de su ambiente.

2.7.1.2 Desarrollo psicológico

El pensamiento en el adolescente pasa del concreto al abstracto como parte de la madurez de acuerdo a los trabajos de Piaget, que da pauta al desarrollo moral (Carswell, 2008; Casas, 2009; Dulanto, 2000; citado por Hidalgo y Ceñal, 2014). Para Freud (1958) el adolescente entra en un periodo de ansiedad como parte del conflicto del manejo del desarrollo. Así mismo adquiere un razonamiento abstracto como parte de la nueva comprensión hacia las cuestiones sociales de su época (Arteaga, 2005).

De acuerdo a la demanda social establecida, el periodo desarrollo psicológico dura más, ya que repercute en mayores exigencias educativas, laborales y familiares. Por lo tanto requiere un buen desarrollo psicosocial en el que debe aprender de sí mismo y de los que lo rodean, así como la formación de su identidad e independencia física y psicológica, lo que provocan el entendimiento de que ya creció ya que se renuncia a la dependencia infantil. Además, de que enfrentarse a los cambios que viene con el crecimiento y con ello la pérdida del cuerpo infantil, que provoca ciertas ansiedades y con ello conductas perturbadoras que generan dificultades en las relaciones interpersonales (Gómez y Bandera, 2002).

Las características generales de las conductas perturbadoras son las siguientes:

- Son temporales, pueden durar días, semanas y no más de 3 a 6 meses.
- Varían de acuerdo al contexto en el que se desarrolla el adolescente
- Hay una diferencia entre las emociones e intereses sin coincidir en dirección e intensidad con las conductas impulsivas.
- Se generan sentimientos de culpa, conciencia de realidad y búsqueda de ayuda con alguna crisis evolutiva de su propio desarrollo o del grupo familiar.

Los desajustes psicológicos o problemas emocionales contribuyen a una enfermedad orgánica, llamada reacción psicósomática, provocada por un exceso de actividad constante en el sistema nervioso autónomo (Vidales, 2003). Estas se clasifican de acuerdo a la zona donde afectan:

- Reacciones cutáneas: como edemas, costras, descamación y acné.
- Reacciones esqueléticas: consecuentes a una emoción fuerte con dolores que pueden no ser bien diferenciados en la espalda y extremidades.
- Reacciones respiratorias: pueden ser algunos casos de asma, inflamación de la mucosa de los bronquios o fosas nasales.
- Reacciones sanguíneas y linfáticas: esta se refiere a la alteración en la composición o cantidad durante un estado emocional.
- Reacciones gastrointestinales: en este aspecto es frecuente la colitis, úlceras, inflamación intestinal, sensación de ardor en la faringe y pérdida del apetito.
- Alteraciones de los genitales: trastornos menstruales o emisión de orina con dolor o con mucha frecuencia.
- Reacciones endocrinas: afectación de la regulación de temperatura, aumento de frecuencia cardíaca, psicomotora, psicosensores e hiperfunción de la glándula tiroides.
- Reacciones del sistema nervioso: se refiere a estados de ansiedad o fatiga.
- Reacciones de los órganos de los sentidos: se refiere a alucinaciones e ilusiones.

Es por lo anterior que el desarrollo de una inteligencia emocional permite un control por parte del adolescente en las aptitudes emocionales y sociales, así como la búsqueda de soluciones creativas para situaciones sociales percibidas como complicadas (Goleman, 2009).

2.7.1.3 Desarrollo social

Además de que al pasar a la adolescencia los comportamientos como sociabilidad o timidez pasan a ser parte del adolescente, de acuerdo con Laursen y Collins (1994; citado por Oliva, 2008) los conflictos que se dieron en edades tempranas del individuo provocan nuevamente dificultades serias en esta nueva etapa de vida. Con ello la autonomía en la adolescencia se amplía en cuanto a redes sociales. Esto último debido

a que la familia, la escuela y los pares se convierten en la influencia principal del desarrollo de los individuos.

De acuerdo a lo planteado por Smetana (1989; citado por Oliva, 2008) los conflictos se dan debido a que los adolescentes comienzan a considerar su vida privada mientras que los padres aún buscan establecer reglas al respecto. Aunado a lo anterior la idealización de los padres en los adolescentes sufre un cambio de imagen al notar de manera más real en la que los padres tienen defectos y virtudes. Esto debido a que los estereotipos de los adultos son vistos en los adolescentes como un espejo, como modelos de comportamiento (Garrison y Loredó, 2002)

Oliva (2008) destaca puntos que dan una justificación del porque cambian las relaciones familiares cuando los hijos llegan a la adolescencia:

- El primer punto son los cambios cognitivos, los cuales afectan la manera en la que se ven ellos mismos y a los demás, incluso a cuestionar las normas que están establecidas, además de que al diferenciar lo real de lo hipotético busca un nuevo funcionamiento del esquema familiar, esto debido a que la nueva capacidad le permite hacer aseveraciones más convincentes en una discusión familiar. Con ello las diferencias de las expectativas entre padres e hijos causan conflictos debido a las modificaciones en las expectativas y percepciones.
- Otro punto es que el adolescente comienza a relacionarse más con los pares que lo hacen llegar a desear relaciones similares dentro de la estructura familiar, a consecuencia de los hijos buscan más independencia de la que los padres podrían conceder aumentando las restricciones de acuerdo al surgimiento de nuevos intereses, con el tiempo los padres flexibilizan su postura de acuerdo a las nuevas necesidades y aquellos que no es muy probable que aparezcan problemas de adaptación en el adolescente.
- Por último, la comunicación que en algunos casos se vuelve nula y en otros los padres forman parte de lo que las pláticas de los temas de interés del adolescente sin embargo se recurre a la comunicación con los amigos para hablar temas relacionados con su sexualidad o drogas.

- Por otro lado están las relaciones de pareja son importantes para la vida social y emocional de los adolescentes, y la calidad de estos determina la calidad del ajuste socioemocional. De acuerdo a esto Furman y Wehner (1994; citado por Oliva, 2008) las relaciones de este tipo durante la adolescencia satisfacen cuatro necesidades: las sexuales, de afiliación, de apego, y de dar y recibir apoyo, con el pasar del tiempo el adolescente buscara establecer en una pareja la seguridad emocional.

En cuanto a la sociabilidad con los pares dentro del ambiente escolar se pueden encontrar disturbios que provocan estrés tales como el acoso escolar o bullying, el cual definido por Olweus (1993; citado por Mendoza, 2014) como una acción negativa y una exclusión intencional que causa daño físico, emocional y sexual repetitiva en una relación interpersonal por el desequilibrio de poder. De acuerdo a lo anterior varios autores (Cabanach, Valle, Rodríguez, Pineiro y González, 2010; Compas, Orosan y Grant, 1993; Lapointe y Marcotte, 2000; Seiffge-Krenke, 2000; citados por Morales y Trianes, 2010) encuentran que el empleo de estrategias productivas frente a la convivencia escolar tiene relación con una adaptación favorable en el ámbito socioemocional.

Los cambios de la adolescencia no dejan de afectarles, ya que buscan ser aceptados por sus pares, además de cumplir los ideales para un hombre y una mujer, como actuar, vestirse y los aspectos establecidos por los estereotipos (Dwyer y Mayer, 1969; Garrison y Loredó, 2002). Esto repercute en el autoestima y el autoconcepto, debido a que la primera a partir de las circunstancias específicas que lo llevan al éxito con conductas positivas; el segundo se refiere a la terminación de un proceso constante de análisis, valoración e integración de las creencia que tiene el individuo respecto a si mismo, que corresponden con el autoestima al ser cognitivos y afectivos (Marsh y Craven, 2006; citados por Rodríguez y Cano 2012).

La salud mental es un bienestar resultado de la funcionalidad de los aspectos cognoscitivos, afectivos y conductuales que permite un potencialidad para la convivencia social (Escandón, 2000). Además de que esta puede provocar en la adolescencia trastornos mentales que son causados por situaciones en México, de acuerdo al Servicio de Investigación y Análisis dirigido por Sandoval (2004), como:

- Pobreza: es un problema de vulnerabilidad a partir de la privación y la carencia que genera un estrés psicológico y enfermedades que se convierte en un círculo vicioso que afecta el desarrollo individual y social (Secretaria de Salud).
- Trabajo: las personas desempleadas tienden a presentar más síntomas depresivos (Bolton y Oakley, 1987; citado por Sandoval, 2004)
- Educación: acceder a un trabajo profesional se ve dificultado por un bajo nivel educativo ligado con la pobreza.
- Violencia y trauma: en las comunidades con vulnerabilidad la violencia y el abuso son frecuentes que afecta el bienestar y puede inducir a trastornos mentales.
- Farmacodependencia: el consumo de drogas se expandió a todos los grupos sociales, que además se relacionan con acciones delictivas y violentas.
- Madres adolescentes: problemática involucrada con falta de educación sexual y reproductiva, familias disfuncionales, consumo de drogas, reproducción de patrones culturales y falta de oportunidades de crecimiento.

La salud mental ejerce influencia sobre los factores sociales por lo que las acciones de promoción de esta se llevan de manera transversal y en todos los niveles.

El apoyo social es parte esencial del desarrollo debido a que son las herramientas instrumentales y/o expresivas que pueden ser reales o percibidas, proporcionadas por el contexto inmediato como la comunidad, los amigos íntimos y redes sociales. Además de lo anterior, el apoyo social tiene beneficios sobre el bienestar y la salud (Lin y col., 1986; citado por Barrón, 1992). Así mismo hay dos efectos de acuerdo a Lin y colaboradores:

- Efectos directos: causa un efecto directo sobre el bienestar, independiente del nivel de estrés.
- Efectos indirectos: funciona como un modelador de otras fuerzas que tienen influencia sobre el bienestar, llamado amortiguador del apoyo social.

Gottlieb (1983, citado por Barrón, 1992) propone que las personas que tienen un débil apoyo social tienden a experimentar con mayor riesgo los estresores ambientales, se espera que las relaciones sociales ayuden a prevenir algunos estresores. De acuerdo a lo anterior Thoits (1985, citado por Barrón, 1992) considera que las redes sociales pueden beneficiar en las siguientes formas:

- Proporcionando al sujeto una serie de identidades: la identidad social se forma a partir de la interacción con los demás y a los roles sociales en cada contexto.
- Fuentes de autoevaluación positiva: la evaluación positiva es fuente de autoestima positiva.
- Dotan de una sensación de control y dominio: determina la sensación de dominio y autoestima basado en la eficacia a partir de un rol

2.7.4 Conductas y factores de riesgo

Florenzano Urzúa (1998, citado por Páramo, 2011) señala como los factores que influyen sobre las conductas de riesgo con la edad, expectativas y calificaciones educativas, el comportamiento, influencia de los pares y de los padres, calidad de la vida en su comunidad y del sistema escolar, así como también variables psicológicas como: estrés, autoestima y el diagnóstico de depresión.

