

DEDICATORIA

***A mi familia quienes fueron
los que me apoyaron
durante toda mi carrera
brindándome su amor y
consejos en todo momento.***

***A todos mis docentes
quienes fueron los que me
transmitieron sus
conocimientos.***

AGRADECIMIENTOS

- **Por sobre todas las cosas quiero agradecer a Dios, por haberme dado la vida, la salud y la capacidad para elegir esta hermosa carrera.**
- **A mi tutor Lic. Leonardo Oscar Peñaranda Adriazola por brindarme su apoyo en la elaboración de este trabajo.**
- **A las familias damnificadas por el Megadeslizamiento en la Zona de Callapa, quienes me brindaron su apoyo incondicional.**

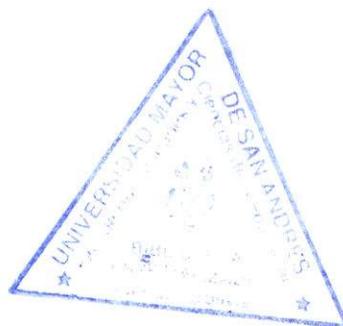
ÍNDICE

	Pág.
Introducción	1
CAPÍTULO I	
Planteamiento de problema y objetivos de investigación	3
Área problemática	3
PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN	6
Pregunta de investigación	6
Objetivos	6
Objetivo general	6
Objetivo específicos	6
Hipótesis	6
Justificación	7
CAPÍTULO II	
MARCO TEÓRICO	9
Antecedentes de estudio	9
Estrés	10
Estrés desde la perspectiva de Lazarus y Folkman	13
La evaluación primaria	14
La evaluación secundaria	14
La reevaluación	15
Afrontamiento	15
Perspectivas sobre afrontamiento	18
Cognoscitivo	19
Conductual	19
Evitativo	19
Etapas del afrontamiento	20
Funciones del afrontamiento	22
Modos del afrontamiento dirigidos a la emoción	23

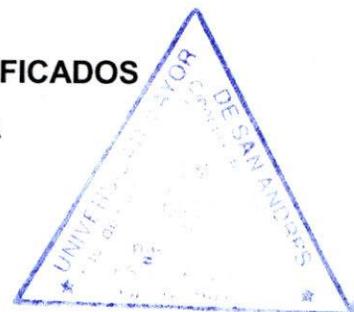
	Pág.
Modo del afrontamiento dirigido al problema	25
Modo del afrontamiento mixto	26
Recursos para el afrontamiento	28
Salud y energía	29
Creencias positivas	29
Habilidades sociales	29
Recursos materiales	30
Apoyo social	30
Teorías relacionadas con el apoyo social	32
Teoría de la atribución	32
Teoría del afrontamiento	33
Teoría del intercambio social	33
Clasificación de tipos de apoyo social	33
Apoyo emocional	33
Apoyo cognitivo	33
Apoyo material	33
Aspectos del apoyo social	34
Apoyo social percibido	37
Afrontamiento y apoyo social	39
CAPÍTULO III	
METODOLOGÍA	41
DISEÑO DE LA INVESTIGACIÓN	41
TIPO DE INVESTIGACIÓN	41
POBLACIÓN	41
MUESTRA	42
Tipo de muestra	42
Tamaño de la muestra	42
Criterios de inclusión	42
Criterios de exclusión	43

	Pág.
VARIABLES DE ESTUDIO	43
Identificación de variables	43
Definición conceptual de variables	43
Afrontamiento	43
Apoyo social	43
Operalización de variables	44
Instrumentos	46
Cuestionario de Estimación de Afrontamiento (COPE)	46
Escala de Apoyo social (Social Provisión Scale de Rusell)	47
PROCEDIMIENTO	48
CAPÍTULO IV	
PRESENTACIÓN DE RESULTADOS	50
a) RESULTADOS DE DATOS DEMOGRÁFICOS DE LA POBLACIÓN SUJETA A ESTUDIO	50
b) RESULTADOS DE LA APLICACIÓN DEL CUESTIONARIO DE ESTIMACIÓN DE AFRONTAMIENTO (COPE)	56
c) RESULTADOS DE LA APLICACIÓN DE LA ESCALA DE APOYO SOCIAL (Social Provisión Scale de Rusell)	72
d) CORRELACIONES	79
CAPÍTULO V	
CONCLUSIONES	102
RECOMENDACIONES	120
Bibliografía	122
ANEXOS	124
ANEXO 1: Comparación de tipos de afrontamiento según los resultados obtenidos	125
ANEXO 2: Encuesta personal	126
ANEXO 3: Cuestionario de Estimación de Afrontamiento (COPE)	127
ANEXO 4: Escala de Apoyo Social (SOCIAL PROVISION SCALE DE RUSELL)	130

ANEXO 5: Certificación de la Unidad Brazo Social del G.A.M.L.P.	132
ANEXO 6: Fotografías del megadeslizamiento	133
ANEXO 7: Fotografías coordinación con responsable de albergue y capacitación a familias damnificada	134



AFRONTAMIENTO EN RELACIÓN AL APOYO SOCIAL EN DAMNIFICADOS DEL MEGADESLIZAMIENTO DE LA ZONA DE CALLAPA



Introducción

En el año 2011 se produjo en nuestra ciudad de La Paz, una de las tragedias más significativa de las últimas décadas, al que se denominó “**el megadeslizamiento**”, que afectó a los barrios de Kupini, Kupini II, Callapa, Santa Rosa de Callapa, prolongación Kupini Valle de las Flores, Pampahasi, Cervecería, Bajo Kupini, Pampahasi Central, 23 de Marzo, Jokoni y Metropolitana que dejó alrededor de 6.000 personas afectadas y aproximadamente 1.500 viviendas arrasadas; además de las pérdidas de las áreas cultivables, tuberías de alta presión, vías asfaltadas, de tierra, infraestructura pública, unidades educativas, servicios básicos y obras de prevención en el sector.

El apoyo social de la comunidad fue solidario, ante la situación desde diferentes fuentes, desde organismos internacionales, instituciones privadas, públicas y personas particulares.

La presente investigación busca precisamente identificar el impacto y la ayuda que ha llegado a realizar estas personas solidarias brindando **apoyo social** a las personas damnificadas del megadeslizamiento y tratar de probar que los mecanismos de **afrontamiento** que estas personas han llegado a ser fortalecidos y mejorados precisamente por este apoyo social ya que las familias que perdieron sus viviendas y enseres, tuvieron que afrontar una situación conflictiva viviendo en carpas y albergues comunales, afectadas en su salud física y mental

El objetivo del presente estudio es evaluar la relación que existe entre el afrontamiento de los damnificados del megadeslizamiento de Callapa y el apoyo social que han llegado a recibir de su medio, entendiendo este último como familiares, amigos, instituciones y/o la misma comunidad.

Se parte desde el punto de vista de que la salud mental, las emergencias y los desastres implican una perturbación psicosocial que sobrepasa la capacidad de manejo o afrontamiento de la población afectada. Los efectos psicosociales se refieren a los efectos que generan los desastres en el ámbito psicológico individual, familiar y social de las víctimas.

A partir de ello, se pretende adaptar las acciones ante a una realidad y necesidad objetiva, que a su vez sirva para ser adaptado a diferentes contextos, con lineamientos multisectorial e interinstitucional para que las comunidades protejan el bienestar psicosocial de la población afectada por una situación de desastre.

Capítulo I

PLANTEAMIENTO DE PROBLEMA Y OBJETIVOS DE INVESTIGACIÓN

I. ÁREA PROBLEMÁTICA

Los desastres naturales nos recuerdan a diario cuan vulnerables seguimos siendo como humanidad, en la materialización de diferentes hechos en el mundo. En los últimos siete años se duplicó el número de emergencias por inundaciones, sequías y deslizamientos atribuidos a los fenómenos climatológicos El Niño y La Niña en Sudamérica.

Esfuerzos de las Naciones Unidas ha permitido demostrar que los desastres no solo afectan la economía y la infraestructura de un país sino que comprometen a la misma estructura social de las comunidades afectadas a la salud física y mental de sus integrantes. Bolivia, no es ajena a situaciones de emergencias y desastres Naturales, son frecuentes los deslizamientos, granizadas, heladas, sequías, desborde de ríos, incendios forestales, sismos y hasta terremotos. El Fenómeno del Niño producto del recalentamiento global y del efecto invernadero, afecto gran parte del territorio nacional, con mayor intensidad en los departamentos de La Paz, Santa Cruz, Beni y Pando.

La ciudad de La Paz, el año 2011 tuvo una de las tragedias probablemente más significativa de las últimas décadas, al que se denomino "el megadeslizamiento", "donde el Alcalde de La Paz, Dr. Luis Revilla, aseguró que el megadeslizamiento afectó al menos a 10 barrios de la ladera este de la ciudad, estableció que las pérdidas ascienden a casi 93 millones de dólares, entre inversión municipal, infraestructura, propiedad privada y pertenencias de las familias damnificadas", resaltando las pérdidas de las pertenencias de las familias que abarcan desde enseres básicos, vehículos, máquinas y otros materiales, con una suma cercana a los 22 millones de dólares.

Además de las pérdidas de las "áreas cultivables, tuberías de alta presión, vías asfaltadas, de tierra, infraestructura pública, unidades educativas, servicios básicos y obras de prevención en el sector", las zonas afectadas se encuentran en las zonas Cervecería, Metropolitana, Pampahasi Bajo, Prolongación Kupini II, Complementación Kupini II, Valle de las Flores, Santa Rosa de Callapa, Callapa, Santa Rosa de Azata, Las Dalias y Alto Villa Salomé. (La Opinión, 2011)

El director de Gestión de Riesgos del gobierno municipal, Vladimir Toro, explicó que hizo una evaluación técnica acerca de las condiciones del área afectada que cubrió 148 hectáreas. "el río Chujllunkani que como no tenía un cauce, se ha filtrado el agua hacia Callapa por las lluvias que se produjeron, pero hemos reconducido temporalmente su ruta por una quebrada antigua. A la fecha, en el sector superior de Callapa se ha ejecutado en un 100 por ciento el encauce del río. El problema ahora está en Caliri y Bologna, donde propietarios de algunos predios no nos permitieron ingresar para hacer el movimiento de tierras para terminar de encauzar el río. Son 100 metros los que nos faltan para terminar este trabajo y se desemboque en el río Irvavi. Seguimos en conversaciones y en cuanto se logre un acuerdo vamos a reordenar el criterio de alineamiento del río Chujllunkani". (La Prensa. 2011)

El apoyo social de la comunidad fue solidaria, ante la situación desde diferentes fuentes, desde organismos internacionales, instituciones privadas, públicas y personas particulares, definido por Caplan (Aduna, 1998) como "una guía y retroalimentación proporcionado por otras personas que permiten al sujeto manejar un evento estresante", donde las personas involucradas en el sistema de apoyo social ayudan a los individuos a movilizar sus recursos psicológicos, comparten sus tareas, les proporcionan recursos tangibles o habilidades y/o les proporcionan entendimiento cognitivo y guía que puede mejorar el manejo de la situación, se manifestó desde diferentes espacios sociales.

El director de Gestión de Riesgos, Vladimir Toro, manifestó "El trabajo que estamos realizando está enmarcado en el plan específico que tiene que ver con la búsqueda y rescate de enseres y materiales de construcción. Eran dos trabajos distintos que se han fusionado. El área que tenemos que cubrir es de 148 hectáreas. También se ha fusionado la labor de rehabilitación de ingresos con el movimiento de tierras y también la rehabilitación de cauces de río, principalmente en Callapa, que se ha dividido en seis sectores de intervención. (La Prensa, 2011)

La campaña "Todos solidarios, Bolivia una sola", impulsada por el Gobierno, la Gobernación y la Alcaldía de La Paz recaudó 55 toneladas de vituallas y alimentos, además de 250.000 dólares que fueron depositados en una cuenta del Banco Unión para ayudar a más de 14.000 familias damnificadas por los desastres naturales que azotaron varias regiones del país, particularmente a los afectados por el megadeslizamiento en La Paz. Asimismo, la cuenta N° 15462738 del Banco Unión, habilitada a nivel nacional, logró recolectar aproximadamente 250 mil dólares en efectivo. Además otras instituciones entregaron otros donativos, como 3 toneladas de leche, 4 toneladas de fideo, 2 toneladas de agua, 15 mil pañales, entre otros. (La Opinión, 2011)

Por otro lado, a pesar de las manifestaciones solidarias, las familias que perdieron sus viviendas y enseres, tuvieron que afrontar la situación, viviendo en carpas y albergues comunales, afectadas en su salud física y mental. Afrontamiento definido por Casullo y Fernández L. (Figueroa, 2005) como el conjunto de respuestas (pensamientos, sentimientos, acciones) que un sujeto utiliza para resolver situaciones problemáticas y reducir las tensiones que ellas generan.

II. PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN

El Afrontamiento asociado al Apoyo Social en los damnificados del megadeslizamiento, permite realizar la siguiente pregunta de investigación:

Pregunta de investigación

¿El afrontamiento en los damnificados del megadeslizamiento de Callapa está determinado por el apoyo social percibido?

III. OBJETIVOS

Objetivo general

- Evaluar la relación entre afrontamiento de los damnificados del megadeslizamiento de Callapa y el apoyo social percibido.

Objetivo específicos

- Describir los niveles de afrontamiento de los damnificados del megadeslizamiento de Callapa.
- Identificar el apoyo social percibido por los damnificados del megadeslizamiento de Callapa.
- Analizar la correlación de categorías entre el afrontamiento y el apoyo social percibido por los damnificados del megadeslizamiento de Callapa.

IV. HIPÓTESIS

A mayor apoyo social recibido mayor será el nivel de afrontamiento en los damnificados del megadeslizamiento de Callapa.

V. JUSTIFICACIÓN

Desde el punto de vista de la salud mental, las emergencias y los desastres implican una perturbación psicosocial que sobrepasa la capacidad de manejo o afrontamiento de la población afectada. Los efectos psicosociales se refieren a los efectos que generan los desastres en el ámbito psicológico individual, familiar y social de las víctimas.

La presente investigación visibilizará la relación entre el apoyo social manifestado hacia los damnificados, por la comunidad solidaria ante el desastre natural denominado megadeslizamiento, con el afrontamiento de los mismos, manifestado en los esfuerzos cognitivos, emocionales.

Fundamentada en la repercusión significativa manifestada para todos los que presenciaron este desastre y las consecuencias cuantificadas por diferentes organizaciones:

- Wolfgang Friedl, ejecutivo de la sección de comunicación de la Unicef, indicó que un total de 256 niños y niñas menores de 5 años, 399 entre 6 y 12 años y 340 adolescentes de 13 a 18 años son los damnificados por el siniestro que afectó a los barrios de Kupini, Kupini II, Callapa, Santa Rosa de Callapa, prolongación Kupini Valle de las Flores, Pampahasi, Cervecería, Bajo Kupini, Pampahasi Central, 23 de Marzo, Jokoni y Metropolitana que dejó alrededor de 6.000 personas afectadas y aproximadamente 1.500 viviendas arrasadas. (La Patria, 2011)

-Los datos estadísticos continuaron ilustrando la magnitud del desastre natural, 4.413 hectáreas agrícolas anegadas. El Gobierno informó que el 0,5% de las 2,7 millones de hectáreas productivas existentes en el país fueron afectados por las lluvias y los desbordes de ríos, en cinco departamentos del territorio nacional”, el viceministro de Desarrollo Rural, Víctor Hugo Vásquez, explicó que

el 0,5% representa unas 4.413 hectáreas agrícolas anegadas. Por otra parte, el Alcalde Dr. Luis Revilla aclaró que los predios afectados son 1.467, que se encuentran en las zonas Cervecería, Metropolitana, Pampahasi Bajo, Prolongación Kupini II, Complementación Kupini II, Valle de las Flores, Santa Rosa de Callapa, Callapa, Santa Rosa de Azata, Las Dalias y Alto Villa Salomé. (La Opinión, 2011)

A partir de la presente investigación se pretende adaptar las acciones ante a una realidad y necesidad objetiva, que a su vez sirva para ser adaptado a diferentes contextos, con lineamientos multisectorial e interinstitucional para que las comunidades protejan el bienestar psicosocial de la población afectada por una situación de desastre. A partir de una guía con una serie de respuestas mínimas que debieran activarse en situaciones similares.

Así mismo orientar a quienes proporcionan asistencia humanitaria, la promoción y protección de los derechos humanos de todas las personas afectadas, en especial a la atención de los grupos con mayor riesgo en cuanto al apoyo integral, a nivel personal y familiar, además de fortalecer a las personas que dan muestras de afrontamiento, en participar en las tareas de socorro, reconstrucción y atención psicosocial.

Capítulo II

MARCO TEÓRICO

ANTECEDENTES DE ESTUDIO

Realizada la revisión bibliográfica de estudios asociados a la problemática de la población y las variables de estudio Afrontamiento y Apoyo Social, se evidencio una investigación realizada por la Dra. Maria Lily Maric Palenque, en torno a la “Resiliencia y calidad de vida en zonas de riesgos naturales” donde el universo fue la ciudad de La Paz y la muestra fue construida por 580 personas mayores de 18 años, varones y mujeres habitantes en zonas de alto riesgo de sufrir desastres naturales.

Dentro los resultados: a) AFRONTAMIENTO ACTIVO POR CALIDAD DE VIDA: Las dimensiones “Características del barrio” y “Económica” inciden en las conductas del afrontamiento activo. b) AFRONTAMIENTO PASIVO POR CALIDAD DE VIDA: Los sujetos que perciben su calidad de vida como pobre, las dimensiones “Municipal” y “Social” tienen más impacto en la aparición de la conducta de afrontamiento pasivo.

Existe una relación entre afrontamiento activo y afrontamiento pasivo con la calidad de vida, esta relación es mayor para el grupo “aceptable calidad de vida” que para el grupo “pobre calidad de vida”, por otro lado la autoestima colectiva o el orgullo por el lugar en que se vive es otro factor importante en la construcción de la resiliencia. (Aproximaciones metodológicas, 2010)

Por otro lado, un proyecto dirigido y realizado dentro la escuela de padres y madres asistentes a cursos de formación en la Organización para el Desarrollo Social y Productivo ODEPRO, busca fortalecer, entrenar y desarrollar las habilidades de la comunicación, creatividad y asertividad (Apoyo Social), el

programa de fortalecimiento de Estrategias de Afrontamiento mediante la vinculación de las variables comunicación, creatividad y asertividad, se fortalece, crea y desarrolla nuevas Estrategias de Afrontamiento teniendo como resultado habilidades sociales efectivas (Apoyo Social).

Se manifestó la importancia del fortalecimiento de la Estrategias y Capacidades de Afrontamiento en edad temprana para generar esquemas de acción que no signifiquen esfuerzo cognitivo conductual, por el contrario adquiera pensamientos automáticos proactivos, incrementando la efectividad de respuestas inmediatas ante demandas externas o internas. Mediante el fortalecimiento de Estrategias de Afrontamiento se logró el cuestionamiento sobre los esquemas de pensamiento, emociones y conductas que forman parte de cada persona.

La comunicación como Estrategia de Afrontamiento ha permitido mejorar y efectivizar las relaciones familiares y sociales por que la expresión corporal y verbal se hizo fluida en comparación al inicio de la aplicación del programa.

(J. San Jines, 2006)

ESTRÉS

Estas son algunas definiciones por algunos autores:

Selye definió estrés como una respuesta no específica del organismo ante cualquier demanda (Lazarus y Folkman, 1991). Esta definición se limita al nivel psicológico de análisis, y por otro lado se asemeja a las definiciones que hablan del estrés como un fenómeno de la homeostasis producido por un cambio ambiental.

Miller (Lazarus y Folkman, 1991) define el estrés como "cualquier estimulación vigorosa, extrema o insulsa que, representando una amenaza, cause algún cambio significativo en la conducta..."

Para Levi (Pastrana, 1998), el estrés tiene lugar cuando una estimulación incrementa la activación de un organismo más rápidamente que su capacidad de adaptación para atenuarla; en otras palabras, cuando se presenta un evento estresante hay una sobre-estimulación y una acción atenuadora del organismo, implicando con ella una estrategia adaptativa (como se puede observar esta definición sigue el modelo estímulo-respuesta).

De acuerdo con Valdés y de Flores (Pastrana, 1998), el estrés es una consecuencia de una activación psicofisiológica, en donde está implicado un estímulo, una cognición, una reacción fisiológica y una conducta que generalmente se traduce en términos de fracaso adaptativo.

Según Aduna (1998), también ha definido el estrés como producto de un conflicto intrapsíquico centrándose en las necesidades, motivos, impulsos o creencias; o como una respuesta, tal como excitación fisiológica o distrés subjetivo.

Norris y Murrell (Aduna, 1998), señalan que el estrés es causado por la presencia de síntomas previos de tipo físico, psicológico e incluso social, como: la poca educación, poca edad, problemas de depresión, problemas de género.

En 1980, Mccubbin (Aduna. 1998) define los estresores como los eventos de la vida o sucesos con suficiente magnitud que provocan un cambio en el sistema familiar. Al haber un enfermo con una enfermedad crónica en la familia, ésta sufre alteraciones, los miembros de este núcleo cambian sus

papeles debido a que el paciente en cuestión requiere de más atención por parte de cada uno de ellos. El estrés no es visto en el evento en sí mismo, es decir, no reside en la enfermedad, sino es conceptualizado como una función de la respuesta de la familia ante dicho evento y se refiere al monto de tensiones generadas por el estresor que no logra ser manejado por el sistema familiar.

Lazarus (1998) propone que la conducta y sus efectos emocionales están determinados por las cogniciones, valores, percepciones, creencias del individuo, etc., lo que lleva al empleo de variables cognitivas y por lo tanto a la conceptualización del estrés como proceso dependiente de los significados para el sujeto. Para Lazarus y Folkman (1991), se hace evidente la necesidad de adoptar una perspectiva relacional, en la que se identifique la naturaleza de la relación con el propósito de comprender el complejo modelo de reacción y sus consecuencias adaptativas. Por lo cual, sugirieron que se utilizara un concepto organizador para entender el amplio grupo de fenómenos que implica el estrés. Consideraron que el estrés no es una sola variable, sino una rúbrica de distintas variables y procesos.

De manera que Lazarus y Folkman (1991), definen el estrés psicológico como el resultado de una relación particular entre el individuo y el entorno, que es evaluado por éste como amenazante o desbordante de sus recursos que ponen en peligro su bienestar. En esta definición se hace referencia a la relación entre el individuo y el entorno, en la que se tiene en cuenta las características del sujeto por una parte y la naturaleza del medio por otra y depende de la evaluación cognitiva del sujeto si determinada relación individuo-ambiente es estresante o no.

ESTRÉS DESDE LA PERSPECTIVA DE LAZARUS Y FOLKMAN

En la definición de estrés propuesta por Lazarus y Folkman (1991), se hace referencia a la relación entre el individuo y el entorno, en la cual se consideran las características del individuo y la naturaleza del medio; también se señala que depende de la evaluación cognitiva del individuo para determinar si relación individuo-ambiente es estresante o no.

Este enfoque supone que un estímulo estresante no presume el mismo impacto y los mismos efectos adversos en personas distintas, e incluso sobre la misma persona, en momentos o situaciones vitales. Y que es a través de la evaluación del estímulo como situaciones propiamente amenazantes o no para el individuo; o bien del juicio que se haga sobre las posibilidades para enfrentar esa situación.

El modelo de Lazarus y Folkman (1991), plantea que la percepción de un estímulo estresante por un individuo será evaluado primero por el significado y segundo por la importancia de la situación para su bienestar; este proceso de interpretación es variable de un individuo a otro e influye en la relación dinámica o transaccional entre el ambiente, mediadores internos y afrontamiento ante el estrés.

Por lo tanto, los acontecimientos no tienen significado para el sujeto hasta que su filtraje de la experiencia, sus defensas psicosociales, las repercusiones fisiológicas, las estrategias de afrontamiento y sus conductas decidan su poder patógeno; para unos individuos el estímulo tendrá connotaciones negativas mientras que para otros gratificantes. (Pastrana, 1998)





Mediante la evaluación cognitiva, el individuo concede unos atributos específicos a la situación estimuladora, por creer que puede afectar en mayor o en menor medida a su bienestar personal. En relación con esta evaluación subjetiva, sólo podría considerarse como estresor aquel estímulo que, tras de ser evaluado, sea clasificado por el individuo como desafiante o amenazante y que desborde la posibilidad que él tiene de hacerle frente (Lazarus y Folkman, 1991). Mientras que, la respuesta emocional y en consecuencia la relación orgánica ante el estímulo será determinada por el resultado de una evaluación emocional de la situación estimulada.

La evaluación cognitiva determina las consecuencias que se pueden generar ante algún estímulo. Lazarus y Folkman (1991), describen tres tipos de evaluación, a saber, evaluación primaria, evaluación secundaria y la reevaluación.

La evaluación primaria, se refiere a la percepción de la situación que enfrenta el individuo. Cuando el encuentro con el entorno no conlleva implicaciones para el individuo, tal encuentro pertenece a la categoría de irrelevante. El individuo no siente interés por las posibles consecuencias, dicho de otra forma, el encuentro no implica valor, necesidad, compromiso; es decir, no se pierde ni se gana nada con la transformación. Tales evaluaciones se caracterizan por generar emociones placenteras como alegría, amor, felicidad, regocijo o tranquilidad.

La evaluación secundaria, hace referencia al enjuiciamiento de lo que sea o no oportuno para hacer ante la situación y a la prevención de las consecuencias que se derivan de los distintos modos de proceder. En ésta, se generan los pensamientos de lo que puede y debe hacerse, en este complejo proceso se revisan las opciones afrontativas con que cuentan para hacer frente a una amenaza o desafío que cumplan con las expectativas de eficacia en pro del

propio bienestar y seguridad, así como la evaluación de consecuencias por el uso de determinadas estrategias.

La reevaluación, supone cambios en la primera evaluación efectuada, a partir de la incorporación de nuevos datos provenientes del propio sujeto o del entorno. Es decir que, la reevaluación se produce cuando una estrategia de afrontamiento generada de una evaluación previa resulta inadecuada, en ese momento el individuo la reinterpreta de una forma más positiva, para sobrellevar la situación estresante, y así sucesivamente, para convertirse en un proceso circular.

Un acontecimiento será estresante en función a la cronología o al momento de la vida en que aparezca y a las experiencias previas. En un ciclo de vida se espera que sucedan ciertos acontecimientos, cambios, crisis normales en una persona, pero cuando ocurre a destiempo de lo esperado en su núcleo social, se puede esperar que este individuo sufra un alto nivel de amenaza y reaccionar con aislamiento, insatisfacción, baja autoestima, etc. (Lazarus y Folkman, 1991)

AFRONTAMIENTO

Estas son algunas definiciones por algunos autores:

Murphy (Pastrana, 1998), define el afrontamiento como un proceso que permite que la persona sea capaz de tratar con un reto o aprovechar una oportunidad donde la adaptación sería el resultado. Y que cada persona utiliza su propio método para enfrentar una situación particular en un momento específico.

Lazarus y Launier (Aduna, 1998) entienden por afrontamiento, los esfuerzos cognitivos y conductuales para dominar, reducir o tolerar las demandas internas y/o externas que son creadas por la transacción estresante.

Billings y Moos (Aduna, Martínez y Solís, 2001) mencionan que el afrontamiento se define como los intentos que realiza la persona para emplear sus recursos tanto personales como sociales con el fin de manejar el estrés y de realizar acciones concretas que le permitan modificar las situaciones problemáticas.

Para Kagan (Pastrana, 1998), el afrontamiento se entiende como las relaciones que resuelven, reducen o renuevan el estado afectado clasificado como sobre estresante.

Olson y McCubbin (Figuroa, Lcunza y Levin, 2005) destacan dos aspectos básicos. Por un lado, el afrontamiento como un proceso y por el otro, la eficacia del mismo. De acuerdo con estos autores el afrontamiento sería un proceso que el sujeto pone en marcha para hacer frente a situaciones estresantes; sin embargo, no siempre la puesta en marcha de este proceso garantiza su éxito. Si al hacerlo el individuo tiene éxito para solucionar la situación problemática presente, repetirá el mismo ante situaciones similares; en caso contrario buscará otro recurso. En este caso se estaría ante una situación de aprendizaje por ensayo y error.

Para Seligson y Reynoso (Huerta y Corona, 2003) el concepto de afrontamiento enfatiza el confrontar o clarificar el problema, para posteriormente generar conductas alternativas.

Frydenberg y Lewis (Figuroa, 2005) definen al afrontamiento como las estrategias conductuales y cognitivas para lograr una transición y una

adaptación efectivas. Afirman que es posible hacer una distinción entre afrontamiento general y específico, es decir el modo con la persona encara cualquier situación (general) y una problemática particular (específico). En sus investigaciones identificaron 18 estrategias: buscar apoyo social, concentrarse en resolver el problema, esforzarse y tener éxito, preocuparse, invertir en amigos íntimos, buscar pertenencia, hacerse ilusiones, falta de afrontamiento, reducción de la tensión, acción social, ignorar el problema, autoinculparse, reservarlo para sí, buscar apoyo espiritual, fijarse en lo positivo, buscar ayuda profesional, buscar diversiones relajantes y distracción física.

Casullo y Fernández Liporace (Figuroa y Levin, 2005) consideran la capacidad de afrontamiento como el conjunto de respuestas (pensamientos, sentimientos, acciones) que un sujeto utiliza para resolver situaciones problemáticas y reducir las tensiones que ellas generan.

López y Pineda (Huerta y Corona, 2003) señalan que dentro de los factores personales que han mostrado estar relacionados con la aparición y mantenimiento del estrés se encuentran los estilos de afrontamiento, los patrones característicos del pensamiento, las creencias de control, autoeficacia, la fortaleza personal, los valores y las experiencias previas. Una vez que el individuo determina que el evento particular constituye una fuente de tensión se inicia un proceso activo entre el individuo y el ambiente, que tiene como finalidad abordar dicho evento y reducir la tensión, el cual se denomina afrontamiento.