Las conductas de riesgo según Kazdin (2003, citado por Páramo, 2011) pueden ser el uso ilícito de sustancias, ausentismo escolar, suspensiones, robos, vandalismo y sexo precoz y sin protección. De acuerdo a esto Donas Burak (2001, citado por Páramo, 2011) hace una distinción entre los factores de riesgo de amplio espectro y los factores o conductas de riesgo específicos para un daño, estos últimos son portar un arma blanca, tener una hermana o amiga embarazadas, consumir alcohol, ingerir calorías en exceso y depresión; Los factores de riesgo de amplio espectro serían familia con pobres vínculos familiares, violencia intrafamiliar, baja autoestima, deserción escolar, proyecto de vida débil, locus de control externo y un bajo nivel de resiliencia.

Según Olledick, Shortt y Sander (2005; citado por Jeffrey, 2008) existen dos tipos de problemas en los jóvenes:

- Los problemas externalizados: con el mundo externo el adolescente puede presentar conductas como delinquir, pelear, drogarse, conducir de manera arriesgada o sexo sin protección.

- Los problemas internalizados: estos corresponden que están en el mundo interno y que afecta de manera conjunta con otros, como la depresión o trastornos alimenticios. Además de que presentan estrés negativo. Estas conductas regularmente están relacionada con problemas en la familia, amigos y escuela.

El consumo de sustancias provoca enfermedades que ponen en riesgo la salud y con ello un cambio en las estrategias de afrontamiento frente a las situaciones estresantes que provoquen daños (Lazarus, 1986; citado por Oblitas, 2010).

CAPÍTULO 3. MÉTODO

3.1 Objetivo del estudio

El trabajo de investigación, propuso los siguientes objetivos:

3.1.1 General

- Describir los estilos y estrategias de afrontamiento en adolescentes de nivel medio superior

3.1.2 Específicos

- Identificar las estrategias y estilos de afrontamiento respecto al sexo en adolescentes de nivel medio superior
- Identificar las estrategias y estilos de afrontamiento respecto a la situación académica en adolescentes de nivel medio superior
- Identificar los principales problemas que enfrentan los estudiantes de acuerdo al sexo

3.2 Planteamiento del problema

Durante la trayectoria escolar en alumnos de nivel medio superior se ha observado que existen conflictos entre pares, profesores y familia ya sea dentro de los grupos de amigos con agresiones, y con los adultos falta de respeto a la autoridad. Estos conflictos provocan problemas en los adolescentes de tipo emocionales, problemas de conducta, problemas escolares, problemas sexuales, problemas de alimentación, problemas con el uso de alcohol, drogas y tabaquismo.

Según datos del Instituto Nacional de Estadística y Geografía (INEGI, 2014) 63.5% de los jóvenes son solteros, 33.1% están unidos y 3.4% se encuentran divorciados, separados o viudos. Datos de la Encuesta Nacional de la Dinámica Demográfica (ENADID, 2014) indican que de las mujeres adolescentes de 15 a 19 años el 44.9% son sexualmente activas, además de declarar no haber usado algún método anticonceptivo en su primera relación sexual. Desde 2013, 83.9% del total de egresos hospitalarios en mujeres de 15 a 19 años, se relacionan con causas obstétricas . A nivel mundial, según la Organización para la Cooperación y el Desarrollo

Económicos (OCDE), México lidera el problema de embarazos en adolescentes, de 12 a 19 años de edad.

En 2009, 4% de los adolescentes y jóvenes en México convive en el hogar con fumadores; el 7% fumo por primera vez a los 10 años o menos; 45% inicio el consumo entre 11 y 14 años, y el 48% inicio entre los 15 y 17 años. De hecho, 20% de los estudiantes de secundaria son fumadores activos. De los 14 millones de fumadores que había en México en 2008, 10 millones comenzaron a fumar antes de los 14 años. Además, los datos revelan que la relación por género en el consumo de tabaco es ya igual entre ambos (ENADID, 2009).

En cuanto al área escolar 32.9% de los jóvenes cuentan con educación media superior y 19.4% con educación superior según datos de la ENADID (2015).

Posiblemente las causas, factores y situaciones que deriven esta problemática es multifactorial; pero, es indudable que durante la adolescencia se presentan cambios biológicos, psicológicos y sociales donde el individuo tiene que enfrentarse a exigencias que generan crisis y conflictos, por lo que necesita una rápida respuesta que le produzca una adaptación a dichas exigencias que le causan problemática y autorregulación, ya que en esta fase debe adquirir independencia psicológica y social. Además, de que si no enfrenta sus situaciones estresantes de manera activa o no la tolera puede desarrollar alteraciones psicológicas o somática, es por ello que a lo largo de su vida, con las experiencias, personalidad, recursos y habilidades sociales, debe ir desarrollando estrategias y estilos de afrontamiento que le permitan resolver o evadir la problemática según sea el caso. Por lo que es primordial resaltar que el adolescente debe conocer sus estrategias y su estilo de afrontamiento ya que le da pauta para saber de qué manera va a reaccionar y tolerar la situación estresante.

3.2.1 Pregunta de investigación

A través de ese planeamiento de problema, este trabajo tratará de responder a las siguientes interrogantes:

1. ¿Cuáles serán las estrategias y estilos de afrontamiento respecto al sexo en adolescentes de nivel medio superior?

3.3 Tipo de investigación

No experimental, descriptivo de tipo transversal debido a que sólo se realizó una sola aplicación para la recolección de datos (Hernández, Fernández y Baptista, 2010).

- Variables

Estilo de Afrontamiento

- Definición conceptual: Son las variables de disposición que influyen sobre la elección de las estrategias de afrontamiento (Frydenberg y Lewis, 1994; citado por González, 2007).
- Definición operacional: Fue medida con la Escala de Afrontamiento Adolescente (ACS) a través los puntajes directos obtenidos en los tres estilos afrontamiento dirigido al problema, afrontamiento en relación con los demás y afrontamiento improductivo (Frydenberg y Lewis, 1993).

1. Afrontamiento dirigido a la resolución del problema: Consiste en resolver el problema con una actitud positiva y relajada (Frydenberg y Lewis, 1996).

2. Afrontamiento en relación a los demás: Se refiere a buscar el apoyo con otros (Frydenberg y Lewis, 1996).

3. Afrontamiento improductivo: Se compone de una serie de estrategias de evitación ante la incapacidad de resolver los problemas (Frydenberg y Lewis, 1996).

Estrategia de afrontamiento

- Definición conceptual: Son los procesos concretos que se utilizan en cada contexto y pueden ser altamente cambiantes dependiendo de las condiciones desencadenantes (Fernández-Abascal, 1997; citado por Alcoser, 2012)
- Definición operacional: Esta medida fue obtenida de la aplicación de la Escala de Afrontamiento Adolescente (ACS) a través de la puntuación ajustada obtenida en las dieciocho estrategias de afrontamiento (Frydenberg y Lewis, 1993).

1. **Concentrarse en resolver el problema: Estrategia dirigida al análisis sistemático de los puntos de vista y opciones para la resolución del problema (Frydenberg y Lewis, 1996).**

2. Esforzarse y tener éxito: Se refiere al compromiso, ambición y dedicación (Frydenberg y Lewis, 1996).

3. Invertir en amigos íntimos: Consiste en la búsqueda de relaciones íntimas (Frydenberg y Lewis, 1996).

4. Buscar pertenencia: Se refiere al interés y preocupación por las relaciones con los demás (Frydenberg y Lewis, 1996).

5. Reservarlo para sí mismo: Consiste en huir y no desear que los demás conozcan sus problemas (Frydenberg y Lewis, 1996).

6. Fijarse en lo positivo: Se refiere a la búsqueda del lado bueno de las cosas con un aspecto positivo a la situación (Frydenberg y Lewis, 1996).

7. Buscar diversiones relajantes: Se refiere a las actividades de ocio que toma el adolescente (Frydenberg y Lewis, 1996).

8. Distracción física: Consiste en las actividades físicas y de deporte, mantenerse en forma, etc. (Frydenberg y Lewis, 1996).

9. Buscar apoyo social: Consiste en la inclinación por compartir su problema con otros para la resolución (Frydenberg y Lewis, 1996).

10. Acción Social: Consiste en dejar que otros conozcan sus problemas y conseguir ayuda a través de peticiones y actividades (Frydenberg y Lewis, 1996).

11. Buscar apoyo espiritual: Se refiere al empleo de la oración y creencias religiosas en la resolución de los problemas (Frydenberg y Lewis, 1996).

12. Buscar ayuda profesional: Consiste en buscar el apoyo y opinión de profesionales (Frydenberg y Lewis, 1996).

13. Preocuparse: Consiste en el temor por la felicidad futura (Frydenberg y Lewis, 1996).

14. Hacerse ilusiones: Consiste en la esperanza y anticipación de una salida positiva (Frydenberg y Lewis, 1996).

15. Falta de afrontamiento: Se refiere a la incapacidad para tratar de resolver el problema y el desarrollo de síntomas psicósomáticos (Frydenberg y Lewis, 1996).

16. Ignorar el problema: Consiste en rechazar conscientemente la existencia del problema (Frydenberg y Lewis, 1996).

17. Reducción de tensión: Consiste en los intentos de sentirse mejor y relajar la tensión (Frydenberg y Lewis, 1996).

18. Auto inculparse: Se refiere a la responsabilidad que da el adolescente sobre sí mismo de los problemas y preocupaciones (Frydenberg y Lewis, 1996).

Sexo

- Definición conceptual: Se refiere a la división entre hombre y mujer (La Real Academia de la Lengua Española, 2008; citado por Gonzalez, 2016)
- Definición operacional: Fue obtenida de preguntar si biológicamente son hombre o mujer.

Situación académica

- Definición conceptual: Estatus del alumno dentro de la Preparatoria ubicado como regular o irregular de acuerdo a las unidades de aprendizaje acreditadas o reprobadas.
- Definición operacional: Obtenida preguntando, de acuerdo a lo establecido por la UAEM, de ser regular o irregular.

Problema en la adolescencia

- Definición conceptual: Acontecimiento o suceso vital que genera estrés en la adolescencia (Crespo y Labrador, 2010)
- Definición operacional: Obtenidas de la pregunta abierta al final de la escala, de acuerdo a la percepción de los adolescentes.

- **Participantes**

En la presente investigación se trabajó con una muestra de tipo no probabilística intencional, con la participación voluntaria a través del consentimiento por parte de los padres y asentimiento de los alumnos con un total de 635 estudiantes del nivel medio superior de la Universidad Autónoma del Estado de México. Del total de los participantes 268 son hombres y 367 son mujeres, con rango de edad de 15 a 16 años teniendo como media 15.28 (D. E= .48)

- **Instrumento**

Se aplicó la Escala de Afrontamiento para Adolescentes (ACS) de Frydenberg y Lewis (1993), adaptada a 80 ítems por Canessa (2002), de tipo Likert, con respuestas de

“Nunca lo hago”, “Lo hago raras veces”, “Lo hago algunas veces”, “Lo hago a menudo”, “Lo hago con mucha frecuencia” (Ver apéndice A).