Estos investigadores han sugerido que se requieren diferentes estrategias de afrontamiento para las diferentes situaciones de la vida, debido a que un estilo de afrontamiento que funciona bien para una situación puede no ser efectivo en otra. Sobresale en estas definiciones que, el afrontamiento no es estático, sino que cambia en calidad e intensidad en función de la nueva información y de

la respuesta a los resultados previos cuyas implicaciones son evaluadas. Algunas valoraciones son aceptadas y otras rechazadas a partir del flujo de información y de la presencia de disposiciones psicológicas que influyen en las transacciones del individuo con el ambiente.

PERSPECTIVAS SOBRE AFRONTAMIENTO

Como ya se mencionó, para Billings y Moos (Aduna, 1998), el afrontamiento se define como los intentos que realiza la persona para emplear sus recursos tanto personales como sociales con el fin de manejar el estrés y de realizar acciones concretas que le permitan modificar las situaciones problemáticas.

Moos (Huerta y Corona, 2003) define una conducta de afrontamiento como una respuesta específica cognitiva o conductual de un sujeto o de un grupo de individuos para reducir o manejar las demandas internas o externas que se le presentan. De manera que, las conductas de afrontamiento son empleadas para manejar los problemas o las situaciones que causan estrés y ansiedad a la persona. Indican que las estrategias de afrontamiento no son inherentemente adaptativas o desadaptativas; ya que éstas pueden ser beneficiosas si se les da un uso moderado o temporal y también pueden ser dañinas si dependen exclusivamente en un solo tipo de conducta. Desde esta perspectiva se considera a la estrategias de afrontamiento como una capacidad que puede aumentar o disminuir el bienestar frente a las demandas de la vida y los estresores.

Esta perspectiva se centra en los rasgos o estilos de afrontamiento. Hace referencia a las propiedades de que dispone el individuo y que aplica en determinadas situaciones; se insiste en las estructuras desarrolladas por el propio sujeto, que una vez creadas, actúan presumiblemente como predisposiciones estables para afrontar de una forma u otra los acontecimientos estresantes de la vida.

Billings y Moos (Aduna, 1998), proponen tres estilos básicos de afrontamiento:

1) Cognoscitivo: Se refiere a los intentos para resolver los eventos estresantes de una manera cognitiva, en otras palabras intrapsíquicamente, es hacer una redefinición de las demandas de la situación para lograr hacerlas más manejables. Se centra en el análisis o valoración y revaloración de dichas demandas o amenazas percibidas, para tratar de entenderlas o comprenderlas y así darles un significado para lograr manejar la tensión provocada por la situación. Este tipo de afrontamiento está dirigido a la situación concreta y/o a los aspectos efectivos de un problema, por ejemplo: ver el lado positivo de la situación, el análisis lógico, buscar experiencias pasadas similares a la situación actual para así emplear estrategias anteriormente utilizadas en las situaciones estresantes que el individuo ya experimento, etc.

2) Conductual: Se refiere directamente a las acciones para eliminar o reducir las demandas y/o incrementar los recursos para manejarlas. Son las conductas manifiestas que intentan manejar directamente el problema y sus efectos, por ejemplo: tratar de conocer más sobre la situación, tomar acciones para resolverla, hablar con un profesional en el problema.

3) Evitativo: Se refiere a los intentos por evitar enfrentarse al problema, negar o minimizar la seriedad de una crisis o para reducir indirectamente las tensiones emocionales por medio de conductas, por ejemplo: intentar olvidar la situación, negarse a creer la realidad del problema, etc. Por lo regular, este tipo de afrontamiento no lleva a un valor constructivo puesto que son equivalentes al auto engaño y sólo alivian temporalmente a un individuo de la carga del estrés. Estas estrategias también son descritas como mecanismos de defensa porque son respuestas de autoprotección ante el estrés o la ansiedad.

Estos autores clasifican en dos tipos a las estrategias de afrontamiento: *las que están enfocadas al problema*, el cual busca confrontar la realidad de una crisis y sus consecuencias para poder manejarlas e intentar construir una situación más satisfactoria; y *las que están centradas en las emociones*, éstas están dirigidas a manejar los sentimientos o emociones provocadas por una crisis o un estresor específico y para mantener el equilibrio afectivo.

También, hacen mención de los recursos del afrontamiento como un complejo grupo de factores cognitivos, actitudinales y de personalidad que proporcionan el contexto psicológico que permite que se den respuestas de afrontamiento.

Se hace referencia a los recursos como características disposicionales relativamente estables que afectan los procesos de afrontamiento y que a su vez son afectados por los resultados de anteriores respuestas de afrontamiento. Los recursos pueden afectar tanto la valoración de las situaciones estresantes, como la selección de respuestas de afrontamiento para mejorar la situación. Estos autores también mencionan que los recursos de afrontamiento y los procesos cognitivos personales pueden intervenir en la anticipación de los eventos estresantes, lo cual puede lograr que se eviten o superen de una manera más temprana y eficaz.

ETAPAS DEL AFRONTAMIENTO

En el afrontamiento se consideran tres etapas: anticipatorio, de impacto y postimpacto. El planteamiento cognitivo-fenomenológico, de Lazarus y Folkman (1991), del problema es que la amenaza al bienestar se ve evaluada de formas distintas en las distintas etapas y da lugar a distintas formas de afrontamiento. Por lo que consideran que las etapas de anticipatorio, de impacto y postimpacto tienen sus propias características.



En la etapa de anticipación, el acontecimiento todavía no ha sucedido y los principales aspectos a evaluar incluyen la posibilidad de que el acontecimiento ocurra o no, en el momento que ocurrirá y la naturaleza de lo que ocurra. El proceso cognitivo de evaluación también valora si el individuo puede manejar la amenaza, hasta qué punto lo puede hacer y de qué forma. Mientras los individuos esperan una amenaza anticipada, sus pensamientos sobre esas cuestiones afectan sus reacciones ante el estrés y su afrontamiento.

Durante la etapa de impacto, muchos de los pensamientos y acciones importantes para el control pierden valor cuando el acontecimiento nocivo ya ha empezado o terminado. Y ya que éste se ha manifestado en su totalidad el individuo comienza a comprobar si es igual o peor de lo que anticipaba, y en qué aspectos. En algunas situaciones estresantes la energía mental del sujeto queda tan concentrada en la acción - reacción que tarda un tiempo el cual puede ser considerable en darse cuenta de lo que está ocurriendo y valorar su importancia. Al encontrar diferencias no esperadas en cuanto al control que se puede ejercer sobre el acontecimiento puede dar lugar a una nueva reevaluación de su importancia.

En la etapa de post impacto, puede ocurrir que los procesos cognitivos que comenzaron en el periodo de impacto aún persistan en este periodo en el que además aparecen nuevas consideraciones. Aun cuando, el acontecimiento estresante haya terminado, el mismo causa todo un conjunto nuevo de procesos anticipatorios. E incluso el periodo de impacto tiene una serie de procesos de evaluación y de afrontamiento dirigidos no sólo al pasado y al presente, sino también al futuro. Puesto que los daños ocurridos contienen también elementos de amenaza en un sentido anticipatorio, pues en su interacción con el entorno descubre lo que está sucediendo y lo que puede hacer al respecto, con lo que se ve modificado su afrontamiento. Además los perjuicios y daños ocurridos contienen elementos de amenaza en el

sentido anticipatorio del término que nunca es posible separar del todo.

Una de las características de esta conceptualización de afrontamiento es que va más allá de la resolución de un problema, ya que su desarrollo sirve también a otras funciones. Las funciones del afrontamiento están relacionadas con el objetivo que persigue cada estrategia. En otras palabras, el afrontamiento tiene múltiples funciones dependiendo del objetivo que se persigue.

FUNCIONES DEL AFRONTAMIENTO

Es importante señalar que, la función del afrontamiento está vinculada con el objetivo que persigue cada estrategia; mientras que, el resultado del afrontamiento tiene que ver con el efecto que cada estrategia tiene. Por lo tanto las funciones no se definen en términos de resultados.

La definición de funciones de afrontamiento depende del marco teórico, cuando lo hay, sobre el que se conceptualiza el afrontamiento y/o en cuyo contexto se analiza. Existen funciones específicas del afrontamiento que pertenecen a contextos específicos, como salud/enfermedad, exámenes, crisis políticas, saltos en paracaídas, bienestar y los cambios de la vida institucional. Las funciones de afrontamiento de situaciones de perspectivas teóricas son más generales, y menos generales cuando son definidas en contextos específicos (Lazarus y Folkman, 1991). En el presente estudio, asociada a una situación de desastre natural.

Para Sheier (Aduna, 1998), las estrategias de afrontamiento son las conductas que ocurren después de que se presenta un evento estresante. Según éste, una estrategia usada por el afrontamiento individual pertenece a un recurso de uso prolongado o constante, como sería el hacer ejercicio físico

de manera continua usando esta estrategia de afrontamiento para facilitar o evitar el estrés.

Menninger (Aduna, 1998) identifica cinco órdenes o aparatos regulatorios de acuerdo al nivel de desorganización interna. En el primer nivel, existen estrategias para reducir la tensión causada por los episodios cotidianos estresantes, como pueden ser el autocontrol, buen humor, llanto, lamentarse, blasfemar, juramentos, retractarse, hablar y pensar. En segundo nivel, están las estrategias de disociación (narcolepsia, amnesia, despersonalización), de displacer por agresión (aversión, prejuicios, fobias), sustitución por símbolos y modalidades para una descarga más hostil (compulsiones y rituales), y la sustitución de uno mismo o parte de uno como un objeto de la agresión desplazada (auto-restricción, humillación e intoxicación). El tercer nivel incluye, episodios explosivos, energía agresiva, más o menos desorganizada (agresión violenta, convulsiones y crisis de pánico). El nivel cuatro representa un incremento de desorganización y el quinto una desintegración total del ego.

MODOS DEL AFRONTAMIENTO DIRIGIDOS A LA EMOCIÓN

La investigación sobre afrontamiento ha señalado que una de las funciones de afrontamiento es la regulación de la emoción provocado por un estresor. (Aduna, 1998)

Lazarus y Folkman (1991) señalan que, en estas formas de afrontamiento, existe un considerable grupo constituido por los procesos cognitivos encargados de disminuir el grado de trastorno emocional e incluyen estrategias como la evitación, la minimización, el distanciamiento, la atención selectiva, las comparaciones positivas y la extracción de valores positivos a los acontecimientos negativos. Un grupo más pequeño de estrategias cognitivas incluye las que están dirigidas a aumentar al grado de trastorno emocional; se

ha encontrado que hay personas que necesitan sentirse verdaderamente mal antes de sentirse mejor y para sentir consuelo necesitan experimentar primero un trastorno intenso para luego entrar a un autoreproche o cualquier otra forma de autocastigo.

Algunas de las formas cognitivas de afrontamiento dirigido a la emoción son las estrategias de reevaluaciones cognitivas, que son las maniobras que intentan cambiar el significado de las situación, sin modificarla objetivamente, tanto si el cambio introducido se basa en una interpretación realista de las señales emitidas o en una distorsión de la realidad.

Otras estrategias de afrontamiento dirigidas a la emoción no cambian directamente el significado del acontecimiento como hacen las reevaluaciones cognitivas, como son las estrategias conductuales, como iniciar un ejercicio físico para olvidarse de un problema, meditar, tomar una copa, desahogar el mal humor y buscar apoyo emocional, pueden originar reevaluaciones pero no son reevaluaciones por sí mismas. El afrontamiento no es sinónimo de reevaluación (Lazarus y Folkman, 1991).

A pesar de que los procesos dirigidos a la emoción pueden modificar el significado de una situación estresante sin distorsionar la realidad, se debe tener en cuenta la cuestión de la autodecepción, el cual es un fenómeno posible en este tipo de afrontamiento.

Las estrategias de afrontamiento dirigidas a la emoción son utilizadas para conservar la esperanza y el optimismo, para negar tanto el hecho como su implicación, para no tener que aceptar lo peor, para actuar como si lo ocurrido no importara, etc. Por tanto estos procesos conducen por si mismos a una interpretación de autodecepción o distorsión de la realidad. (Lazarus y Folkman, 1991).

El afrontamiento enfocado a la emoción puede ser usado para alterar el significado de la situación y realzar el sentido del control del individuo sobre estrés. Se consideran como respuestas cognitivas cuyas función primordial es analizar las consecuencias emocionales de los estresores y ayudar a mantener el equilibrio emocional; entre estas está la regulación afectiva y la descarga emocional.

MODO DEL AFRONTAMIENTO DIRIGIDO AL PROBLEMA

Algunos autores, han enfatizado que la función del afrontamiento en la solución de problemas es la facilitación de la toma de decisiones y/o la acción directa para remover los estresores (Aduna, 1998). Para otros, el afrontamiento enfocado al problema se usa para controlar la relación problematizada persona - ambiente a través de la resolución de problemas, toma de decisiones y/o acción directa; son tomados como intentos por modificar o eliminar las fuentes del estrés a través de la propia conducta.

De acuerdo con Lazarus y Folkman (1991), el afrontamiento dirigido al problema tiene estrategias muy similares a las utilizadas para la resolución de éste; debido a que están dirigidas a la definición del problema, a la búsqueda de soluciones alternativas, a la consideración de tales alternativas en base a su costo, y a su beneficio y a su elección y aplicación. Pero, la resolución de problemas implica un objetivo, un proceso analítico dirigido principalmente al entorno, mientras que, el afrontamiento dirigido al problema engloba un conjunto de estrategias más amplio puesto que incluye estrategias que hacen referencia al interior del sujeto, las cuales están dirigidas a ayudar al individuo a manejar o resolver los problemas.(Lazarus y Folkman, 1991)

Ahora bien, cuanto más específica la situación que se investigue, mayor es la proliferación de estrategias centradas al problema. De manera que, las

estrategias utilizadas por una secretaria estarán relacionadas con las tareas que lleva a cabo, con los obstáculos que suelen interponerse en su realización, con los recursos de que disponga en la oficina para vencer los obstáculos. Estas serán distintas a las que reporte un vendedor, obrero, doctor, paciente, cuidador, etc.; ya que cada uno difiere en obligaciones, cada uno tienen diferentes obstáculos y cuenta con distintos recursos, lo que implica estrategias específicas de afrontamiento distintas. El hecho de que la definición de estrategias de afrontamiento dirigidas al problema dependa de los tipos de problema a afrontar, implica que las comparaciones transituacionales de tales tipos de estrategias también incluyan las estrategias dirigidas a la emoción. (Lazarus y Folkman, 1991)

MODO DEL AFRONTAMIENTO MIXTO

En el afrontamiento mixto, el afrontamiento dirigido al problema se acompaña del afrontamiento dirigido a la emoción en muchos eventos estresantes, debido a que es importante tener al menos algún control sobre las propias emociones cuando se trata de manejar o alterar una situación estresante.

Tanto el afrontamiento dirigido al problema como el dirigido a la emoción pueden interponerse entre en el proceso de afrontamiento, facilitando o impidiendo cada uno la aparición del otro.