Permite la evaluación de forma precisa de 18 estrategias diferentes de afrontamiento: Buscar apoyo social (As), Concentrarse en resolver el problema (Rp), Esforzarse y tener éxito (Es), Preocuparse (Pr), Invertir en amigos íntimos (Ai), Buscar pertenencia (Pe), Hacerse ilusiones (Hi), Falta de afrontamiento (Na), Reducción de la tensión (Rt), Acción social (So), Ignorar el problema (Ip), Autoinculparse (Cu), Reservarlo para sí (Re), Buscar apoyo espiritual (Ae), Fijarse en lo positivo (Po), Buscar ayuda profesional (Ap), Buscar diversiones relajantes (Dr) y Distracción física (Fi).

Se divide en tres estilos Resolver el problema (REP), Afrontamiento en relación con los demás (ARD) y Afrontamiento improductivo (AFI).

El ACS alcanzó coeficientes de consistencia interna que oscilaron entre .62 y .87 (M = .73) en la forma específica, y entre .54 y .84 (M= .71) en la forma general (Frydenberg, 1997), y en su adaptación

Además de que se contempló dentro de las aplicaciones una pregunta abierta donde se les cuestionó a los adolescentes sus tres problemáticas más frecuentes.

- **Diseño de investigación**

Es una investigación de tipo empírico no experimental transaccional de tipo descriptivo, ya que este diseño permite hacer una sola evaluación del fenómeno en su contexto de acuerdo al uso de las estrategias y de los estilos de afrontamiento (Hernández, Fernández y Baptista, 2010).

- **Captura de información**

Se acudió a las instalaciones de las diferentes preparatorias de la UAEM, se les dio a conocer a los alumnos que la participación en la investigación era forma voluntaria, en la cual no existían riesgos físicos o psicológicos al participar en dicha investigación, de igual forma se les dio a conocer que sus datos serán manejados de manera confidencial y solo para uso científico, teniendo acceso a ellos solo el grupo de investigación. Esto quedo expresado en una carta de consentimiento informado para los padres y el asentimiento informado por parte de los alumnos que deseen participar en la investigación (Ver apéndice B). Después de esto se realizó la aplicación grupal dentro de las instalaciones de las diferentes preparatorias de la UAEM, en la cual se les dieron las indicaciones de manera verbal para resolver la escala y el tiempo del que disponían para responderla, así como la atención para resolver alguna duda que pudiera surgir de la escala.

- **Procesamiento de información**

Después de tener los datos concentrados en una base en SPSS, obteniendo medias y desviaciones de las estrategias y estilos de afrontamiento, de acuerdo al sexo y la situación académica. Respecto a la pregunta abierta, se hizo por medio de porcentajes para la concentración de las respuestas dividida en las problemáticas que percibían los hombres y las mujeres.

PRESENTACIÓN DE RESULTADOS

VANESSA, TE SUGIERO INICIAR LA PRESENTACIÓN DE LOS RESULTADOS POR LAS VARIABLES SOCIODEMOGRÁFICAS QUE TRABAJAS POR EJEMPLO, SEXO, EDAD Y SITUACIÓN ACADÉMICA

De acuerdo a la Tabla 1, el estilo de afrontamiento resolver el problema es usado a menudo tanto por las mujeres, como por los hombres, sin embargo también hacen uso a veces del afrontamiento no productivo y con referencia a otros. Así que ambos sexos se concentran en un estilo que les permite afrontar de manera activamente una problemática.

Tabla 2: Estilos de afrontamiento de acuerdo al sexo

Sexo		Resolver el problema	No productivo	Referencia a otros
Hombres				
	n= 268			
	Media	77.53	50.34	63.48
	Desv. típ.	10.46	8.40	11.40
	Mínimo	31.00	30.86	35.83
	Máximo	98.20	72.14	91.00
Mujeres				
	n= 367			
	Media	74.20	53.80	61.85
	Desv. típ.	11.37	10.20	11.25
	Mínimo	29.60	29.29	23.67
	Máximo	98.60	87.00	91.67

De acuerdo a la tabla 3, ambos sexos emplean a menudo estrategias como concentrarse en la resolución de problema (Rp), buscar diversiones relajantes (Dr), buscar pertenencia (Pe), preocuparse (Pr) y esforzarse y tener éxito (Es); en un uso de

algunas veces, apoyo social (As), hacerse ilusiones (Hi), buscar ayuda profesional (Ap), apoyo espiritual (Ae), acción social (So), o reservarlo para sí mismo (Re); en la utilización raras veces, ignorar el problema (Ip), reducción de tensión (Rt) y la falta de afrontamiento (Na). Sin embargo en las estrategias de fijarse en lo positivo (Po), distracción física (Fi) e invertir en amigos íntimos (Ai) los hombres puntúan en un uso de a menudo mientras que las mujeres en algunas veces. Además que en la estrategia de auto inculparse (Cu) las mujeres se ubican en un rango de algunas veces, mientras que ellos hacen uso raras veces.

Antes de iniciar con la presentación de los resultados, a continuación se hace una descripción de la simbología que se estará utilizando en cada tabla

Tabla 3: Estrategias de afrontamiento de acuerdo al sexo

Estrategia	Hombres n =268				Mujeres n = 367			
	Media	Desviación típica	Mínimo	Máximo	Media	Desviación típica	Mínimo	Máximo
As	65.16	15.73	24	96	63.47	16.12	20	100
Rp	74.46	14.29	36	100	73.60	14.26	32	100
Es	79.16	11.51	36	100	79.77	12.01	32	100
Pr	77.60	14.51	36	100	81.17	13.98	32	100
Ai	70.06	15.98	20	100	67.91	16.01	20	100
Pe	72.85	14.259	32	100	71.85	13.93	28	100
Hi	58.45	11.85	20	88	58.74	13.09	20	100
Na	39.28	12.23	20	84	44.79	15.01	20	92
Rt	33.58	14.20	20	96	41.14	15.90	20	100
So	59.48	16.24	25	100	56.64	15.70	25	110
Ip	40.19	13.089	20	95	39.80	14.24	20	90
Cu	49.93	17.09	20	100	54.29	19.46	20	100
Re	53.32	16.35	20	95	56.65	18.71	20	100
Ae	50.30	18.06	20	95	53.65	17.02	20	100
Po	70.00	13.76	30	100	69.54	15.08	25	100
Ap	63.00	19.18	20	100	57.59	19.04	20	100

Dr	82.04	15.71	28	105	79.25	16.31	28	105
Di	81.96	19.88	21	105	68.84	24.69	21	105

De acuerdo a la situación académica de los hombres (tabla 4) el uso de estrategias de afrontamiento a menudo está distracción física (Fi), diversiones relajantes (Dr), buscar pertenencia (Pe), preocuparse (Pr) y concentrarse en resolver el problema (Rp); algunas veces las estrategias de la búsqueda de apoyo social (As), buscar ayuda profesional (Ap), apoyo espiritual (Ae), acción social (So) y hacerse ilusiones (Hi). En cuanto a las estrategias que son usadas raras veces son ignorar el problema (Ip), reducción de tensión (Rt) y la falta de afrontamiento (Na).

En las estrategias como invertir en amigos íntimos (Ai) los alumnos irregulares se ubican dentro de un uso de a menudo mientras que los regulares en algunas veces. Además en la estrategia de auto inculparse (Cu) los regulares están dentro de un uso de algunas veces mientras que los otros dentro del uso raras veces. Así mismo los de buena situación académica en la estrategia de fijarse en lo positivo (Po) puntúan en a menudo y los irregulares solo algunas veces.

En la estrategia de resérvalo para sí mismo (Re) los alumnos regulares se ubican dentro de un rango de algunas veces y los alumnos irregulares dentro de un uso de raras veces con tendencia a algunas veces.

Tabla 4: Estrategias de afrontamiento en hombres de acuerdo a su situación académica

Estrategia	Regulares n=247				Irregulares n=17			
	Media	Desviación típica	Mínimo	Máximo	Media	Desviación típica	Mínimo	Máximo
As	65.31	15.56	24	96	64.00	18.81	36	96
Rp	74.90	14.28	36	100	70.12	14.77	36	96
Es	79.60	11.50	36	100	75.53	10.76	48	92
Pr	77.89	14.24	36	100	74.82	18.43	40	100
Ai	69.88	15.71	20	100	73.18	20.09	36	100

Pe	73.15	14.04	36	100	70.59	17.66	32	96
Hi	58.30	11.59	20	88	58.59	15.62	28	88
Na	39.27	12.23	20	84	38.59	13.03	20	64
Rt	33.32	14.25	20	96	35.76	14.66	20	68
So	59.45	16.33	25	100	60.00	16.68	35	90
Ip	40.10	13.31	20	95	40.29	10.82	20	55
Cu	50.02	17.22	20	100	46.76	16.00	20	70
Re	53.36	16.51	20	95	49.41	13.91	25	70
Ae	50.00	17.99	20	95	54.71	20.04	20	85
Po	70.28	13.75	30	100	67.94	13.24	35	85
Ap	63.52	18.97	20	100	55.88	21.74	25	95
Dr	81.62	15.78	28	105	86.88	15.47	56	105
Di	81.82	19.99	21	105	83.59	17.23	56	105

De acuerdo a la situación académica en las mujeres (Tabla 5), tanto regulares como irregulares emplean a menudo estrategias como esforzarse y tener éxito (Es), preocuparse (Pr), buscar pertenencia (Pe) y buscar distracciones relajantes (Dr). En ambos casos las que usan algunas veces son: búsqueda de apoyo social (As), hacerse ilusiones (Hi), acción social (So), auto-inculparse (Cu), reservarlo para sí mismo (Re), apoyo espiritual (Ae), apoyo profesional (Ap) y distracción física (Fi).

Las estrategias usadas raras veces por las dos situaciones académicas son reducción de tensión (Rt) e ignorar el problema (Ip). Sin embargo en la estrategia de pensar en lo positivo (Po) las mujeres regulares puntúan dentro del rango de lo a menudo mientras que las que son irregulares dentro de un empleo de algunas veces. En cuanto a la estrategia de no afrontamiento (Na) las irregulares hacen uso de esta dentro de un rango de algunas veces mientras que las regulares hacen uso raras veces. Por lo que al concentrarse en resolver el problema (Rp), estas últimas están dentro de un rango de a menudo mientras que las irregulares en algunas veces. Además de que las irregulares invierten a menudo en amigos íntimos (Ai) y las regulares solo algunas veces.