Este modo de afrontamiento es la combinación de actos o intentos de hacer algo activo en combinación con los recursos sociales, que conducen a la búsqueda de un apoyo social para cambiar a mediano o largo plazo la relación persona - medio ambiente. Lazarus y Folkman (1991) dan un ejemplo donde intervienen ambas formas de afrontamiento. Una persona a la que se ha diagnosticado recientemente una enfermedad insiste en obtener más información la cual contribuiría a aumentar la ansiedad y la incertidumbre.



Esta persona se encuentra atrapada en un ciclo de afrontamiento dirigido al problema (búsqueda de la información y la evaluación) que exacerba su trastorno emocional e interfiere con los mecanismos como el de la evitación que, en otras circunstancias podría utilizarse para reducir los trastornos.

Las estrategias de afrontamiento dirigidas a la emoción en el ejemplo anterior, incluyen las designadas para hacer más soportable la vida evitando las realidades que podrían resultar desbordantes si se afrontaran directamente. En un estudio llevado a cabo por Folkman y Lazarus (Lazarus y Folkman, 1991) durante un año con 100 adultos de mediana edad, que viven en una comunidad, fueron recogidos datos referentes a sus conductas para afrontar los acontecimientos estresantes de su vida habitual. Cada sujeto refirió aproximadamente 14 episodios estresantes que iban desde acontecimientos pequeños como reparaciones en casa, el envejecimiento hasta llegar a la muerte. Los sujetos refirieron las conductas y pensamientos que generalmente utilizaban por las demandas de tales acontecimientos para enfrentarlos en una lista de 68 ítems sobre modos de afrontamiento. Los ítems se establecieron a partir de las conductas de afrontamiento defensivo, búsqueda de información, resolución de problemas, inhibición de la acción, actuación directa sobre el problema o pensamiento irreal. A su vez cada ítem se clasificó como enfocado a la emoción y enfocado al problema. Los resultados mostraron que todos los sujetos utilizaron ambos tipos de estrategias en prácticamente todas las situaciones estresantes.

Este hallazgo demuestra que las personas utilizan ambos tipos de estrategias para afrontar las demandas internas y/o externas originadas por las situaciones estresantes de la vida real.

De lo antes expuesto, resulta importante la demostrada utilidad de identificar funciones que encierren estrategias centradas en el problema y en la

regulación de la respuesta emocional. Aunque también es importante tener en cuenta los dos principales tipos de estrategia, para así estar seguros de que ambas son evaluadas. (Lazarus y Folkman, 1991)

Por otro lado, tanto las estrategias dirigidas al problema como las dirigidas a la emoción coexisten, siendo utilizadas con el fin de afrontar demandas internas como externas originadas por situaciones estresantes, y la forma en que se afronte la situación dependerá de los recursos de que disponga la persona y de las limitaciones que dificulten el uso de tales recursos dentro de la interacción.

RECURSOS PARA EL AFRONTAMIENTO

La forma en que una persona afronta una situación estresante depende principalmente de los recursos de que dispone y de las limitaciones que dificulten el uso de dichos recursos en el contexto de una interacción determinada. Indica que, el que una persona tenga muchos recursos no sólo significa que dispone de un gran número de ellos sino que tiene habilidad para aplicarlos ante las diferentes demandas de su entorno. Señala que los recursos se obtienen de uno mismo, ya sea como tales o como un medio para hallar otros recursos necesarios pero disponibles.

Lazarus y Folkman (1991) afirman que, la forma en que los individuos afronten una situación estresante dependerá principalmente de los recursos de que disponga y de las limitaciones que dificulten el uso de tales recursos en el contexto de una interacción determinada. Al referir que una persona tiene muchos recursos no sólo significa que dispone de un gran número de ellos, sino que también tiene habilidad para aplicarlos ante las distintas demandas del entorno. Los recursos son extraíbles de uno mismo, tanto como si son realmente útiles (como dinero, juguetes, personas a las que recurrir, conocimientos importantes etc.) como si constituyen un medio para hallar otros recursos necesarios pero no disponibles.

Es una gran empresa pretender catalogar todos los recursos que muestran las personas para afrontar las infinitas demandas de la vida, por lo que se muestran a continuación las principales categorías. Las primeras se consideran principalmente propiedades del individuo, como la salud y la energía (recursos físicos), las creencias positivas (recursos psicológicos), las técnicas sociales (aptitudes) y la resolución de problemas. Las demás categorías son más ambientales e incluso sociales y materiales.

- **Salud y energía.** Es uno de los recursos más relevantes del afrontamiento de gran parte de las situaciones estresante. La importancia del bienestar físico se hace evidente cuando la persona se enfrenta a una situación estresante que exige una movilización de sus recursos. Una persona débil, cansada o enferma aporta menos energía al proceso de afrontamiento que una persona sana y en estado óptimo, por lo que, resalta la importancia del papel del bienestar físico, particularmente cuando hay que resistir problemas e interacciones estresantes que exigen una movilización importante.
- **Creencias positivas.** Esta categoría incluye aquellas creencias generales y específicas que sirven de base para la esperanza y que favorecen el afrontamiento en las condiciones más adversas. La esperanza existirá cuando tales creencias hagan posible un resultado positivo, o por lo menos probable. No todas las creencias sirven para el afrontamiento y algunas incluso pueden inhibirlo.
- **Habilidades sociales.** Son un importante recurso de afrontamiento debido al relevante papel de la actividad social en la adaptación humana. Éstas se refieren a la capacidad de relacionarse con los demás de una forma socialmente adecuada y efectiva. Facilitan la resolución de los problemas en coordinación con otras personas, aumentan la capacidad de atraer su cooperación o apoyo; en general, aportan al individuo un control más amplio sobre las interacciones sociales. Apoyo

social. Es contar con apoyo emocional, informativo y/o tangible, proporcionado por amigos y familiares a las personas en una situación estresante.

- **Recursos materiales.** Se refieren al dinero y a los bienes y servicios que puedan adquirirse con él. Existe amplia relación entre el nivel económico, el estrés y la adaptación, el contar con recursos económicos aumenta las opciones de afrontamiento en la mayoría de las situaciones estresantes, ya que facilita y hace más efectivo el acceso a las instancias legal, médica y financiera.

APOYO SOCIAL

El apoyo social conceptualizado de diversas maneras de considerarse un proceso interactivo en el que puede obtenerse ayuda emocional, instrumental o financiera a partir de una red social es definido por diferentes autores, entre ellos:

Cobb (Aduna, 1998) define apoyo social como información que se lleva a las personas a creer que son amadas, estimadas y que forman parte de una red de comunicación y de obligación mutua.

Caplan (Aduna, 1998) define el apoyo social como una guía y retroalimentación (feedback) proporcionado por otras personas que permiten al sujeto manejar un evento estresante.

De acuerdo con este autor, las personas involucradas en el sistema de apoyo social ayudan a los individuos a movilizar sus recursos psicológicos, comparten sus tareas, les proporcionan recursos tangibles o habilidades y/o les proporcionan entendimiento cognitivo y guía que puede mejorar el manejo de la situación.

House (Aduna, 1998) considera el apoyo social como transacciones interpersonales de uno o más de los siguientes tipos: a) interés o apoyo emocional (amor, empatía, cariño, confianza), b) ayuda o apoyo instrumental (información relevante para resolver el problema), c) apoyo evaluativo (información para evaluar la actuación personal).

Sarason (Guillen y Palomares, 1999) define el apoyo social como las interacciones sociales, en especial la forma en cómo son evaluadas por el individuo en cuanto a su calidad como soporte.

Thoits (Guillen y Palomares, 1999) define el apoyo social como el grado en el que las necesidades sociales básicas de la persona son satisfechas a través de la interacción con otros. Las necesidades básicas a las que hace referencia son: filiación, afecto, pertenencia, identidad, seguridad y aprobación.

Sarason y Pierce (Baron y Byrne, 1998) definen apoyo social como el bienestar físico y psicológico proporcionado por amigos y familiares a la persona que está en una situación de estrés.

Otros autores, han conceptualizado el apoyo social como el intercambio de recursos entre al menos un receptor y un proveedor de estos recursos, en el intento de ampliar el bienestar de los recursos de los receptores (Carmona y Carmona, 2004).

Generalmente, se asume que la presencia de relaciones personales cercanas con otros, el grado de interacción del individuo con su entorno y el contar con ciertos recursos sociales y psíquicos permanentemente se encuentren relacionados positivamente con la salud de éste. Por otra parte es importante tener en cuenta los aspectos del apoyo social, descritos en el siguiente apartado.

El entorno social proporciona los recursos vitales con los que el individuo puede y debe conseguir sobrevivir y evolucionar. Es ya conocido que las personas obtienen sustento y apoyo a partir de sus relaciones sociales, lo que en cierto modo es algo obvio, sin embargo lo que no salta a la vista es la manera en la que lo consiguen.

En este respecto se ha logrado un gran avance sobre el conocimiento e identificación de los tipos de apoyo social, así como en los elementos más efectivos para proporcionar apoyo y sobre diversas situaciones en las que funciona el apoyo. (Guillen y Palomares, 1999)

También se ha hecho diferencia entre el apoyo social como formal e informal, ya que el primero se identifica por los servicios de asistencia social y la psicoterapia; mientras que el segundo se refiere a los familiares, amigos compañeros de trabajo, etc. (Guillén y Palomares, 1999). Además, el apoyo social se ha relacionado con varias teorías que a continuación se exponen.

TEORÍAS RELACIONADAS CON EL APOYO SOCIAL

De acuerdo con Guillén y Palomares (1999), se han propuesto algunas teorías sobre el apoyo social, como interpretaciones del apoyo social, entre las cuales se encuentran las siguientes.

-Teoría de la atribución. Postula que el individuo formula atribuciones para comprender, predecir y controlar su medio ambiente de acuerdo a la importancia relativa, asignada a factores internos (persona) o externos (medio ambiente), cuando un individuo asigna la culpa al origen de un problema, provee o recibe la influencia de las relaciones de ayuda.

-Teoría del afrontamiento. Considera que el apoyo social puede influir en el proceso de afrontamiento en el nivel de la evaluación primaria o secundaria,

en la reevaluación o bien puede funcionar como una estrategia de afrontamiento (Guillen y Palomares, 1999), para proporcionar las fuentes o recursos requeridos, con el fin de controlar las necesidades específicas provocadas por el estresor, redirigiendo así el uso de las estrategias para la solución de problemas, a la vez que proporciona ayuda tangible o emocional.

-Teoría del intercambio social. Establece la existencia de un deseo de manejar una igualdad de intercambios en las relaciones.

Lo que nos muestra que definir el apoyo social no es una labor sencilla, como se observa en las diferentes teorías expuestas. Adicional a esto, también, se han hecho diversas clasificaciones del apoyo social, que enseguida se presentan.

CLASIFICACIÓN DE TIPOS DE APOYO SOCIAL

Jacobson (Aduna, 1998), propone la siguiente clasificación de tipos de apoyo social:

- **Apoyo emocional:** Se refiere a la conducta que favorece sentimientos de confort y lleva al individuo a sentir que es admirado, respetado y amado y que otros están disponibles para proporcionarle cuidado y seguridad.
- **Apoyo cognitivo:** Es la información, conocimiento y/o consejo de otros que ayudan al individuo a entender su mundo y a ajustarse a los cambios dentro de él.
- **Apoyo material:** Considera las bondades y servicios que le ayudan a resolver problemas prácticos.

Walliston (Guillen y Palomares, 1999), considera los siguientes tipos de apoyo social:

- **Informativo:** El que presta un sujeto con su información.
- **Afectivo-emocional:** Hace sentir al sujeto que es amado, cuidado, etc.
- **Tangible:** Apoyo físico.
- **De filiación:** Permite conservar la identidad social.
- **Estimativo:** Proporciona una retroalimentación.

Weiss (Lazarus y Folkman, 1991), enumeran seis tipos de apoyo social: vinculación, integración social, posibilidad de nutrición, reafirmación de valor de uno mismo, sensación de alianza segura y posibilidad de obtener consejo.

Las clasificaciones de los tipos de apoyo social coinciden en el emocional, material. Sin embargo, casi en todas sobresale el apoyo informacional, el emocional y el material como características del apoyo social.

ASPECTOS DEL APOYO SOCIAL

Para lograr una aproximación al concepto de apoyo social, se debe tener en cuenta que el apoyo social es un concepto interactivo, que se refiere en cualquier caso a transacciones entre personas. Por tanto, no debe ser tratado como una variable de personalidad, al relacionarlo con las habilidades sociales y la competencia social.

Entonces, se debe de establecer una serie de distinciones que faciliten la definición del constructo, para después proponer una definición integradora de la mayoría de los elementos que aparezcan relacionados entre sí. De tal manera que, en el concepto de apoyo social se deben distinguir los aspectos que a continuación se describen. (Guillen y Palomares, 1999)

El primero, es que incluye varios niveles de análisis: comunitario, redes sociales y relaciones íntimas. El segundo aspecto, es que se distingue en su estudio varias perspectivas: estructural, funcional, y contextual. El tercer y último aspecto a considerar es, que se diferencia entre aspectos objetivos y subjetivos de dichas transacciones.

En cuanto a los niveles de análisis se refiere, (Guillen y Palomares, 1999) cita tres niveles:

1. **En el nivel comunitario, el apoyo social proporciona una sensación de pertenencia e integración social:** La integración social es evaluada normalmente en función de estar implicado en determinados roles y contextos sociales, de manera que se toma como medida integración social el estado civil, la pertenencia a asociaciones comunitarias, clubes, etc.
2. **El segundo nivel de análisis, lo componen las redes sociales:** Aporta un sentido de unión con los demás, aun que sea de forma indirecta. Se suele incluir todos los contactos sociales que mantiene la persona, así como sus propiedades (densidad, tamaño y homogeneidad).
3. **El tercer nivel incluye las transacciones que ocurren dentro de las relaciones íntimas:** Que son las que se han ligado directamente con el bienestar y la salud, puesto que en este tipo de relaciones se esperan intercambios recíprocos y mutuos, y la responsabilidad del bienestar es compartida.

En cuanto a las perspectivas de estudio del apoyo social, algunas definiciones resaltan los aspectos estructurales de las redes sociales, basándose en la existencia, cantidad y propiedades de las relaciones sociales que mantienen las

personas; mientras que otras definiciones subrayan los aspectos funcionales del apoyo social, centrándose en el tipo de recursos aportados por los lazos sociales y las funciones que cumplen. Por otro lado, no hay que perder de vista el contexto en el que ocurren dichas transacciones, ya que esto influye decisivamente tanto en el proceso y en su efectividad.

Aquí se debe tener en cuenta de quién da el apoyo, ¿cuánto apoyo ofrece?, ¿en qué momento lo da?, etc. Por lo que, se distingue en su estudio tres perspectivas: estructural, funcional, y contextual.

Desde la perspectiva estructural se utiliza el análisis de las redes y se examinan todos los contactos que mantiene el sujeto. Se destacan los aspectos estructurales de dichos contactos, si tomar en cuenta las funciones que cumplen. Desde esta perspectiva se ha definido el apoyo social en términos del número de determinadas relaciones clave que mantiene el sujeto (amigos, familiares, etc.).