Tabla 5: Estrategias de afrontamiento en mujeres de acuerdo a la situación académica

Estrategia	Regulares n=325				Irregulares n=33			
	Media	Desviación típica	Mínimo	Máximo	Media	Desviación típica	Mínimo	Máximo
As	63.53	16.13	20	100	62.18	17.03	28	100
Rp	74.20	14.26	32	100	66.30	13.96	32	92
Es	80.16	11.71	32	100	74.91	14.15	32	100
Pr	81.37	14.21	32	100	78.67	12.48	44	100
Ai	67.69	16.19	20	100	71.03	14.18	44	96
Pe	71.79	14.17	28	100	71.03	11.87	40	96
Hi	58.37	12.90	20	96	61.09	14.67	36	100
Na	44.10	14.91	20	92	51.64	14.91	24	84
Rt	40.27	15.56	20	100	47.88	16.63	24	88
So	56.14	15.51	25	110	60.61	18.19	30	100
Ip	39.31	14.32	20	90	45.91	12.90	20	75
Cu	53.37	19.56	20	100	60.30	16.10	35	95
Re	55.37	18.41	20	100	66.82	19.56	30	100
Ae	54.58	16.94	20	100	46.67	16.80	20	85
Po	70.18	15.07	25	100	63.48	14.49	35	90
Ap	58.01	18.83	20	100	55.15	21.85	20	100
Dr	79.39	16.26	28	105	77.64	18.80	42	105
Di	68.86	24.71	21	105	69.57	26.48	21	105

En la Tabla 6 se muestra como los estilos de afrontamiento de los estudiantes regulares e irregulares ambos se encuentran dentro de un rango a menudo para resolver el problema, y algunas veces del afrontamiento en relación con lo demás, sin embargo los regulares hacen un uso de algunas veces del afrontamiento no productivo mientras que los irregulares raras veces con tendencia a algunas veces.

Tabla 6: Estilos de afrontamiento en hombres de acuerdo a la situación académica

Sexo		Resolver el problema	No productivo	Referente a otros
Hombres regulares n=247				
	Media	77.64	50.32	63.55
	Desv. típ.	10.55	8.39	11.17
	Mínimo	31.00	31.29	38.50
	Máximo	98.20	72.14	91.00
Hombres irregulares n= 17				
	Media	76.81	49.18	63.06
	Desv. típ.	9.90	9.18	14.73
	Mínimo	50.60	30.86	35.83
	Máximo	93.20	65.71	89.50

De acuerdo a la Tabla 6 los resultados de las mujeres de acuerdo a su situación académica, se ubican en algunas veces en el empleo del afrontamiento no productivo o relacionado con los demás, predominando así el afrontamiento en resolver el problema (a menudo).

Tabla 7: Estilos de afrontamiento en mujeres de acuerdo a la situación académica

Sexo		Resolver el problema	No productivo	Referente a otros
Mujeres regulares n= 325	Media	74.56	53.16	61.95
	Desv. Típ.	11.33	10.05	11.20
	Mínimo	29.60	29.29	23.67
	Máximo	98.60	87.00	91.67
Mujeres irregulares n= 33	Media	70.38	58.90	61.11
	Desv. típ.	12.32	9.86	12.46
	Mínimo	36.80	40.86	42.67
	Máximo	91.00	80.29	87.00

Respecto al afrontamiento es necesario saber cuáles son las problemáticas a las que se enfrentan los adolescentes. Las problemáticas con más incidencia en las mujeres (véase gráfico 1) son los relacionados con la escuela, las adicciones y las relaciones con los padres y amigos, así como situaciones relacionadas con el crecimiento y desarrollo.

Las problemáticas que se presentan en los hombres (véase gráfico 2) son las relacionadas a la escuela, la casa, las relaciones con otros y los cambios que llegan con la adolescencia.

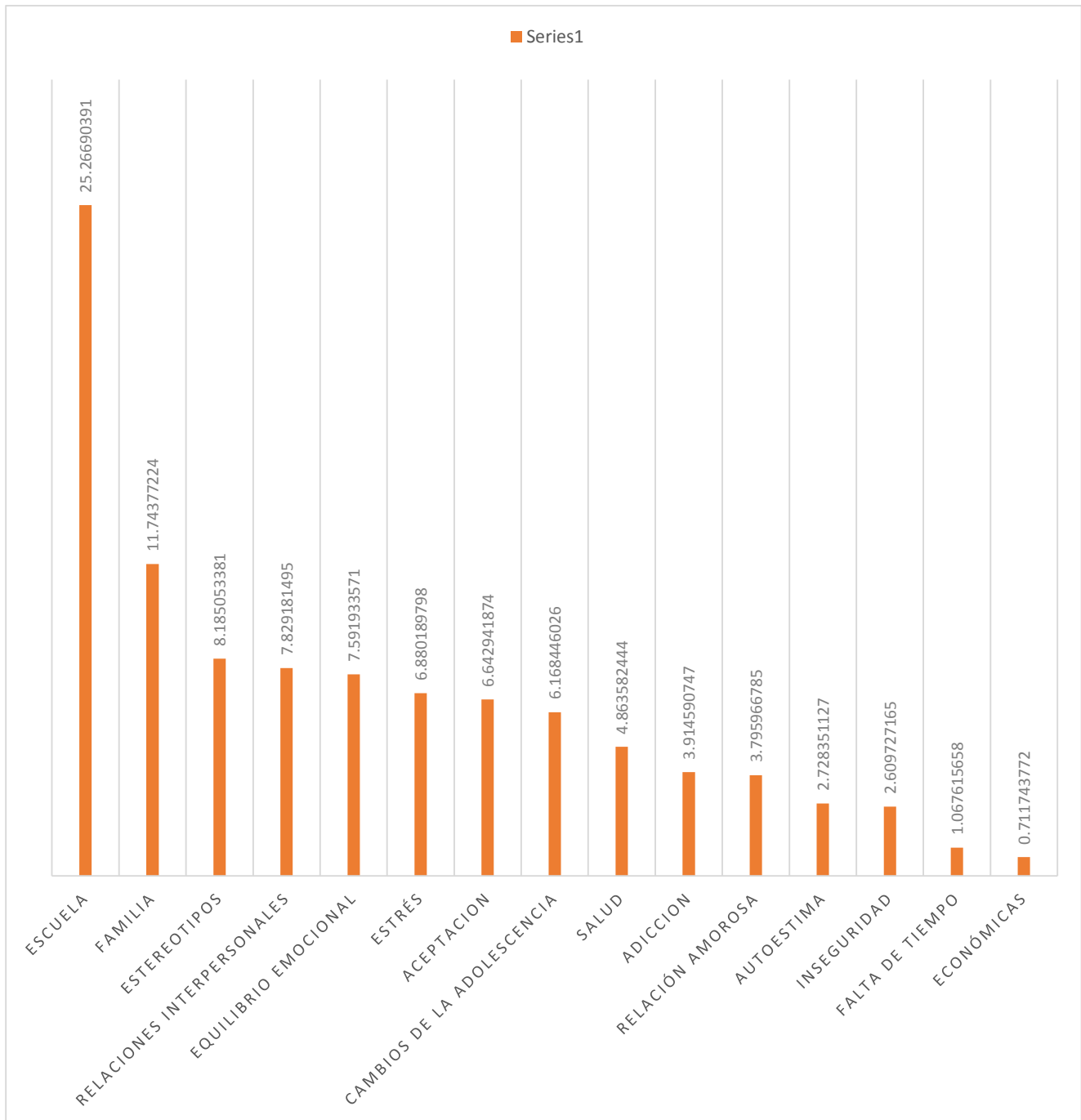
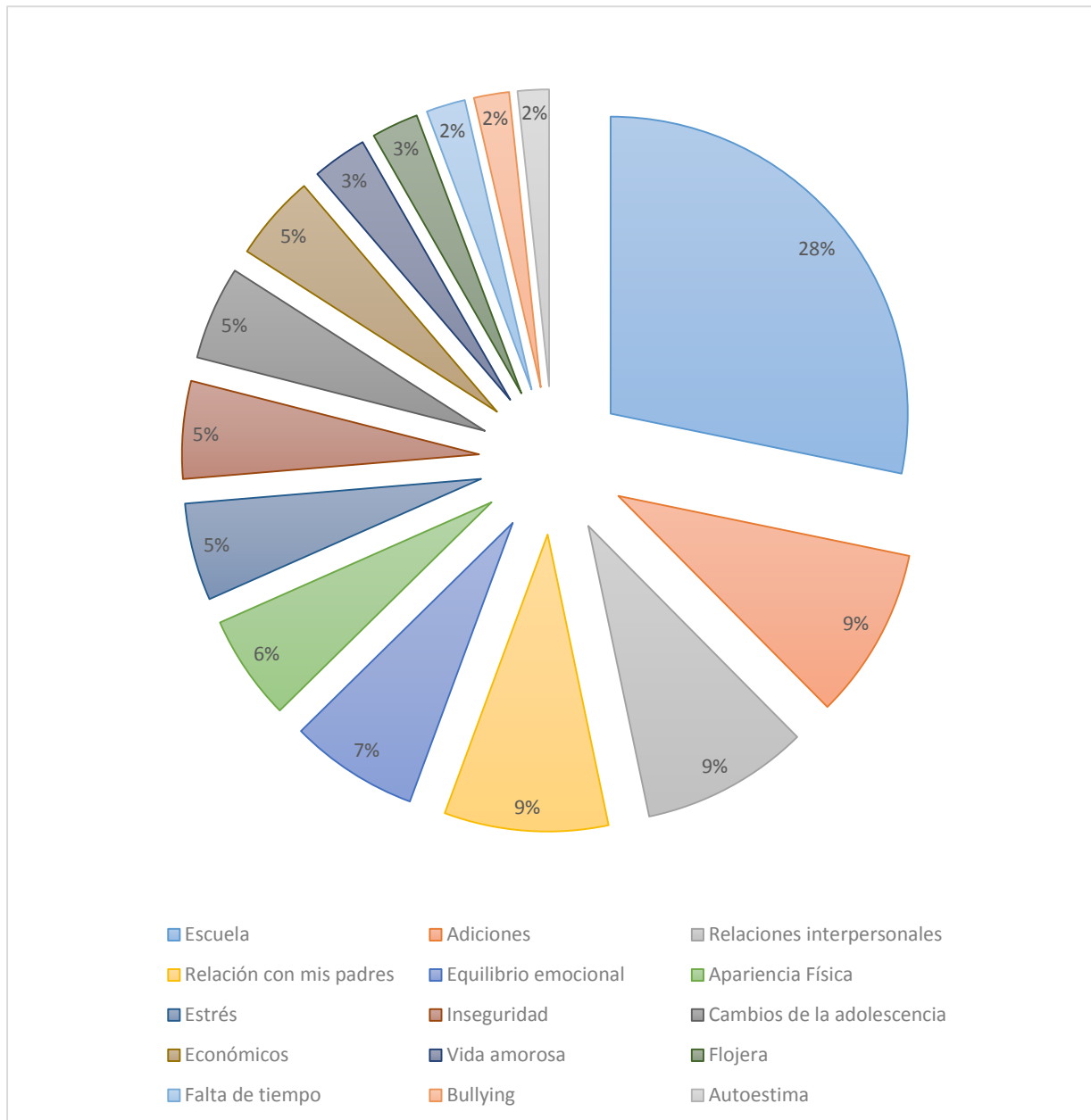


Gráfico 1: Problemáticas frecuentes de las mujeres

Gráfico 2: Problemáticas frecuentes percibidas por los hombres



DISCUSIÓN

El afrontamiento activo a las problemáticas de la adolescencia es un paso importante hacia la independencia emocional y económica en la edad adulta debido a que permite el control de su vida hacia la autonomía para así cumplir con su nuevo rol social, además como una prevención de enfermedades psicosomáticas ya que contribuye al bienestar psicológico, biológico y social (Martin, Lucas y Pulido, 2011; Weissmann, 2005; Frydenberg y Lewis, 1991; Snyder, 1999). Así mismo estilo de afrontamiento da pauta a la interpretación de la conducta de los adolescentes (Del Barrio, 2003) esto debido a que se asocia a los problemas conductuales (Compas, Malcarne, Fondacaro, 1988).