El aspecto subjetivo subraya conceptualizan el apoyo social en términos cognitivos, como percepción de que uno es amado, querido, etc., que tienen personas a quien recurrir en caso de ser necesario y que les reportarán la ayuda requerida.

Por ejemplo, Cobb (Guillén y Palomares, 1999) concibe el apoyo social como la información pertenecientes a una de las siguientes clases: información que lleva al sujeto a creer que cuidan de él y que es amado, información que lleva a creer que es estimado y valorado, información que lleva al individuo a creer que pertenece a una red de comunicaciones y obligaciones mutuas.

Por otra parte, el apoyo recibido o real no es cognitivo; sus recursos, intercambiados y funciones se evalúa normalmente de forma retrospectiva, preguntando al sujeto qué apoyo concreto recibió en un momento determinado.

De cualquier forma, los dos tipos de apoyo recibido y percibido, tienen la misma importancia, ya que ambos pueden incrementar el bienestar. Vaux (Guillén y Palomares, 1999) indica que, percibir que existe apoyo social disponible, aunque esto sea falso, aumenta el bienestar psicológico, dicho de otra manera, aunque no se reciba como tal el apoyo social, esa percepción, puede tener efectos beneficiosos para la persona. Obviamente, lo ideal es que exista el apoyo social y que la persona lo perciba.

Muy a pesar de esto, el apoyo recibido y el percibido pueden ser inconsistentes en algunas personas, dicho de otro modo, algunas personas se sienten apoyadas a pesar de no recibirlo, mientras que otras reciben apoyo y no lo perciben. Algunas razones de estas discrepancias son (Guillén y Palomares, 1999): la infra o supra valoración del apoyo social recibido debido a percepciones defectuosas o memorias inadecuadas; la existencia de un sesgo optimista que lleve a esperar más apoyo del que luego se recibe; en la inexactitud es al contrario, el apoyo percibido es menor que el recibido; y puede ser posible que en un principio el apoyo social percibido y el recibido coincidan, pero que con el paso del tiempo el recibido disminuya.

Para el propósito que este trabajo persigue es necesario profundizar un poco en lo que se entiende por apoyo social percibido, por lo que la siguiente sección está dedicada a este tema.

APOYO SOCIAL PERCIBIDO

El apoyo social percibido se refiere al grado en que el individuo percibe la existencia de los lazos sociales proveedores de apoyo (Guillén y Palomares 1999).

Turner (Guillén y Palomares, 1999) define el apoyo social como la percepción

que tiene el sujeto a partir de su inserción en las relaciones sociales, de que es cuidado y amado, valorado y estimado. En el apoyo social la inserción objetiva en un mundo de relaciones sociales, no es el elemento fundamental, sino que estas relaciones aparezcan con un significado de apoyo emocional, informacional y material.

Lazarus y Folkman (1991) describen el apoyo social percibido como la evaluación subjetiva de la naturaleza de las interacciones que tienen lugar en las relaciones sociales.

Definiciones integradoras

Lin y cols (Guillén, 1999) definen el apoyo social como provisiones instrumentales y/o expresivas, reales o percibidas, aportadas por la comunidad, redes sociales y amigos íntimos. El apoyo social es un meta constructo, con dos elementos conceptuales, que se relacionan en un proceso dinámico de transacciones entre el sujeto y su ambiente. Los dos elementos conceptuales son:

1. Recursos de la red de apoyo: Se entiende por red de apoyo una parte de la red social más amplia, justo aquella parte a la que la persona acude en busca de ayuda para manejar las demandas que afronta o para lograr determinadas metas.

2. Conductas de apoyo: Se refieren a los distintos intentos de ayudar a las personas, a las conductas concretas implicadas, ya sean de tipo material, emocional u otro. Pueden surgir espontáneamente o a petición del sujeto; el que sean útiles o no depende de factores contextuales como el momento en que se dan, cantidad de apoyo que se ofrece, personas de las que procede la ayuda, etc.

Así, el apoyo social no es una característica personal o condición ambiental estática sino un proceso dinámico de transacciones, de influencia mutua entre

las personas y su red de apoyo en un contexto. Todo este proceso ocurre en un contexto en el que influyen tanto variable de tipo personal como contextual.

AFRONTAMIENTO Y APOYO SOCIAL

Pastrana (1998), el apoyo social juega un papel importante en los procesos de afrontamiento al mantener bajo control los afectos de las personas, lo que permite a esas personas enfocar su atención en tareas que necesariamente tratan con aspectos objetivos de la situación. El apoyo social se puede estudiar de forma independiente o en interacción con otros fenómenos como el estrés y el afrontamiento y sus efectos sobre la salud y el bienestar.

Para comprender el impacto del apoyo social se requiere de una aproximación que se fundamente en el análisis de la interacción de los factores individuales, comunitarios y ambientales; debido a que el apoyo social es un proceso transaccional que influye en los resultados individuales y que, a su vez, es influenciado por características personales del receptor y condiciones ambientales, entre las que se encuentra el contexto ecológico familiar.

Algunos investigadores, como Lazarus y Folkman (1991), proponen que el apoyo social es un aspecto importante a considerar ya que este modera las estrategias de afrontamiento, las cuales ayudan a superar el estrés. Estos autores consideran que el apoyo social en cada individuo es un orden que los lleva hacia delante, argumentando además, que el apoyo social, puede e influye en el afrontamiento.

Otros investigadores han establecido que, el apoyo familiar está relacionado con cambios subsecuentes en la adaptación psicológica del individuo, y que éste directa o indirectamente produce estrategias de afrontamiento para que el individuo logre una adaptación más completa. (Guillen y Palomares, 1999)

De igual manera, Cutrona y Troutman (Guillen y Palomares, 1999) encontraron que el apoyo social es un factor predictivo de la evaluación del sujeto sobre los eventos estresantes y por tanto es determinante de los estilos de afrontamiento que utilizará, aumentando así la autoeficacia en su adaptación.

Lazarus y Folkman (1991), han realizado investigaciones en donde se ha demostrado que el afrontamiento influye en el apoyo social y proponen que el afrontamiento es una visión de factores estabilizantes que pueden ayudar al individuo a mantener una adaptación psicosocial durante periodos estresantes.

El estrés, el afrontamiento y sus resultados adaptativos deben ser considerados en el contexto de las relaciones del individuo con la sociedad, puesto que una de las principales causas que dan origen al estrés son las discrepancias entre el individuo y las identidades sociales.

Capítulo III METODOLOGÍA

DISEÑO DE LA INVESTIGACIÓN

La presente investigación de relación entre el afrontamiento y el apoyo social, es una investigación de “diseño no experimental”, transeccional o transversal ya que como menciona Hernández, lo que se hace en este tipo de investigación es “observar a los fenómenos tal y como se dan en su contexto natural o a los sujetos en su realidad, para luego analizar el fenómeno deseado.” Es la que se realiza sin manipular deliberadamente variables.

Es decir, se trata de una investigación donde no se hace variar intencionalmente las variables independientes. Transeccional o transversal, recolectan datos en un solo momento, en un tiempo único. Su propósito es describir variables y analizar su incidencia e interrelación en un momento dado”. (Hernandez, Sampieri, 1998)

TIPO DE INVESTIGACIÓN

El estudio es de tipo correlacional, mediante el cual permite conocer en qué medida están relacionadas las variables de estudio: el afrontamiento y el apoyo social. “los estudios correlacionales miden dos o más variables que se pretende ver si están o no relacionados en los mismos sujetos y después se analiza la correlación”. (Hernandez Sampieri, 1998)

POBLACIÓN

La población está constituido por los damnificados del campamento de la zona de Callapa, que fueron albergados luego de haber sido expuestos a las consecuencias del mega deslizamiento de la zona este de la Ciudad de La Paz, donde una gran parte de la viviendas de los vecinos fue destruida.

MUESTRA

Tipo de muestra

Para la presente investigación se utilizó el muestreo **no probabilístico** donde todos los sujetos y/o elementos no dependen de la probabilidad, sino de causas relacionadas con las características de la investigación y decisión del investigador que es quien determina el número de los sujetos o elementos de la muestra. Dentro la presente investigación se eligió a la muestra según la disponibilidad de los sujetos y recomendación del responsable de albergue.

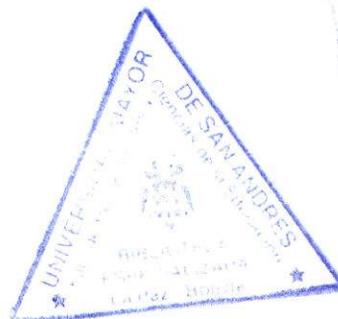
De acuerdo con Hernández (1998) la muestra de sujetos voluntarios, está integrada por sujetos que voluntariamente acceden a participar en el estudio. La elección de los casos depende que los sujetos acepten someterse a las evaluaciones.

Tamaño de la muestra

De una población albergada de 340 damnificados entre hombre y mujeres mayores de 18 años, se evaluarán a 84 personas que llegaran hacer la muestra.

Criterios de inclusión:

- Que sean mayores de 18 años.
- Que se encuentren viviendo dentro el albergue.
- Que se encuentren registrados como damnificados en las listas del responsable de albergue.
- Que sepan leer y escribir.



Criterios de exclusión:

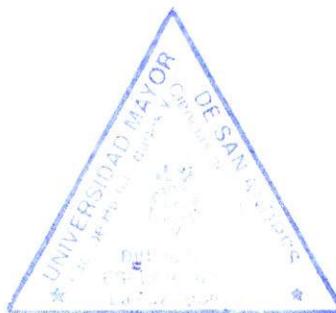
- Que sean menores de 18 años.
- Que se encuentren viviendo fuera del albergue.
- Que no se encuentren registrados como damnificados en las listas del responsable de albergue.
- Que no sepan leer y escribir.

VARIABLES DE ESTUDIO

Identificación de variables

Variable 1: Afrontamiento

Variable 2: Apoyo social



Definición conceptual de variables

Afrontamiento

Se define afrontamiento como aquellos esfuerzos cognitivos y conductuales constantemente cambiantes que se desarrollan para manejar las demandas específicas externas y/o internas que son evaluadas como excedentes o desbordantes de los recursos del individuo. (Lazarus y Folkman, 1991)

Apoyo social

El apoyo social, se refiere a la evaluación subjetiva de la naturaleza de las interacciones que tienen lugar en las relaciones sociales, a la ayuda tangible que provee la red social, es decir, la estructura de las relaciones de familiares, amigos, vecinos, compañeros de trabajo y otros significativos que proveen apoyo y que recibe la persona, como el grado en que sus necesidades de socialización, asistencia tangible, reforzamiento social y sustento emocional, son adquiridos a través de la interacción con la red social, que lo conduce a sentir o creer que es estimado o valorado y que pertenece a una red de comunicación y obligaciones mutuas. (Lazarus y Folkman, 1991)

Operalización de variables

VARIABLE	DIMENSIÓN	INDICADORES	ESCALA DE MEDICIÓN	INSTRUMENTO
AFRONTAMIENTO , esfuerzos cognitivos y conductuales constantemente cambiantes que se desarrollan para manejar las demandas específicas externas y/o internas que son evaluadas como excedentes o desbordantes de los recursos del individuo	Búsqueda de apoyo social	4, 11, 14, 23;	1 En absoluto 2 Un poco 3 Bastante 4 Mucho	Cuestionario de Estimación de Afrontamiento (COPE)
	Religión	30, 34, 45, 52;		
	Humor:	7, 18, 48, 60;		
	Consumo de alcohol o drogas:	8, 20, 36, 50;		
	Planificación y afrontamiento activo:	12, 26, 35, 53;		
	Abandono de los esfuerzos de afrontamiento:	19, 25, 32, 47, 56, 58;		
	Centrarse en las emociones y desahogarse:	9, 24, 37;		
	Aceptación:	3, 17, 28, 46;		
	Negación::	13, 21, 44, 54;		
	Refrenar el afrontamiento:	6, 27, 49, 57;		
	Concentrar esfuerzos para solucionar la situación: Crecimiento personal:	10, 22, 41, 49;		
	Reinterpretación positiva:	5, 33, 42, 55;		
	Actividades distractoras de la situación: Evadirse:	1, 59;		
		29, 38, 39;		
		1, 15, 43;		
		16, 31, 51		

VARIABLE	DIMENSIÓN	INDICADORES	ESCALA DE MEDICIÓN	INSTRUMENTO
APOYO SOCIAL, evaluación subjetiva sobre naturaleza de las interacciones en las relaciones sociales, como ayuda tangible que provee la red social, de familiares, amigos, vecinos, compañeros de trabajo y otros significativos	Dirección Indica que el individuo recibe o no, apoyo en los momentos difíciles.	3, 12, 16 y 19	1- En total desacuerdo 2- En desacuerdo 3- De acuerdo. 4- Totalmente de acuerdo	Escala de Apoyo social (Social Provisión Scale de Rusell)
	Reafirmación de valor personal Informa que el individuo tiene o no seguridad con respecto a sus habilidades y aptitudes	6, 9, 13 y 20		
	Integración social Determina si el individuo cuenta o no con la existencia de personas que compartan con el sus ideales y creencias	5, 8, 14 y 22		
	Apego Tiene como objetivo medir los sentimientos de intimidad y relaciones cercanas con otras personas	2, 11, 17 y 21		
	Educación Ayuda a evaluar la responsabilidad que tiene un individuo por el bienestar de otras personas	4, 7, 15 y 24		
	Alianza confiable Ayuda a medir los sentimientos de seguridad del individuo en los momentos difíciles con otras personas	1, 10, 18 y 23		

INSTRUMENTOS DE INVESTIGACIÓN

Cuestionario de Estimación de Afrontamiento (COPE)

El Cuestionario de Estimación de Afrontamiento (COPE) elaborado por Carver, Scheier y Weintraub (1989) de acuerdo al modelo teórico de Lazarus y al modelo de autorregulación conductual con la finalidad de evaluar los estilos de afrontamiento que las personas utilizan en situaciones estresantes. El COPE, conformado por 60 ítems de formato tipo Likert con 4 puntos de calificación, se halla distribuido en tres áreas que incluyen los trece factores que corresponden a los trece estilos de afrontamiento propuestos por Carver. (1989). Cada escala está conformada por 4 ítems que se califican según el valor de su respuesta y de la suma de los puntajes de los ítems de cada escala se obtienen trece puntajes que definen un perfil de afrontamiento y consecuentemente, establecen una jerarquía de los estilos y las estrategias de afrontamiento más usados.

El COPE posee dos formatos en los que se evalúa el afrontamiento situacional y el afrontamiento disposicional, siendo que en la presente investigación se utilizará el COPE en su forma disposicional.

La validez del COPE se estableció por medio del análisis factorial de rotación oblicua que determinó la existencia de 12 factores con eigenvalues mayores a 1.0, siendo 11 interpretables y uno de carga factorial inferior a 0.30 que no se incluyó en el resultado final. De estos 11 factores, los ítems de las escalas búsqueda de soporte social, afrontamiento activo y planificación no coincidieron con la asignación original, pero se mantienen como factores independientes dado los criterios teóricos del constructo. La confiabilidad se halló con el coeficiente de consistencia interna de Cronbach, encontrándose un rango de 0.45 a 0.92, en donde sólo la escala de desentendimiento cognitivo obtuvo un coeficiente menor a 0.60.

Respecto a la confiabilidad del COPE, se encontró que los estilos de afrontamiento enfocados en el problema (0.75), los enfocados en la emoción (0.77) y los otros estilos de afrontamiento (0.68) presentaron coeficientes de consistencia interna alpha de Cronbach relativamente altos. A excepción de las estrategias de supresión de actividades competentes (0.30), de postergación del afrontamiento (0.21) y de desentendimiento cognitivo (0.20), las demás estrategias de afrontamiento presentaron coeficientes alpha de Cronbach satisfactorios dado el tamaño de la muestra. Así, según los resultados y con las limitaciones mencionadas, se considera que el inventario es válido y confiable para esta investigación.

Escala de Apoyo Social (Social Provisión Scale de Rusell)

Previamente traducido y con una confiabilidad de Alpha: 0.8272. Con esta prueba se puede determinar cuál es el apoyo social que perciben las personas con respecto a la ayuda brindada (por su familia, amigos y demás personas o instituciones). El instrumento está formado por 24 preguntas, las cuales cuentan con cuatro tipos de respuestas:

1 - En total desacuerdo, 2 - En desacuerdo, 3 - De acuerdo, 4 - Totalmente de acuerdo. Una puntuación alta indica que la persona cuenta con un apoyo social positivo. Las preguntas 2,3,6,9,10,14,15,18,19,21,22 y 24, deberán ser invertidas de la siguiente manera para su puntuación 4=1, 3=2, 2=3, 1=4; esto se debe a que estas preguntas están elaboradas de manera que arrojan datos inversos, de tal manera que es necesaria una interpretación contraria.

Esta prueba se tomó de una traducción al español (Julián, 1997). El instrumento se encuentra dividido en 6 subescalas, cada una consta de 4 preguntas. Estas subescalas son las siguientes:

- **Dirección:** Se compone de las preguntas 3, 12, 16 y 19, donde un puntaje alto en éstas indica que el individuo recibe apoyo en los momentos difíciles.
- **Reafirmación de valor personal:** Se compone de las preguntas 6, 9, 13 y 20, en este aspecto un puntaje alto informa que el individuo tiene seguridad con respecto a sus habilidades y aptitudes.
- **Integración social:** Con un puntaje alto en las preguntas 5, 8, 14 y 22 se determina si el individuo cuenta con la existencia de personas que compartan con él, sus ideales y creencias.
- **Apego:** Tiene como objetivo medir los sentimientos de intimidad y relaciones cercanas con otras personas, esto indica un alto puntaje en las preguntas 2, 11, 17 y 21.
- **Educación:** Ayuda a evaluar la responsabilidad que tiene un individuo por el bienestar de otras personas, se mide con las preguntas 4, 7, 15 y 24.
- **Alianza confiable:** Ayuda a medir los sentimientos de seguridad del individuo en los momentos difíciles con otras personas, las preguntas que ayudan a evaluar esta subescala son 1, 10, 18 y 23.

PROCEDIMIENTO

1- Inicialmente se procedió a conversar con el encargado de albergue del GAMLP y de los vecinos organizados, para solicitar su autorización para la realización del estudio, el cual aceptó con la condición de que no se realizara durante las horas que perturben la actividad regular de los vecinos, ni interfiriendo con la atención a la población, Por otra parte solicitó total confidencialidad con el nombre de las personas participantes.

2.- Obtención de la muestra: Se escogió por muestreo no probabilístico donde todos los sujetos no dependen de la probabilidad, sino de causas relacionadas con las características de la investigación y decisión del investigador quien

determino el número de los sujetos de la muestra, dentro la presente investigación la muestra fue de 84 sujetos mayores de 18 años.

3- Recogida de datos: Se procedió a aplicar los cuestionarios a la muestra seleccionada. Donde se aplicó los cuestionarios uno por uno visitando sus casas prefabricadas hasta llegar al total de la muestra (Ver Anexos pág. 132). Se aclaro a todos los sujetos, que los resultados de la investigación serán confidenciales.

4- Análisis de resultados:

4.1- De los instrumentos: Se procedió a realizar un análisis factorial del cuestionario de afrontamiento y Escala de Apoyo social (Social Provisión Scale de Rusell)

4.2- Análisis descriptivo y verificación de supuestos: Se procedió a calcular y analizar, a partir de estadísticos descriptivos de los indicadores, categorías y variables generales, se relazará el calculó y analizara la matriz de correlación entre todas las variables, para posteriormente resaltar la que tuvieron alta correlación, este análisis se realizara por medio del programa (SPSS 15.0), dónde se determinara la correlación existente entre las variables de Afrontamiento y Apoyo Social.

4.3- Contraste de hipótesis y los objetivos: Se procedió a relacionar los resultados obtenidos con los objetivos de la investigación y el contraste con la hipótesis.

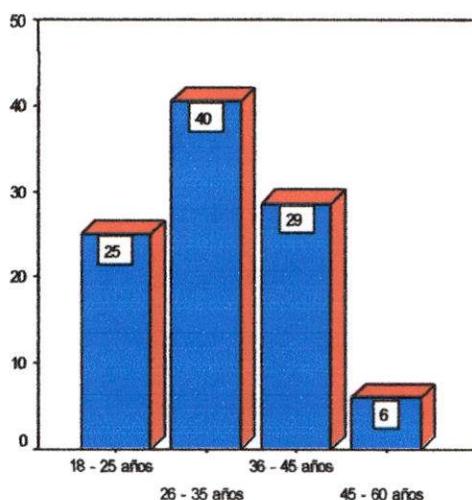
CAPÍTULO IV PRESENTACIÓN DE RESULTADOS

a) RESULTADOS DE DATOS DEMOGRÁFICOS DE LA POBLACIÓN SUJETA A ESTUDIO.

DATOS GENERALES

EDAD

		Frecuencia	Porcentaje
Válidos	18 - 25 años	21	25,0
	26 - 35 años	34	40,5
	36 - 45 años	24	28,6
	45 - 60 años	5	6,0
	Total	84	100,0



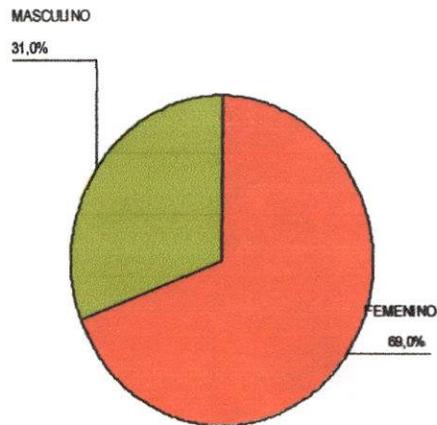
EDAD

De acuerdo a los datos obtenidos respecto a la edad de personas damnificadas que participaron en el estudio se pudo observar los siguientes resultados: un 25% de personas se encuentran comprendidas entre las edades de 18 a 25 años de edad, el 40% corresponde a las edades entre 26 y 35, otro porcentaje del 29% se encuentran comprendidas entre las edades de 36 a 45 años, y finalmente el 6% corresponde a personas que se encuentran entre las edades de 45 a más años de edad. De los datos observados en las gráficas anteriores podemos concluir que un significativo porcentaje del 40% de personas que participaron en el estudio corresponden a personas que tienen una edad comprendida entre los 26 y 35 años considerando que la zona de Callapa era relativamente nueva en comparación con otras zonas.

SEXO

		Frecuencia	Porcentaje
Válidos	FEMENINO	58	69,0
	MASCULINO	26	31,0
	Total	84	100,0

SEXO

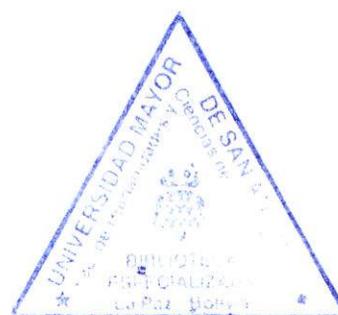
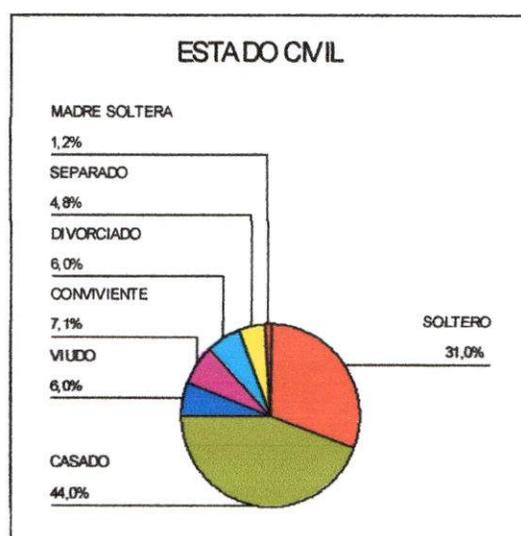


De acuerdo a los datos obtenidos de la población sujeta a estudio con relación al sexo, el 69% de los mismos corresponde al sexo femenino y el 31 % restante corresponde al sexo masculino. De estos datos podemos concluir que un gran porcentaje de personas que participaron en el estudio son mujeres.



ESTADO CIVIL

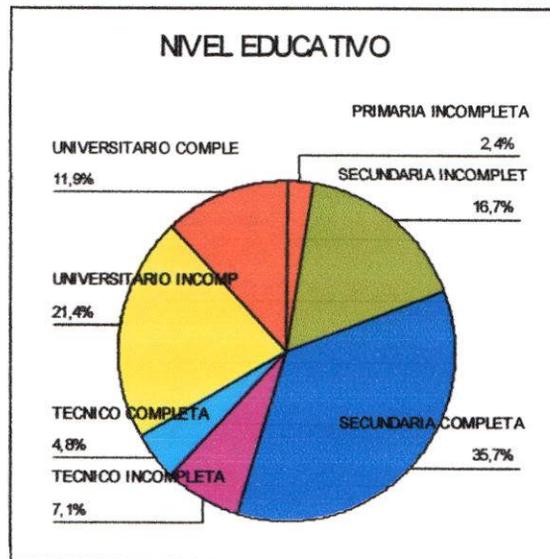
	Frecuencia	Porcentaje
Válidos SOLTERO	26	31,0
CASADO	37	44,0
VIUDO	5	6,0
CONVIVIENTE	6	7,1
DIVORCIADO	5	6,0
SEPARADO	4	4,8
MADRE SOLTERA	1	1,2
Total	84	100,0



Con referencia al Estado Civil de las personas que participaron en el estudio, los datos obtenidos se distribuyen de la siguiente manera: el 31% de personas son solteras, el 44% manifiesta que son casados, un 6% contestó que es viudo(a), otro 7% señaló que convive con su pareja sin haber formalizado la unión, un 6% refirió que son personas divorciadas, el 5% respondió que se encuentran separados de sus parejas y finalmente un 1% se trata de madres solteras. De los datos anteriores podemos concluir que un porcentaje mayor del 44% de personas que participaron del estudio son personas casadas miembros de núcleos familiares.

NIVEL EDUCATIVO

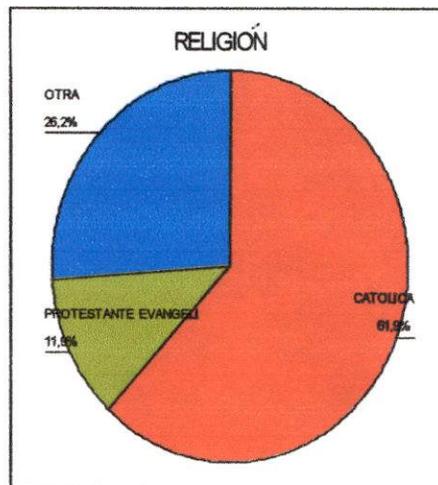
		Frecuencia	Porcentaje
Válidos	PRIMARIA INCOMPLETA	2	2,4
	SECUNDARIA INCOMPLETA	14	16,7
	SECUNDARIA COMPLETA	30	35,7
	TECNICO INCOMPLETA	6	7,1
	TECNICO COMPLETA	4	4,8
	UNIVERSITARIO INCOMPLETA	18	21,4
	UNIVERSITARIO COMPLETA	10	11,9
	Total	84	100,0



De acuerdo a los datos obtenidos con relación al Nivel Educativo de las personas que participaron del estudio se ha podido observar los siguientes datos: un 2 % de los mismos solo ha cursado el nivel primario sin haberla concluido, el 17% corresponde a personas que alcanzaron el nivel secundario pero incompleta, el 36% son personas que concluyeron la secundaria, un 7% se encuentra cursando cursos técnicos sin haberlos acabado, un 4% ya ha realizado un curso técnico completo, el 21% se encuentra cursando cursos universitarios, un 12% habría culminado sus estudios universitarios. De los datos anterior podemos afirmar que las personas que participaron en el estudio, un porcentaje mayor del 36% son personas que culminaron la secundaria

RELIGIÓN

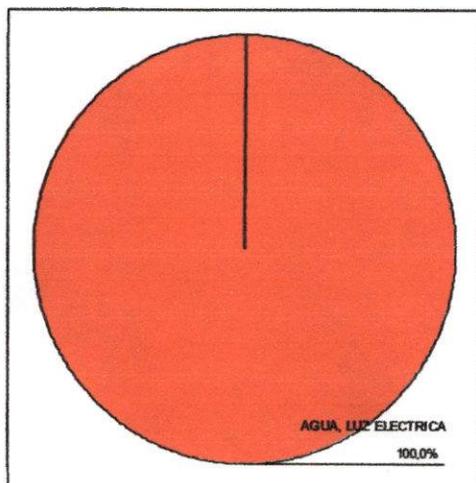
		Frecuencia	Porcentaje
Válidos	CATOLICA	52	61,9
	PROTESTANTE EVANGELICA	10	11,9
	OTRA	22	26,2
	Total	84	100,0



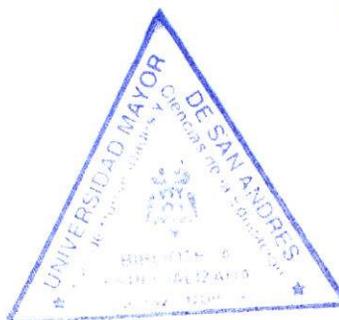
Respecto a la religión la preferencia de las personas que participaron en el estudio, se ha llegado a obtener los siguientes datos, un 62 % sigue la religión Católica, un 12% refiere pertenecer a la religión Protestante Evangélica y otro 26% señala que practica otro tipo de religión. Con los datos anteriores podemos concluir que un porcentaje mayor del 62% de personas damnificadas del megadeslizamiento de Callapa que participaron del estudio practica la religión Católica.

¿CON QUE SERVICIO CUENTA USTED EN EL ALBERGUE?