El estudio del afrontamiento ha llevado a buscar las diferencias entre hombres y mujeres ya que el afrontamiento está determinado por las experiencias previas, la vida personal, la cultura, el nivel de dificultad frente al problema y la personalidad (Monat y Lazarus, 1991; Johnson y Johnson, 2002; Fantin, Florentino, Correché, 2005). Es por ello que el objetivo de esta investigación es describir los estilos y estrategias de afrontamiento en los adolescentes de la Universidad Autónoma del Estado de México.

En la investigación realizada por Viñas, González, García, Malo y Casas (2015) de acuerdo a los estilos de afrontamiento encontraron que las mujeres tienden a usar el afrontamiento en relación con los demás y en mayor medida a resolver el problema, así mismo que los hombres tienen un afrontamiento improductivo. De acuerdo a lo investigado por Richaud de Minzi (2006) considera que las diferencias entre sexos se dan por cuestión al contexto y a las habilidades sociales de cada individuo. Es por lo anterior que las enfermedades psicosomáticas son más desarrolladas por un sexo, que son las mujeres de acuerdo a lo encontrado por distintos autores (Misra, Crist y Burat, 2003; González y Landero, 2008).

En esta investigación a través del análisis de las medias se encontró que tanto hombres como mujeres hacen uso de a veces del afrontamiento no productivo y con referencia a otros, y mayor medida se concentran en resolver el problema. De acuerdo a los estilos de afrontamiento entre hombres regulares e irregulares tienden a resolver el

problema de manera activa y algunas veces del afrontamiento en relación con los demás, en el caso de los regulares deciden no afrontar algunas veces, en cambio los irregulares solo raras veces con tendencia a algunas veces.

Las mujeres irregulares como regulares se concentran en resolver el problema de manera activa a menudo y algunas veces en el afrontamiento no productivo y en relación con los demás. Por lo que se entiende lo descrito por Richaud de Minzi (2006) donde las herramientas se dan de acuerdo al contexto y a las condiciones particulares que en este caso es la situación académica. Además también al considerar que las mujeres hacen menos uso del afrontamiento no productivo y afrontan más activamente hace pensar que lo aseverado por distintos autores (Misra, Crist y Burat, 2003; González y Landero, 2008) de que las mujeres sufren más estrés y por lo tanto síntomas psicossomáticos (Martin, Lucas y Pulido, 2011).

De acuerdo a lo anterior y lo estudiado por Cozarelli (1993) y Terry (1994), se puede acertar en decir que valdría la pena medir el auto estima en los alumnos del nivel medio superior estudiados debido a que usan estrategias dentro del estilo de centrarse en resolver el problema y con respecto a los demás que en la evitación del problema.

En las investigaciones anteriores se ubicó a los hombres en el uso de estrategias como: ignorar el problema, buscar la distracción física, auto inculparse y reservarlo para sí mismo (Fantin, Florentino y Correché, 2005). Ignorar el problema, reservarlo para sí mismo, buscar diversión y la distracción física son las estrategias que de acuerdo al estudio de Martin, Lucas y Pulido (2011). En esta investigación se encontró que hacen uso a menudo de concentrarse en resolver el problema, buscar pertenencia, buscar diversiones relajantes, preocuparse y esforzarse en tener éxito; y a diferencia de las mujeres la distracción física, fijarse en lo positivo e invertir en los amigos íntimos. Además hacen uso de algunas veces del apoyo social, hacerse ilusiones, buscar ayuda profesional, apoyo espiritual, acción social y reservarlo para sí mismo, en el uso de raras veces esta ignorar el problema, reducción de tensión, falta de afrontamiento y auto inculparse.

Así mismo se analizaron las medias de la situación académica en los adolescentes debido a que es una de las principales problemáticas a las que se enfrentan y en

consecuencia conductas de riesgo debido a su vulnerabilidad afectando el uso de estrategias y el estilo de afrontamiento predominante ya que en la educación media superior se les dota a los alumnos de competencias para la vida laboral futura y el nivel superior, aprendiendo así a vivir en sociedad para comenzar a ejercer su ciudadanía (Landeró, 2012).

Alrededor del estudio del afrontamiento no ha habido investigaciones que lo estudien de acuerdo a la situación académica es una variable que cambia los resultados, donde se encuentran diferencias aún entre los sexos, sin embargo se puede entender como una herramienta diferente para el afrontamiento (Richaud de Minzi, 2006). En esta investigación se encontró que los hombres regulares tienden a usar en mayor medida las estrategias de distracción física, diversiones relajantes, buscar pertenencia, preocuparse, fijarse en lo positivo y concentrarse en resolver el problema; apoyo social, buscar ayuda profesional, apoyo espiritual, acción social, hacerse ilusiones, auto inculparse y reservarlo para sí mismo son las estrategias que están en la frecuencia de algunas veces. Así mismo las que usan raras veces son ignorar el problema, reducción de tensión y falta de afrontamiento.

Los alumnos irregulares tienden a usar raras veces la estrategia de auto inculparse, reducción de tensión, falta de afrontamiento, ignorar el problema y reservarlo para sí mismo, algunas veces tienden a usar la estrategia de invertir en amigos íntimos, fijarse en lo positivo, búsqueda de apoyo social, búsqueda de ayuda profesional, apoyo espiritual, acción social y hacerse ilusiones. Además al igual que los alumnos regulares hacen uso a menudo de las estrategias de distracción física, diversiones relajantes, buscar pertenencia, preocuparse y resolver el problema.

De acuerdo a lo anterior se puede analizar que en ambas situaciones académicas el afrontamiento activo y la búsqueda de la distracción ante un problema es parte de su vida diaria al tener un uso a menudo, sin embargo un punto importante es cuando los regulares se fijan en lo positivo, es decir, ven el lado bueno del problema y los irregulares solo algunas veces. Además de que para los irregulares es más fácil expresar sus problemas con los amigos que los regulares, lo que determina el cambio que tiene el rol

social que desempeñaran los adolescentes con las distintas estrategias que usan (Frydenberg y Lewis, 1991).

En el caso de las mujeres en las investigaciones anteriores (Fantin, Florentino y Correché, 2005; Martín, Lucas y Pulido, 2011) se encontró que buscan el apoyo social, se preocupan y buscan el apoyo espiritual para resolver sus problemas, resolver el problema, fijarse en lo positivo, buscar la pertenencia, invertir en amigos íntimos y hacerse ilusiones. En esta investigación se encontró que las mujeres tienden a hacer un uso a menudo de concentrarse en la resolución del problema, buscar diversiones relajantes, buscar pertenencia, preocuparse y esforzarse y tener éxito, en las estrategias que usan algunas veces están apoyo social, invertir en amigos íntimos, en la distracción física, fijarse en lo positivo, acción social, reservarlo para sí misma, hacerse ilusiones, buscar ayuda profesional y apoyo espiritual; ignorar el problema, reducción de tensión y la falta de afrontamiento son las estrategias que usan raras veces.

Las mujeres de acuerdo a lo dicho por González y Landero (2008) tienden sufrir más estrés y síntomas psicossomáticos, y de acuerdo a lo que se encontró es que las medias cambian de acuerdo a la situación académica, lo que proporciona la información necesaria para saber cómo el estrés y sus efectos se ven influenciadas por situación académica, que en este caso las mujeres regulares tienden a usar a menudo esforzarse y tener éxito, preocuparse, buscar pertenencia, concentrarse en resolver el problema y fijarse en lo positivo; las estrategias que usan algunas veces son búsqueda de apoyo social, hacerse ilusiones, acción social, auto inculparse, reservarlo para sí mismo, apoyo espiritual, apoyo profesional, distracción física e invertir en amigos íntimos; las estrategias que usan rara vez son no afrontamiento, reducción de tensión e ignorar el problema.

En cuanto a las mujeres irregulares, las estrategias que usan raras veces son reducción de tensión e ignorar el problema; las usadas algunas veces son no afrontamiento, concentrarse en resolver el problema, la búsqueda de apoyo social, hacerse ilusiones, acción social, auto inculparse, reservarlo para sí mismo, apoyo espiritual, apoyo profesional y distracción física. En cuanto a las estrategias que usan a

menudo son invertir en amigos íntimos, preocuparse, esforzarse y tener éxito, buscar pertenencia y buscar distracciones relajantes.

De acuerdo a lo anterior se puede denotar como en ambas situaciones académicas se concentran en resolver el problema en relación con los demás, y la diferencia está cuando las regulares buscan más enfrentar el problema que las irregulares, así como las irregulares invierten más en los amigos íntimos que las regulares, donde de acuerdo a lo estudiado por Vidales (2003) de la diversidad de los desajustes son los que dan una percepción distinta de los problemas y por ello diferencias entre las condiciones que pueden desatarse en el exceso de actividad en el sistema nervioso autónomo.

Aunado a lo anterior y con el estudio de las problemáticas a las que se enfrentan se encontró que son conductas de riesgo que comienzan a preocuparles y con ello consecuencias en su salud como efecto negativo del estrés, debido a los cambios bio-psico-sociales que mantiene una presión a la que se tiene una influencia directa en sus comportamientos de sociabilidad y autoestima (Cozarelli, 1993). Además en esta investigación se pudo comprobar como los adolescentes tienen dificultades relacionadas a la escuela como parte de la competitividad que se da para estudios superiores (Landeró, 2012), así mismo en ambos sexos como los cambios biológicos afectan la sociabilidad con los padres debido a las diferencias de los comportamientos como resultado de la búsqueda de independencia para la edad mayor. Además de que los cambios físicos generan angustia y conductas perturbadoras al darse cuenta de que el cuerpo infantil que poseían se pierde que provocan que se generen dificultades en las relaciones interpersonales con la familia y los pares ya que se encuentran en la búsqueda de la aceptación que los lleve a cumplir las demandas sociales (Tocaven, 1984; Gómez y Bandera, 2002).

Es por lo anterior que los adolescentes buscan ser aceptados por los que los rodean y así mismo cumplir las expectativas e ideales, la forma de vestir y actuar según los estereotipos que se encuentren dentro de su generación (Dwyer y Mayer, 1969; Garrison y Loredó, 2002).

Las relaciones interpersonales y el apoyo social son las principales problemáticas a las que se enfrentan debido a que deben aprender a cumplir los distintos roles en la sociedad, debido a que la ausencia de este aspecto ya es un estresor. Es por lo anterior que el afrontamiento es relación con los demás y por lo que hombres y mujeres con distintas situaciones académicas que buscan expresarle a sus amigos íntimos las problemáticas (Gottlieb, 1983; citado por Barrón, 1992).