		Frecuencia	Porcentaje
Válidos	AGUA, LUZ ELECTRICA Y ALCANTARILLADO	84	100,0



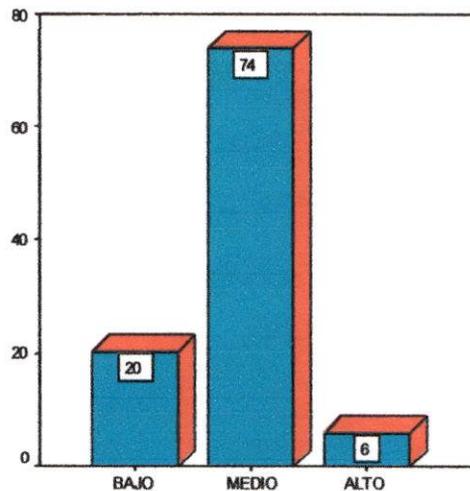
Con relación a la pregunta de los servicios con los que cuenta en el Albergue, el 100% de las personas damnificadas por el megadeslizamiento menciono que cuentan con todos los servicios básicos como ser: Agua potable, Luz eléctrica y Alcantarillado.



b) RESULTADOS DE LA APLICACIÓN DEL CUESTIONARIO DE ESTIMACIÓN DE AFRONTAMIENTO (COPE)

BUSQUEDA DE APOYO SOCIAL

		Frecuencia	Porcentaje
Válidos	BAJO	17	20,2
	MEDIO	62	73,8
	ALTO	5	6,0
	Total	84	100,0

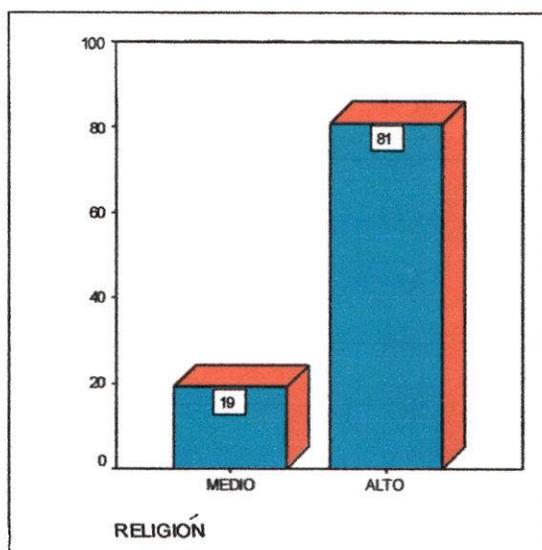


BUSQUEDA DE APOYO SOCIAL

La búsqueda de apoyo social de los damnificados con respecto al megadeslizamiento de Callapa como estilo de afrontamiento reflejan los siguientes datos: un 20% de los damnificados presenta un nivel bajo de búsqueda de apoyo social, el 79% de sujetos se encuentra en un nivel medio de búsqueda de apoyo social, finalmente solo el 6% de los damnificados se encuentra en un nivel alto de búsqueda de apoyo social. La búsqueda de apoyo social consiste en buscar la ayuda de otros, pedir información o consejo acerca de qué hacer o bien obtener la simpatía o el apoyo emocional de alguien. De todo lo observado se puede afirmar que en un 74% de personas damnificadas del megadeslizamiento de Callapa que participaron en el estudio, la búsqueda de Apoyo Social como estilo de afrontamiento se encuentra en un nivel medio.

RELIGIÓN

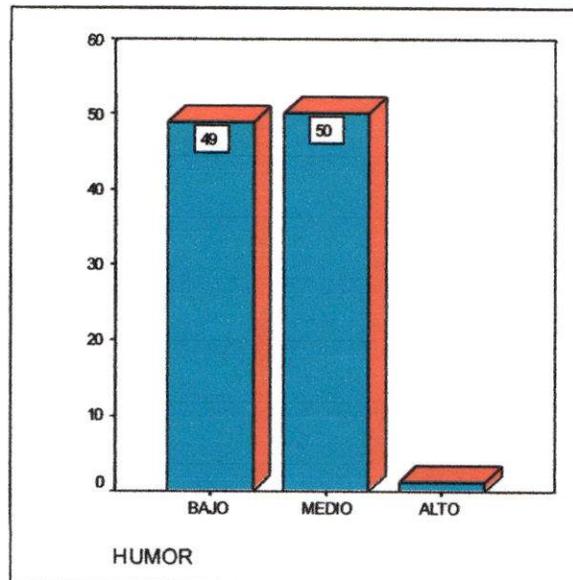
		Frecuencia	Porcentaje
Válidos	MEDIO	16	19,0
	ALTO	68	81,0
	Total	84	100,0



Los resultados con respecto a acudir a la religión como estilo de afrontamiento de personas damnificadas por el megadeslizamiento de Callapala corresponde: en un 19% a un nivel medio, otro 81% de los mismos se encuentran en un nivel alto de acudir a la religión como forma de afrontamiento. La religión como estilo de afrontamiento consiste en aumentar la implicación en actividades religiosas o buscar el apoyo de Dios. De los datos anteriores podemos afirmar que en un porcentaje del 81% de personas que participaron en el estudio el estilo de acudir a la religión como modo de afrontamiento al problema que se encuentran atravesando se encuentra en un nivel alto.

HUMOR

		Frecuencia	Porcentaje
Válidos	BAJO	41	48,8
	MEDIO	42	50,0
	ALTO	1	1,2
	Total	84	100,0



Con respecto a la sub categoría de humor relacionada a los estilos de afrontamiento adoptados por damnificados del megadeslizamiento de Callapa, el mismo se encuentra: un 49% de personas que participaron del estudio se encuentran en un nivel bajo, en un 50% de los mismos se encuentra en un nivel medio y finalmente el 1% de los mismos se encuentra en un nivel alto. El humor tiene que ver con hacer bromas sobre lo que está pasando o reírse de la situación. De los datos obtenidos con respecto a este estilo de afrontamiento se puede concluir que un 50% de personas damnificadas por el megadeslizamiento de Callapa se observa que han llegado a adoptar el humor como un estilo de afrontamiento a la situación que se encuentran atravesando en un nivel medio.

CONSUMO DE ALCOHOL O DROGAS

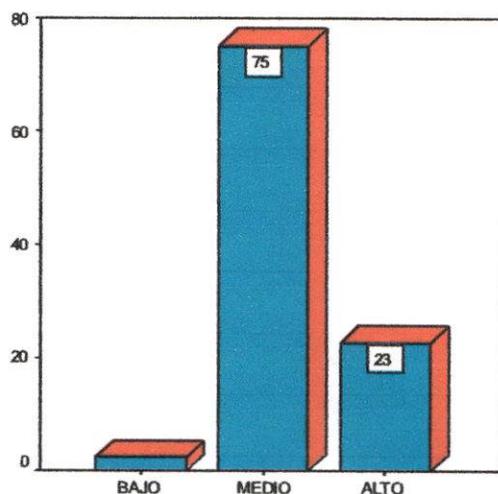
		Frecuencia	Porcentaje
Válidos	BAJO	68	81,0
	MEDIO	13	15,5
	ALTO	3	3,6
	Total	84	100,0



Los resultados de la sub categoría de consumo de alcohol y drogas como estilo de afrontamiento enfocado en la emoción se encuentra: el 81% de las personas damnificadas que participaron en el estudio se encuentran en un nivel bajo, el otro 15% de sujetos se encuentra en un nivel medio y finalmente el 4% de los mismos se encuentra en un nivel alto. El consumo de alcohol y drogas como estilo de afrontamiento se refiere a tomar alcohol u otras sustancias para hacer frente al estresor. De los datos obtenidos en los cuadros anteriores se puede concluir que un porcentaje significativo del 81% de las personas damnificadas del megadeslizamiento no recurre al consumo de alcohol o drogas como estilo de afrontamiento para superar la situación por la que se encuentran atravesando.

PLANIFICACIÓN Y AFRONTAMIENTO ACTIVO

		Frecuencia	Porcentaje
Válidos	BAJO	2	2,4
	MEDIO	63	75,0
	ALTO	19	22,6
	Total	84	100,0

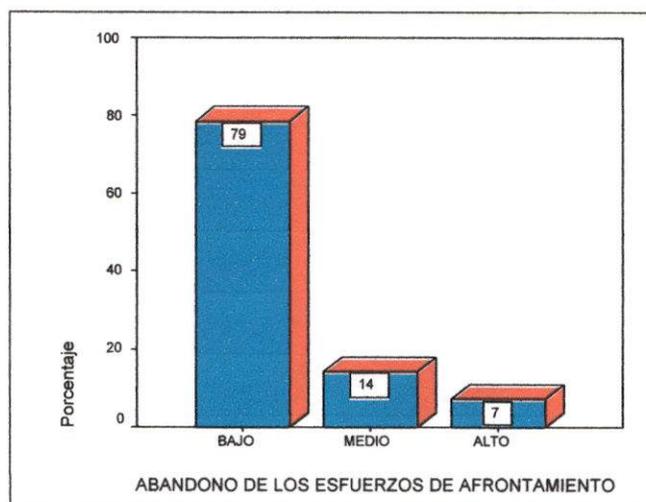


PLANIFICACIÓN Y AFRONTAMIENTO ACTIVO

Los resultados de la sub categoría de planificación y afrontamiento activo como estilo de afrontamiento enfocado en el problema se encuentra en un nivel bajo en el 2% de personas damnificadas que participaron en el estudio, el 75% de sujetos se encuentra en un nivel medio y finalmente en un 23% de los mismos se encuentra en un nivel alto. La Planificación y afrontamiento activo como estilo de afrontamiento tiene que ver con llevar a cabo acciones, hacer esfuerzos para eliminar, evitar o aminorar los efectos de la situación estresante. De los datos observados en los cuadros anteriores se puede concluir que en un porcentaje significativo el 75% de personas damnificadas del megadeslizamiento presentan el uso del estilo de afrontamiento planificación y afrontamiento activo en un nivel medio.

ABANDONO DE LOS ESFUERZOS DE AFRONTAMIENTO

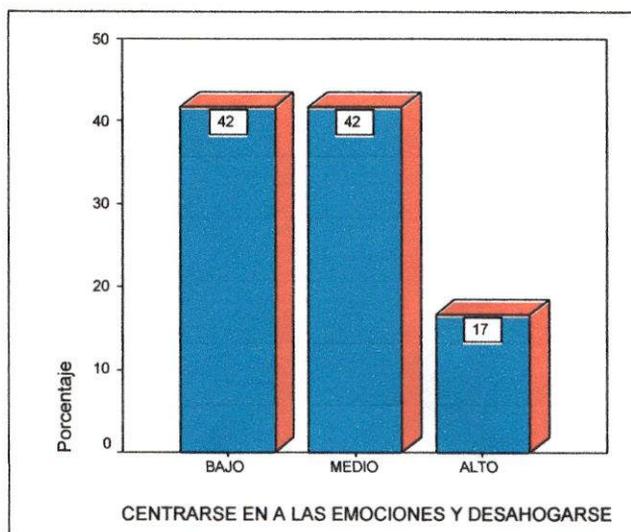
		Frecuencia	Porcentaje
Válidos	BAJO	66	78,6
	MEDIO	12	14,3
	ALTO	6	7,1
	Total	84	100,0



Con relación a la sub categoría de abandono de los esfuerzos de afrontamiento como estilo de afrontamiento adoptado por los damnificados del megadeslizamiento de Callapa, el mismo se encuentra: un 79% de personas que participaron del estudio en un nivel bajo, el 14% de los mismos se encuentra en un nivel medio y finalmente el 7% de las personas se encuentran en un nivel alto. El Abandono de los esfuerzos de afrontamiento consiste en renunciar a cualquier esfuerzo o abandonar cualquier tentativa de alcanzar los objetivos con los que interfiere la situación estresante. De los datos obtenidos respecto a este estilo de afrontamiento se puede concluir que un 79% de personas damnificadas por el megadeslizamiento de Callapa no han llegado a adoptar el abandono de los esfuerzos de afrontamiento como un estilo de afrontamiento a la situación que se hallan atravesando ya que se encuentra en ellos en un nivel bajo.

CENTRARSE EN A LAS EMOCIONES Y DESAHOGARSE

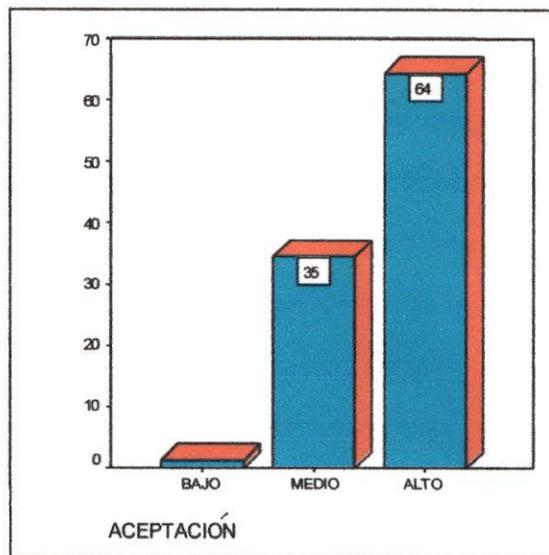
		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válidos	BAJO	35	41,7	41,7	41,7
	MEDIO	35	41,7	41,7	83,3
	ALTO	14	16,7	16,7	100,0
	Total	84	100,0	100,0	



Los resultados de la sub categoría de centrarse en las emociones y desahogarse como un estilo de afrontamiento enfocado en la emoción se encuentra: el 42% de personas damnificadas que participaron en el estudio se encuentran en un nivel bajo, el otro 42% de sujetos se encuentra en un nivel medio y finalmente en un 17% de los mismos se encuentra en un nivel alto. Centrarse en las emociones y desahogarse se refiere a que se produce un incremento de la atención hacia el propio malestar emocional, acompañado de una tendencia a expresar o descargar esos sentimientos. De los datos observados en los cuadros anteriores se puede concluir que en un porcentaje compartido del 42% a este estilo de afrontamiento centrarse en las emociones y desahogarse se encuentra en niveles bajo y medio respectivamente.

ACEPTACIÓN

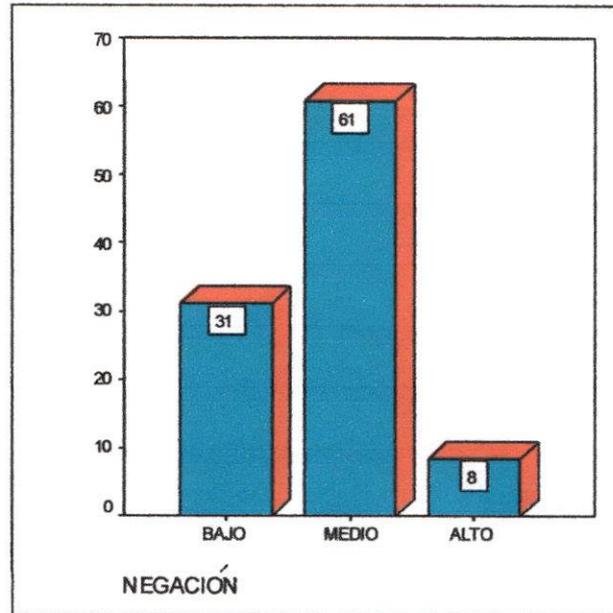
		Frecuencia	Porcentaje
Válidos	BAJO	1	1,2
	MEDIO	29	34,5
	ALTO	54	64,3
	Total	84	100,0



Los resultados de la sub categoría aceptación como estilo de afrontamiento según los datos obtenidos se encuentra: el 1% al nivel bajo, el 34% al nivel medio y finalmente el 64% que corresponde al nivel alto. Por Aceptación se entiende el aceptar que el suceso ha ocurrido y es real. Se acepta que es una respuesta de afrontamiento adaptativa que permite enfrentarse con la situación real. Los damnificados que participaron en el estudio en su mayor porcentaje 64% se encuentran en un nivel alto de aceptación como estilo de afrontamiento a la situación por la que se encuentran atravesando.