Las relaciones de pareja también son un problema frecuente, ya sea la búsqueda o el mantener una relación estable, esto debido a que da soporte a las necesidades sexuales, de apego, de afiliación, de dar y recibir como parte de la vida social y emocional (Furman y Wehner, 1994; Oliva, 2008).

En el caso de las relaciones con los padres la problemática se encuentra cuando en la búsqueda de la independencia los padres tratan de establecer normas más estrictas alrededor de la vida del adolescente, quien trata de visualizar la nueva realidad y establecer su vida privada. Por lo que la comunicación con los padres se vuelve diferente y llevaría a la búsqueda de acuerdos (Smeata, 1989; Oliva, 2008).

El estrés provoca diversos efectos secundarios en el organismo de los adolescentes que también llega a preocupar y convertirse en otro problema como en el caso de la salud y los problemas cutáneos como parte del exceso de estimulación que sufre el sistema nervioso autónomo (Vidales, 2003).

Además del estrés, que la mayoría de las veces es negativo, las conductas agresivas con los padres y amigos, la depresión y los trastornos negativos son los problemas internalizados que tienen los adolescentes. Dentro de los problemas frecuentes que son externalizados son: las drogas, el sexo sin protección, conducir de manera arriesgada y pelear, de los cuales también fueron reportados por los alumnos estudiados (Olledick, Short y Sander, 2005; citado por Jeffrey, 2002).

CONCLUSIONES

El afrontamiento investigado, desde la perspectiva de Frydenberg y Lewis, permite abrir el panorama acerca de las conductas, ideas y sentimientos que requieren los adolescentes para en el futuro ser adultos funcionales para la sociedad que le permiten afrontar los problemas a los que se enfrentan constantemente y que a partir de lo que van aprendiendo van buscando una manera menos dañina para el cuerpo de hacer frente al estrés como parte de la toma de una mejor decisión. Los adolescentes estudiados en esta investigación son alumnos de nivel medio superior de la UAEMéx quienes se preocupan mayormente por alcanzar un nivel superior, tener buenas calificaciones y los problemas en la familia de acuerdo a lo obtenido, es por ello que este trabajo de tesis abarco los problemas que se dan en la adolescencia de los que se les ha puesto poca importancia para el estudio del afrontamiento. Además se visualiza como cada sexo ve sus problemas y de la manera en la que la enfrentan de acuerdo al sexo y a la situación académica en la que se encuentran, debido a que en distintas investigaciones se tomaron como una manera de diferenciar su uso ya que cambia de acuerdo a las situaciones específicas.

Por lo que de acuerdo a las investigaciones anteriores se coincide en que las mujeres usan estrategias con las que afrontan los problemas en relación con los demás, en cambio los hombres tratan de ignorar o postergar el problema, pero ambos tratan en la mayoría de las veces enfrentar de manera activa el estrés y sus efectos negativos.

Respecto a lo anterior esta investigación visualizo la manera en la que las mujeres irregulares y regulares no toman las mismas estrategias que se englobaban dentro de su género y lo mismo con los hombres, haciendo un análisis de acuerdo a las medias de que a pesar de pertenecer a un sexo cambian las estrategias de acuerdo a la situación académica. Es por lo anterior que se encontró como los hombres regulares e irregulares donde a pesar de que ambos buscar el afrontamiento en relación con los demás y el activo, los irregulares tienen la facilidad de contar con los amigos los problemas pero seguir viéndolo con una actitud más pesimista, en cambio los regulares a pesar de no

tener la facilidad de platicar los problemas con los amigos tienden a ver de manera más positiva sus problemas.

De acuerdo a las mujeres se consideró anteriormente que el afrontamiento en relación con los demás era lo que predominaba pero también buscan tener diversiones relajantes. Sin embargo al analizar entre regulares e irregulares, se encontró que las alumnas con la primera situación académica tienden a afrontar más activamente que las irregulares que buscan más establecer amistades más íntimas.

Lo anterior lleva a concluir como el afrontamiento cambia de acuerdo a la situación académica y a pensar como los regulares tienen un mejor desempeño escolar debido a que afrontan concentrándose en resolver el problema y con ello hacer el análisis de las opciones que lo llevan a salir ileso de los efectos negativos del estrés. Además se puede visualizar como los irregulares no ven las cosas tan positivas pero tampoco no se vuelven activos para resolver su problema hasta que lo comentan con los que están a su alrededor.

A través de este trabajo también se pudo revisar cómo es que la relación entre el afrontamiento y las problemáticas que ellos perciben, da a formar implicaciones entre la manera en la que afrontan hombres y mujeres, ya que lo que les preocupa no es lo mismo para ambos, debido a la relación que han llevado con su ambiente y los estándares a los que los adolescentes se adecuan para buscar la aceptación con los pares. Las consideraciones de las problemáticas en la adolescencia provocan un pensamiento de profundidad más allá de describirlo, buscar las situaciones que llevan a que estos se formen.

Así mismo se revisó la importancia que tienen las estrategias de afrontamiento para los adolescentes y es que se vuelven buenos para el bienestar fisiológico, biológico y social con los que lo rodean, ya que debido a las expectativas que tienen que cumplir los alumnos buscan constantemente el equilibrio necesario para llegar a su independencia y con ello se ven afectadas sus conductas para cumplir su nuevo rol social.

El autoestima y auto concepto además de ser un problema para los adolescentes, es un aspecto importante para el proceso de afrontamiento, ya que es la base para que

el organismo no se vea afectado por el estrés negativo y sus repercusiones y que puede tener una correlación con el afrontamiento que valdría la pena estudiarse.

Los problemas que surgen en la adolescencia como parte de las conductas de riesgo y que son parte del estrés al que se ven sometidos constantemente son desde el consumo de tabaco y alcohol, el acceso a las drogas, el sexo sin protección, depresión y los trastornos alimenticios. Así mismo algunos de estos son relacionados con los estereotipos que se vuelven la influencia principal de para actuar y vestir, ya que es la forma de sentirse aceptados y cumplir los ideales que los padres buscan imponer y los pares difundir.

El afrontamiento es importante para llevar al adolescente a una adaptación con su medio ambiente ya que en esta edad se desenvuelve con los padres, los compañeros de la escuela, amigos y parejas amorosas, por lo que requiere un equilibrio entre las demandas del ambiente y las expectativas de la situación que vaya a enfrentar, denotando así que el afrontamiento va de la mano con el estrés y la emoción. Es por lo anterior que, la higiene mental durante la adolescencia es un factor que debería considerarse para desarrollar adultos funcionales, esto debido a que la falta de educación emocional para la toma de decisiones puede llevar a una salud mental o a desarrollar una psicopatía o un trastorno psicosomático, ya que existe una fuerte relación entre el estrés y la enfermedad.

SUGERENCIAS

La investigación es importante para ampliar el conocimiento por lo que a partir de los fundamentos teóricos hasta los artículos electrónicos que buscan nuevas evidencias del cambio en el afrontamiento y el estrés. Por lo que algunas sugerencias son:

- Evaluar las estrategias y estilos de afrontamiento en los adolescentes como parte de la salud mental para saber si pueden desarrollar alguna enfermedad en mayor medida o menor a la esperada.
- Elaborar una investigación más a profundidad de las problemáticas que perciben los adolescentes y las consecuencias que sufren tanto positivas como negativas.
- El afrontamiento es parte del desarrollo de los individuos por lo que también se puede expandir a los adolescentes que no estudian en el nivel medio superior escolarizado, tomando en cuenta a los que trabajan o concluyen sus estudios por otros medios.
- De acuerdo a lo estudiado anteriormente una gran fase sería la correlación entre los estilos y estrategias de afrontamiento y los factores sociales, económicos, educativos y emocionales que tienen influencia sobre el proceso de afrontamiento.
- Considerando que el asistir a una preparatoria es una forma de dotar al estudiante de las habilidades necesarias para la vida laboral y el nivel superior, sería importante denotar que es lo que hace la educación por la salud física, psicológica y social para que los alumnos sean dotados a su vez de lo necesario para llevar una higiene adecuada para desarrollarse integralmente.

REFERENCIAS

Alcoser, A. (2012). "Estrategias de Afrontamiento en adolescentes de 12 a 15 años con embarazos no planificados, usuarias del Centro de Atención Integral del Adolescente del Área 17 del Cantón Durán" (Tesis de grado para optar por el título de psicóloga clínica) Universidad de Guayaquil. Ecuador. Recuperado de <http://repositorio.ug.edu.ec/bitstream/redug/6004/1/TESIS%20DE%20GRADO%20Alexandra.pdf>

Ángeles Páramo, M d I; (2011). Factores de Riesgo y Factores de Protección en la Adolescencia: Análisis de Contenido a través de Grupos de Discusión. *Terapia Psicológica*, 29() 85-95. Recuperado de <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=78518428010>

Arteaga, A. (2005). *El estrés en adolescentes*. Universidad Autónoma Metropolitana. Iztapalapa. Recuperado de: http://saludxmi.cnpss.gob.mx/insiquiatria/portal/saludxmi/biblioteca/estres/002_ESTRES_enla_Adolescencia.PDF

Ayuntamiento de Toluca. (2017). *Numeralia municipal 2017*. Toluca: Ayuntamiento de Toluca. Recuperado de: http://187.174.218.158/sitios/transparencia/datos/fraccion%20IX/numeralia2017/01_Numeralia%20Municipal%20por%20Subsistema,%20Tema%20y%20%20C3%81reas%202017/01_01_Numeralia%20Municipal%20por%20Subsistema,%20Tema%20y%20%20C3%81reas%202017_.pdf

Baptista, M., Hernández, R., Fernández, C. (2010). *Metodología de la Investigación*. Quinta Edición. McGRAW-HILL/ INTERAMERICANA EDITORES. Recuperado de https://www.esup.edu.pe/descargas/dep_investigacion/Metodologia%20de%20la%20investigaci%C3%B3n%205ta%20Edici%C3%B3n.pdf

Barrón, A. (1992). en Alvarado, J., Torregrosa, J., Garrido, A. (1992) *Influencias sociales y psicológicas en la salud mental*. España Editores. P. 225-233.

Becerra-Partida, O. (2014). La salud mental en México, una perspectiva, histórica, jurídica y bioética. *Persona y Bioética*, 18 (2), 238-253. Recuperado de: <http://www.redalyc.org/pdf/832/83232594012.pdf>

Berrio, N., Mazo, R. (2011) Estrés Académico. *Revista de Psicología Universidad de Antioquia*, [S.I.], v. 3, n. 2, p. 55-82, mar. 2012. Recuperado de: <http://aprendeenlinea.udea.edu.co/revistas/index.php/psicologia/article/view/11369/10646>

Bordignon, N. (2005). El desarrollo psicosocial de Eric Erikson. El diagrama epigenético del adulto. *Revista Lasallista de Investigación*, vol. 2, núm. 2, julio-diciembre, 2005, pp. 50-63. Recuperado de: <http://www.redalyc.org/pdf/695/69520210.pdf>

Cabanach, R G; Freire, C; Rodríguez, S; Piñeiro, I; Valle, A; (2010). ESCALA DE AFRONTAMIENTO DEL ESTRÉS ACADÉMICO (A-CEA). *Revista Iberoamericana de Psicología y Salud*, 1() 51-64. Recuperado de <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=245116411005>

Canessa, B. (2002). Adaptación psicométrica de las Escalas de Afrontamiento para Adolescentes de Frydenberg y Lewis en un grupo de escolares de Lima metropolitana / Psychometric adaptation of the Frydenberg and Lewis test “Adolescent Coping Scales” to a group of school. *Persona*, 0(5), 191-233. Recuperado de <http://revistas.ulima.edu.pe/index.php/Persona/article/view/876>

Contreras, O; Velázquez, M; Chávez, M; (2014). Afrontamiento y depresión: su relación con pensamiento constructivo y no constructivo en universitarios. *Revista Intercontinental de Psicología y Educación*, 16() 31-49. Recuperado de <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=80231541003>

Crespo, M., Labrador, F. (2003) *Estrés*. Editorial Síntesis. Madrid. Páginas 35-55

Del Barrio, V. G. (2003) Estrés y salud, en Q. J. Ortigosa, S. M. Quiles y C. F. Méndez (eds.). *Manual de Psicología de la Salud con Niños, Adolescentes y Familia*, Madrid: Pirámide, 47-69.

Enríquez, M F. (2009). Identificación de estrategias de afrontamiento en un grupo de pacientes con cáncer de seno que reciben tratamiento en el Instituto Cancerológico de Nariño. *Revista Criterios*. Recuperado de www.umariana.edu.co/ojs-editorial/index.php/criterios/article/download/256/221

Fantin, M., & Florentino, M., & Correché, M. (2005). Estilos de personalidad y estrategias de afrontamiento en adolescentes de una escuela privada de la ciudad de San Luis. *Fundamentos en Humanidades*, VI (11), 159-176. Recuperado de: <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=18411609>

Frydenberg, E., Lewis, R. (1991). Adolescent coping: the different ways in which boys and girls cope. *Journal of Adolescence*, 14, 119-133.

Frydenberg, E., Lewis, R. (1993). Boys play sport and girls turn to others: age, gender and ethnicity as determinants of coping. *Journal of Adolescence*, 16, 253-266.

Frydenberg, E., Lewis, R. (1996). *Manual: ACS Escala de afrontamiento adolescente*. TEA Ediciones. España.

Galor, S, Hentschel, U. (2013). El uso de los mecanismos de defensa como herramientas de afrontamiento por veteranos israelíes deprimidos y con TEPT. *Subjetividad y procesos cognitivos*, 17(1), 159-174. Recuperado en 15 de febrero de 2017, de http://www.scielo.org.ar/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1852-73102013000100006&lng=es&tlng=es.

Garay, J; Esteban, J; Gurrola, M; Balcázar, P; Moysén, A; (2012). Acontecimientos productores del estrés y manejo en pacientes con cáncer. *Psicología Iberoamericana*, 20() 63-70. Recuperado de <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=133924623007>

Garrison, M., Loredó, O. (2002). *Psicología*. Editorial McGRAW-HILL. México.

Gómez, A M, Bandera, A. (2002). *Desarrollo Psicológico del Adolescente en Manual de prácticas clínicas para la atención integral de la salud en la adolescencia*. MINSAP. Recuperado en 27 de febrero del 2017, de <http://ccp.ucr.ac.cr/bvp/pdf/adolescencia/Capitulo%20IV.pdf>

González, F. (2007). Instrumentos de Evaluación Psicológica. La Habana. Editorial Ciencias Médicas. Recuperado de http://newpsi.bvs-psi.org.br/ebooks2010/en/Acervo_files/InstrumentosEvaluacionPsicologica.pdf

González, M. Landero, R. (2008). Síntomas Psicossomáticos y estrés: comparación de un modelo estructural entre hombres y mujeres. CIENCIA UANL. VOL. XI. Recuperado de: <https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/2865054.pdf>

González Escobar, S., & González-Arratia López-Fuentes, N., & Valdez Medina, J. (2016). Significado Psicológico de Sexo, Sexualidad, Hombre y mujer en estudiantes universitarios. Enseñanza e Investigación en Psicología, 21 (3), 274-281. Recuperado de: <http://www.redalyc.org/pdf/292/29248182007.pdf>

Hernández, J. (2011) ¿Tiene ventajas estudiar el nivel medio superior? En la educación media superior de México. Recuperado en 27 de febrero del 2017, de http://publicaciones.inee.edu.mx/buscadorPub/P1/D/237/P1D237_08E08.pdf

Hidalgo, M., Ceñal, M. (2014). Adolescencia. Aspectos físicos, psicológicos y sociales. Hablemos de...Recuperado de: http://appswl.elsevier.es/watermark/ctl_servlet?_f=10&pident_articulo=90274223&pident_usuario=0&pcontactid=&pident_revista=51&ty=74&accion=L&origen=apcontinuada&web=www.apcontinuada.com&lan=es&fichero=51v12n01a90274223pdf001.pdf&anuncioPdf=ERROR_publici_pdf

Jeffrey, J. (2008). Adolescencia y adultez emergente. Un enfoque cultural. Tercera Edición. Pearson Educación, México. P- 418

Johnson, D., Johnson, R. (2002). Teaching Students How to Cope with adversity: the Three Cs en Frydenberg, E. (Comp.), Beyond Coping. Meeting goals, visions, and challenges. Nueva York: Oxford University Press.

Landero, J. (2012). Deserción en la educación media superior en México. Suma por la educación. Recuperado en 8 de marzo del 2017 en <http://editor.pbsiar.com/upload/PDF/desercion.pdf>

Madariaga, C; Macías, M A; Valle, M; Zambrano, J; (2013). Estrategias de afrontamiento individual y familiar frente a situaciones de estrés psicológico. *Psicología desde el Caribe*, 30() 123-145. Recuperado de <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=21328600007>

Martín, G. Lucas, B. Pulido, R. (2011) Diferencias de Género en el afrontamiento en la adolescencia. *Brocar*, 35, 157-166. Recuperado de <https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/3932955.pdf>

Martínez, E., Díaz, D. (2007). Una aproximación psicosocial al estrés escolar. *Educación y Educadores*, 10() 11-22. Recuperado de <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=83410203>

Monat, A. y Lazarus, R. (1991). *Stress and Coping. An Anthology*. New York: Columbia University Press.

Misra, R., Crist, M., Burat, C. Relationships Among Life Stress, Social Support, Academic Stressors, and Re-actions to Stressors of International Students in the United States. *Int J Stress Manag.* 2003; 10(2):137-57.

Monroy, I. (2007). "Nivel de Estrés y Estilos de Afrontamiento en Padres y sus Hijos Adolescentes" (Tesis de Maestría en Psicología Clínica). Universidad Autónoma del Estado de México.

Morales, F., & Trianes, M. (2010). Estrategias de afrontamiento e inadaptación en niños y adolescentes. *European Journal of Education and Psychology*, 3 (2), 275-286. Recuperado de: <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=129315468010>

Muñoz, S; Vega, Z; Berra, E; Nava, C; Gómez, G; (2015). Asociación entre estrés, afrontamiento, emociones e IMC en adolescentes. *Revista Intercontinental de Psicología y Educación*, 17() 11-29. Recuperado de <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=80242935002>

Oblitas, L. (2010). *Psicología de la salud y calidad de vida*. Tercera Edición. Cengage Learning Editores. México.

Ocaña, M. (1998). Síndrome de Adaptación General. Escuela Abierta. Páginas 41-50. Recuperado de: <https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/195857.pdf>

Oliva, F. (2008) En Palacios, J., Marchesi, A., Coll, C. (2008) Desarrollo psicológico y evolución. ALIANZA Editorial. P 493-510

Pineda, S. Aliño, M. (2002). El concepto de adolescencia en Manual de prácticas clínicas para la atención integral de la salud en la adolescencia. MINSAP. Recuperado en 27 de febrero del 2017, de http://www.sld.cu/galerias/pdf/sitios/prevemi/capitulo_i_el_concepto_de_adolescencia.pdf

Prieto, M. (2002). Alteraciones del Crecimiento y Desarrollo en Manual de prácticas clínicas para la atención integral de la salud en la adolescencia. MINSAP. Recuperado en 27 de febrero del 2017, de <http://ccp.ucr.ac.cr/bvp/pdf/adolescencia/Capitulo%20IV.pdf>

Richaud de Minzi, M. (2006). Evaluación del afrontamiento en niños de 8 a 12 años. Revista Mexicana de Psicología, 23 (2), 193-201. Recuperado de: <http://www.redalyc.org/pdf/2430/243020649005.pdf>

Rodríguez, C., Caño, A. (2012). Autoestima en la adolescencia: análisis y estrategias de intervención. International Journal of Psychology and Psychological Therapy, 12, 3, 389-403 2012. Recuperado de: <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=4019787>

Rodríguez, J. en Alvarado, J., Torregrosa, J., Garrido, A. (1992) Influencias sociales y psicológicas en la salud mental. España Editores. P. 103-119.

Sandoval, J. (2004). Salud Mental en México. Servicio de investigación y análisis. División de Política Social. Recuperado de: www.salud.gob.mx/unidades/cdi/documentos/SaludMentalMexico.pdf

Secretaria de Educación Pública. (2016). El nuevo Modelo Educativo 2016. Ciudad de México. Recuperado de: http://www.gob.mx/cms/uploads/attachment/file/118382/El_Modelo_Educativo_2016.pdf

Snyder, C. R. (1999). *Coping. The psychology of what works*. New York: Oxford University Press

Soriano, J. (2002). Reflexiones sobre el concepto de afrontamiento en psicooncología. *Boletín de Psicología*, No. 75, Julio 2002, 73-85. Recuperado en 15 de febrero del 2017, de <http://www.uv.es/seoane/boletin/previos/N75-4.pdf>

Tocaven, R. (1984). *Higiene mental*. México: Edicol. 55-68.

Vidales, I., Vidales, F., Leal, I. (2003). *Psicología General*. Editorial Limusa. México.

Viñas, F., González, M., García, Y., Malo, S. y Casas, F. (2015) Los estilos y estrategias de afrontamiento y su relación y su relación con el bienestar personal en una muestra de adolescentes, *Anal. Psicol.* vol.31 no.1 Murcia. Recuperado de http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0212-97282015000100024

Weissmann, P. (2005). *Adolescencia*. La Revista Iberoamericana de Educación. OEI. Número 35/6

APÉNDICES

APÉNDICE A INSTRUMENTO ACS (Adolescent Coping Scale)

Instrucciones

Los estudiantes suelen tener ciertas preocupaciones o problemas sobre temas diferentes, como la escuela, el trabajo, la familia, los amigos, el mundo en general, etc. En este cuestionario encontraras una lista de formas diferentes con las que la gente de tu edad suele hacer frente a una gama amplia de problemas o preocupaciones. Deberás indicar, marcando la letra correspondiente, las cosas que tú sueles hacer para enfrentarte a esos problemas o dificultades. En cada afirmación debes marcar con una "X" la letra A, B, C, D o E según creas e tu forma de reaccionar o de actuar frente a los problemas. No hay respuestas correctas o erróneas. No dediques mucho tiempo a cada frase: simplemente responde lo que crees que se ajusta mejor a tu forma de actuar.

Nunca lo hago	A
Lo hago raras veces	B
Lo hago algunas veces	C
Lo hago a menudo	D
Lo hago con mucha frecuencia	E

1. Hablo con otros para saber lo que ellos harían si se encontrarán en el mismo problema	A	B	C	D	E
2. Me dedico a resolver lo que está provocando el problema	A	B	C	D	E
3. Sigo con mis actividades como las hago cotidianamente	A	B	C	D	E

4. Me preocupo por mi futuro	A	B	C	D	E
5. Me reúno con mis amigos más cercanos	A	B	C	D	E
6. Trato de dar una buena impresión en las personas que me importan	A	B	C	D	E
7. Espero que me ocurra lo mejor	A	B	C	D	E
8. Como no puedo hacer nada para resolver el problema, no hago nada	A	B	C	D	E
9. Me pongo a llorar y/o gritar	A	B	C	D	E
10. Planteo una acción en relación con mi problema	A	B	C	D	E
11. Escribo una carta/mail/ms a una persona que siento que me puede ayudar con mi problema	A	B	C	D	E
12. Ignoro el problema	A	B	C	D	E
13. Ante los problemas, tiendo a criticarme	A	B	C	D	E
14. Guardo mis sentimientos para mí solo(a)	A	B	C	D	E
15. Dejo que Dios me ayude con mis problemas	A	B	C	D	E
16. Pienso en aquellos que tienen peores problemas, para que los míos no parezcan tan graves	A	B	C	D	E
17. Pido consejo a una persona que tenga más conocimientos que yo	A	B	C	D	E
18. Encuentro una forma de relajarme, como oír música, leer un libro, tocar un instrumento musical, ver la televisión, etc.	A	B	C	D	E
19. Practico un deporte	A	B	C	D	E
20. Hablo con otros para apoyarnos mutuamente	A	B	C	D	E
21. Me dedico a resolver el problema utilizando todas mis capacidades	A	B	C	D	E
22. Sigo asistiendo a clases	A	B	C	D	E
23. Me preocupo por buscar mi felicidad	A	B	C	D	E
24. Llamo a un(a) amigo(a) íntimo(a)	A	B	C	D	E
25. Me preocupo por mis relaciones con los demás	A	B	C	D	E

26. Espero que un milagro resuelva mis problemas	A	B	C	D	E
27. Frente a los problemas, simplemente me doy por vencido(a)	A	B	C	D	E
28. Intento sentirme mejor bebiendo alcohol, fumando y consumiendo drogas	A	B	C	D	E
29. Creo un grupo para que se ocupe del problema	A	B	C	D	E
30. Decido ignorar conscientemente el problema	A	B	C	D	E
31. Me doy cuenta que yo mismo(a) me complico la vida frente a los problemas	A	B	C	D	E
32. Evito estar con la gente	A	B	C	D	E
33. Pido ayuda y consejo para que se resuelvan mis problemas	A	B	C	D	E
34. Me fijo en el aspecto positivo de las cosas y trato de pensar en las cosas buenas	A	B	C	D	E
35. Busco ayuda o consejo de un profesional para resolver los problemas	A	B	C	D	E
36. Salgo y me divierto para olvidar mis problemas	A	B	C	D	E
37. Realizo ejercicios para mantenerme en forma y con buena salud	A	B	C	D	E
38. Busco ánimo en otras personas	A	B	C	D	E
39. Considero otros puntos de vista y trato de tenerlos en cuenta	A	B	C	D	E
40. Trabajo intensamente (trabajo duro)	A	B	C	D	E
41. Me preocupo por lo que está pasando	A	B	C	D	E
42. Empiezo, o si ya existe, mejoro la relación con mi enamorado(a)	A	B	C	D	E
43. Trato de adaptarme a mis amigos	A	B	C	D	E
44. Espero que el problema se resuelva por si solo	A	B	C	D	E
45. Me pongo mal (enfermo)	A	B	C	D	E
46. Culpo a los demás de mis problemas	A	B	C	D	E

47. Me reúno con otras personas para analizar el problema	A	B	C	D	E
48. Saco el problema de mi mente	A	B	C	D	E
49. Me siento culpable por los problemas que me ocurren	A	B	C	D	E
50. Evito que otros se enteren de lo que me preocupa	A	B	C	D	E
51. Leo la biblia o un libro sagrado	A	B	C	D	E
52. Trato de tener una visión positiva de la vida	A	B	C	D	E
53. Pido ayuda a un profesional	A	B	C	D	E
54. Me doy tiempo para hacer las cosas que me gustan	A	B	C	D	E
55. Hago ejercicios físicos para distraerme	A	B	C	D	E
56. Hablo con otras personas sobre mi problema para que me ayuden a salir de él	A	B	C	D	E
57. Pienso en lo que estoy haciendo y porque lo hago	A	B	C	D	E
58. Busco tener éxito en las cosas que estoy haciendo	A	B	C	D	E
59. Me preocupo por las cosas que me puedan pasar	A	B	C	D	E
60. Trato de hacerme amigo(a) íntimo(a) de un chico o de una chica	A	B	C	D	E
61. Trato de mejorar mi relación personal con los demás	A	B	C	D	E
62. Sueño despierto que las cosas van a mejorar	A	B	C	D	E
63. Cuando tengo problemas, no sé cómo enfrentarlos	A	B	C	D	E
64. Ante los problemas, cambio mis cantidades de lo que como, bebo o duermo	A	B	C	D	E
65. Me reúno con las personas que tienen el mismo problema que yo	A	B	C	D	E
66. Cuando tengo problemas, me aílo para poder evitarlos	A	B	C	D	E
67. Me considero culpable de los problemas que me afectan	A	B	C	D	E
68. Ante los problemas, evito que otros sepan cómo me siento	A	B	C	D	E
69. Pido a Dios que cuide de mí	A	B	C	D	E
70. Me siento contento(a) de cómo van las cosas	A	B	C	D	E

71. Hablo acerca del problema con personas que tengan más experiencia que yo	A	B	C	D	E
72. Consigo apoyo de otros, como de mis padres o amigos, para solucionar mis problemas	A	B	C	D	E
73. Pienso en distintas formas de enfrentarme al problema	A	B	C	D	E
74. Me dedico a mis tareas en vez de salir	A	B	C	D	E
75. Me preocupo por el futuro del mundo	A	B	C	D	E
76. Procuo pasar más tiempo con la persona con quien me gusta salir	A	B	C	D	E
77. Hago lo que quiera con mis amigos	A	B	C	D	E
78. Me imagino que las cosas van a ir mejor	A	B	C	D	E
79. Sufro dolores de cabeza o de estómago	A	B	C	D	E
80. Encuentro una forma de aliviar la tensión; por ejemplo, llorar, gritar, beber alcohol o consumir drogas	A	B	C	D	E

¿Cuáles son tus problemas más frecuentes a los que te enfrentas?

APÉNDICE B CONSENTIMIENTO Y ASENTIMIENTO INFORMADO

CARTA DE CONSENTIMIENTO



Estimado padre de familia

Presente:

Por medio de la presente se hace una atenta invitación, para que tu hijo _____ estudiante de la escuela preparatoria _____ participe en el proyecto de investigación que desarrolla el Centro de Investigación en Ciencias Médicas (CICMED), de la Universidad Autónoma del Estado de México cuyo título es “**ESTILOS DE AFRONTAMIENTO Y SALUD MENTAL EN ADOLESCENTES CON Y SIN INSATISFACCIÓN CORPORAL**”. Cuyo responsable es la Dra. Rosalinda Guadarrama Guadarrama.

El objetivo del proyecto es comparar los estilos de afrontamiento y la salud mental de los adolescentes con y sin insatisfacción corporal, ya que, se ha señalado que la imagen corporal puede ser asumida por el joven como una serie de cambios que no representan conflicto, es decir, percibe, siente y se comporta de manera positiva con respecto a su cuerpo, lo que le permite una interacción positiva no sólo con sus pares sino con su entorno, convirtiéndose dicha satisfacción en un factor protector para su desarrollo, sin embargo no siempre es así, lo que repercute de manera negativa en su salud mental.

La investigación se realizará en estudiantes de nivel medio superior de la UAEM y consiste en dos etapas:

En la primera: su hijo responderá un cuestionario con los siguientes temas: estilos de afrontamiento, imagen corporal, problemas emocionales y conductuales y por último datos sociodemográficos. Dicha aplicación se realizara en las instalaciones de su escuela

En la segunda etapa – de ser seleccionado su hijo- se realizará una entrevista, en al menos tres sesiones. Dicha entrevista se realizara en las instalaciones del CICMED.

La participación en ambas etapas del estudio es **voluntaria, confidencial y sin costo. Y el estudiante podrá retirarse del estudio en el momento que así lo desee. Aun cuando no se consideran riesgos a la salud mental.** Se tiene contemplado proporcionar a su hijo una lista de instituciones y de servicio particular a los cuales puede acudir en caso de que su hijo lo considere conveniente.

Una vez finalizada la primera etapa, si su hijo lo requiere, se le harán saber los resultados de su cuestionario si él lo solicita. Para la segunda etapa, los resultados serán manejados directamente con su hijo, lo cual permitirá dar cuenta de si tiene alguna problemática y requiere recibir atención. Nuevamente recibirá orientación sobre los servicios a los que puede acudir.

Cabe aclarar que todos los resultados serán entregados exclusivamente de manera personal a su hijo y que solamente el grupo de investigación podrá tener acceso a los datos, para ser tratados de forma estadística y analizados cuantitativa y cualitativamente. Por lo que ni usted tendrá acceso a esos datos a menos que su hijo lo autorice.

La información recabada será empleada con fines de generación de conocimiento, por lo que podrán ser empleados y difundidos en medios impresos y electrónicos y en eventos de índole académico.

Por lo que solicitamos, deje constancia de que ha sido informado de las características de la investigación, que han sido aclaradas sus dudas y por lo tanto da su consentimiento para que su hijo _____ participe en la primera etapa del proyecto,

Nombre y firma del padre o tutor _____ fecha

así mismo autorizo para que de ser seleccionado por los investigadores, mi hijo continúe participando en la segunda etapa del proyecto. Se me entrega copia de esta carta de consentimiento.

Nombre y firma del padre o tutor _____ fecha

Yo _____ al haber leído y conocer la finalidad del proyecto de investigación: **ESTILOS DE AFRONTAMIENTO Y SALUD MENTAL EN ADOLESCENTES CON Y SIN INSATISFACCIÓN CORPORAL**, y toda vez que mi padre ha autorizado mi participación, acepto de manera voluntaria y libre participar en la primera etapa de dicho proyecto

Nombre **y** **firma** **del** **alumno**
_____ **fecha**

Asimismo y de ser seleccionado por el grupo de investigadores para la segunda etapa del proyecto, manifiesto no tener inconveniente en participar

Nombre **y** **firma** **del** **alumno**
_____ **fecha**