NEGACIÓN

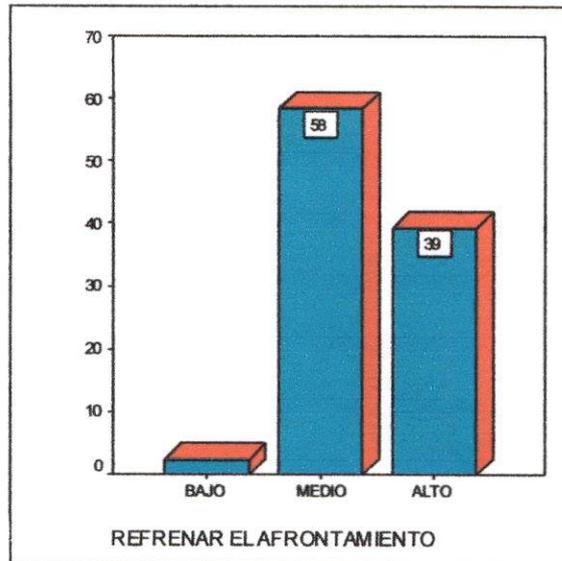
		Frecuencia	Porcentaje
Válidos	BAJO	26	31,0
	MEDIO	51	60,7
	ALTO	7	8,3
	Total	84	100,0



Los resultados de la sub categoría negación como estilo de afrontamiento según los datos obtenidos se encuentra: un 31% al nivel bajo, el 61% al nivel medio y finalmente el 8% que corresponde al nivel alto. Por Negación se intenta rechazar la realidad del suceso, actuando como si no hubiera sucedido o pensando que no ha pasado realmente. Los damnificados que participarán en el estudio en un porcentaje mayor del 61% se encuentran en un nivel medio de negación como estilo de afrontamiento a la situación por la que se encuentran atravesando.

REFRENAR EL AFRONTAMIENTO

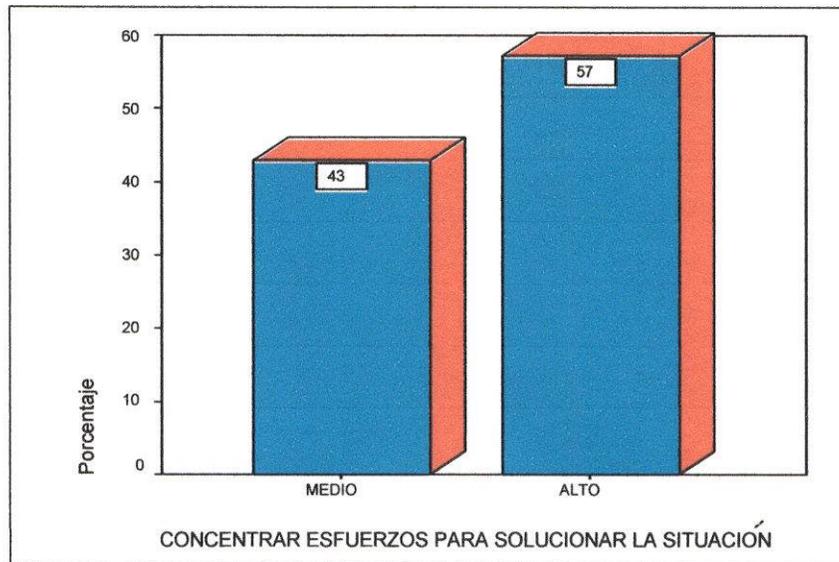
		Frecuencia	Porcentaje
Válidos	BAJO	2	2,4
	MEDIO	49	58,3
	ALTO	33	39,3
	Total	84	100,0



Los resultados de la sub categoría refrenar el afrontamiento como estilo de afrontamiento se encuentra: un 2% de los damnificados se encuentran en nivel bajo, el 58% al nivel medio y finalmente el 39% al nivel alto. Por refrenar el afrontamiento tiene que ver con afrontar la situación pasivamente, posponiendo cualquier tentativa de afrontamiento. De los datos anteriores se puede concluir que un porcentaje del 58% de damnificados que participaron en el estudio se encuentran en un nivel medio con relación a refrenar el afrontamiento como estilo de afrontar la situación por la que se encuentran atravesando.

CONCENTRAR ESFUERZOS PARA SOLUCIONAR LA SITUACIÓN

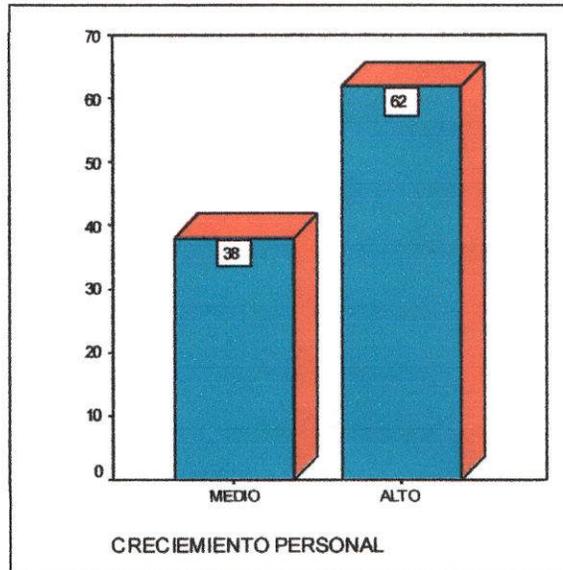
		Frecuencia	Porcentaje
Válidos	MEDIO	36	42,9
	ALTO	48	57,1
	Total	84	100,0



Los resultados de la sub categoría concentrar esfuerzos para solucionar la situación como estilo de afrontamiento de la variable Afrontamiento, según los datos obtenidos: un 43% de los damnificados se encuentra en el nivel medio y el 57% al nivel alto. Por concentrarse en esfuerzos para solucionar la situación nos referimos a centrar los esfuerzos en resolver lo que está pasando, dejando otras cosas de lado si es necesario. De los datos anteriores se puede concluir que un porcentaje del 57% de damnificados que participaron en el estudio se encuentran en un nivel alto con relación a concentrar esfuerzos para solucionar la situación por la que se encuentran atravesando.

CRECIMIENTO PERSONAL

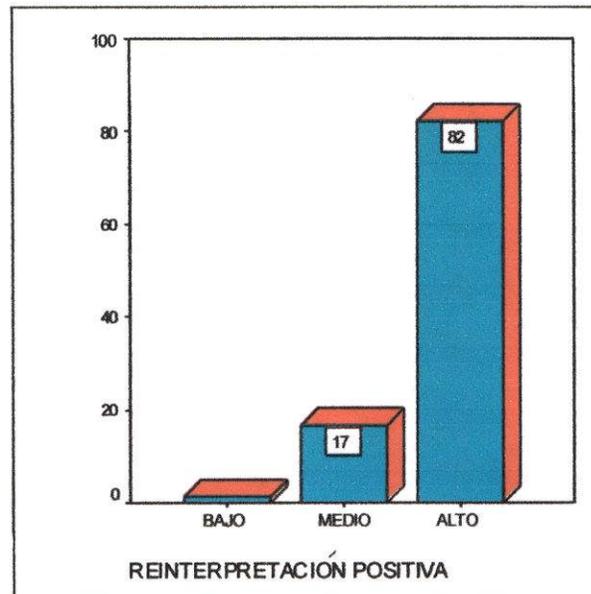
		Frecuencia	Porcentaje
Válidos	MEDIO	32	38,1
	ALTO	52	61,9
	Total	84	100,0



Los resultados de la sub categoría crecimiento personal como estilo de afrontamiento según el gráfico corresponden: un 38% de los damnificados se encuentran en un nivel medio y el 62% se encuentran en un nivel alto. El crecimiento personal consiste en tratar de desarrollarse como persona o aprender algo de lo que está pasando. De los datos anteriores se puede concluir que un porcentaje del 62% de damnificados que participaron en el estudio se encuentran en un nivel alto con relación al crecimiento personal adoptado como estilo de afrontamiento a la situación por la que se encuentran atravesando.

REINTERPRETACIÓN POSITIVA

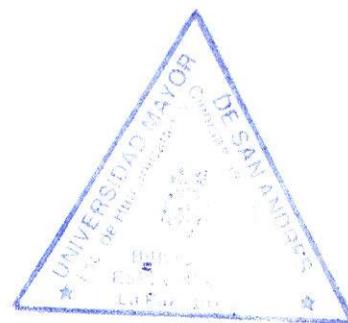
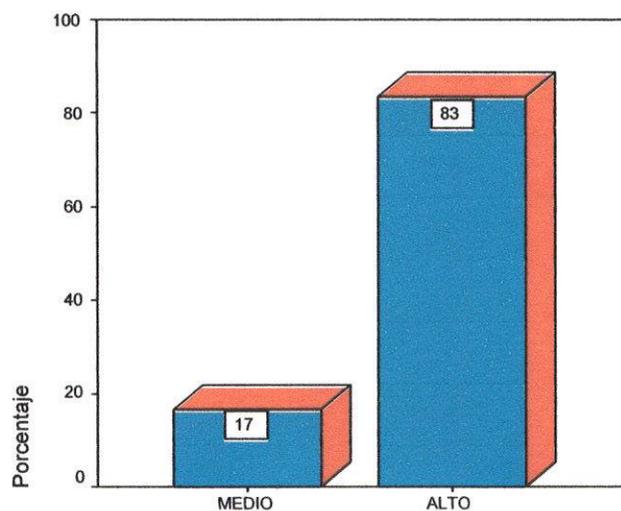
		Frecuencia	Porcentaje
Válidos	BAJO	1	1,2
	MEDIO	14	16,7
	ALTO	69	82,1
	Total	84	100,0



Los resultados de la sub categoría reinterpretación positiva como estilo de afrontamiento según los datos obtenidos corresponden: el 1% de los damnificados se encuentran en el nivel bajo, el 17% al nivel medio y finalmente el 82% al nivel alto. La reinterpretación positiva consiste en sacar lo mejor de la situación intentando ver los aspectos positivos y lo que uno puede hacer para manejarla mejor. De los datos anteriores se puede concluir que un porcentaje mayor del 82% de damnificados que participaron en el estudio se encuentran en un nivel alto con relación a la reinterpretación positiva adoptada como estilo de afrontamiento a la situación por la que se encuentran atravesando.

ACTIVIDADES DISTRACTORAS DE LA SITUACIÓN

		Frecuencia	Porcentaje
Válidos	MEDIO	14	16,7
	ALTO	70	83,3
	Total	84	100,0

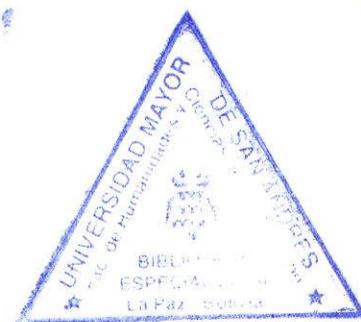
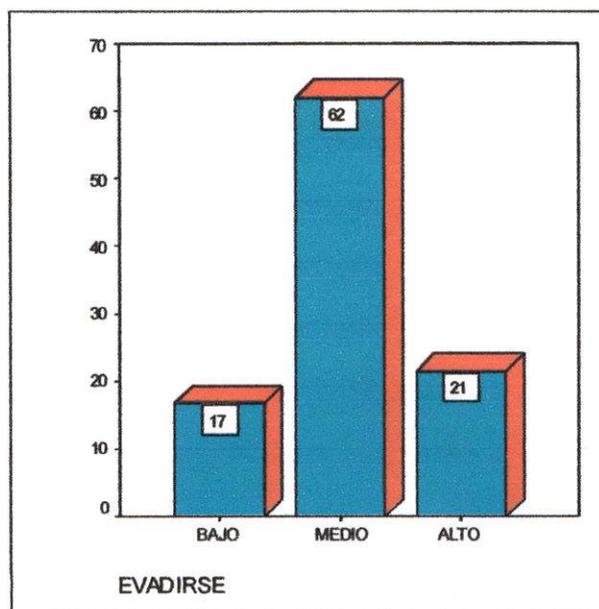


ACTIVIDADES DISTRACTORAS DE LA SITUACIÓN

Los resultados de la sub categoría actividades distractoras de la situación como estilo de afrontamiento de la variable Afrontamiento, corresponden: un 17% al nivel medio y el 83% al nivel alto. Por actividades distractoras se entiende el realizar actividades que no tienen que ver con la situación estresante para no pensar en ella. De los datos anteriores se puede concluir que el 83% de damnificados que participaron en el estudio se encuentran en un nivel alto con relación a la realización de actividades distractoras de la situación que se encuentran atravesando.

EVADIRSE

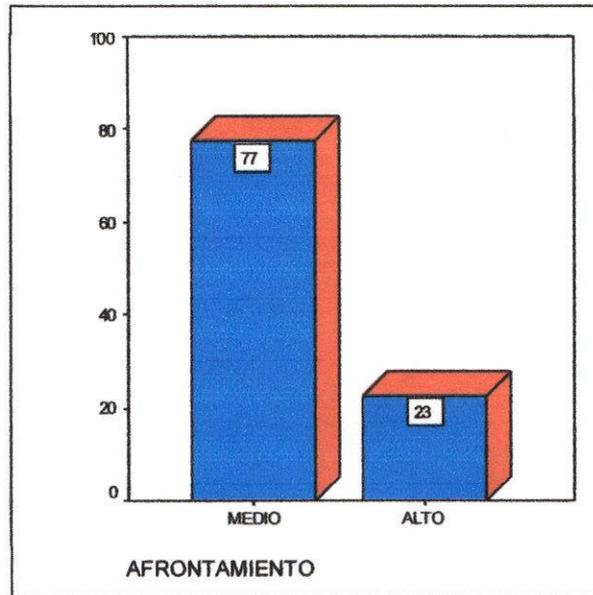
		Frecuencia	Porcentaje
Válidos	BAJO	14	16,7
	MEDIO	52	61,9
	ALTO	18	21,4
	Total	84	100,0



Los resultados de la sub categoría evadirse como estilo de afrontamiento según los datos obtenidos corresponde: el 17% de los damnificados se encuentran en un nivel bajo, el 62% al nivel medio y finalmente el 21% en un nivel alto. Las conductas de evasión se refieren a desconectarse psicológicamente de la realidad que se está viviendo mediante ensoñaciones, sueño o evitando esfuerzos para resolver el problema. De los datos anteriores se puede concluir que un porcentaje del 62% de damnificados que participaron en el estudio se encuentran en un nivel medio con relación a utilizar el estilo de afrontamiento de evadirse como forma de hacer frente a la situación por la que se encuentran atravesando.

AFRONTAMIENTO

		Frecuencia	Porcentaje
Válidos	MEDIO	65	77,4
	ALTO	19	22,6
	Total	84	100,0

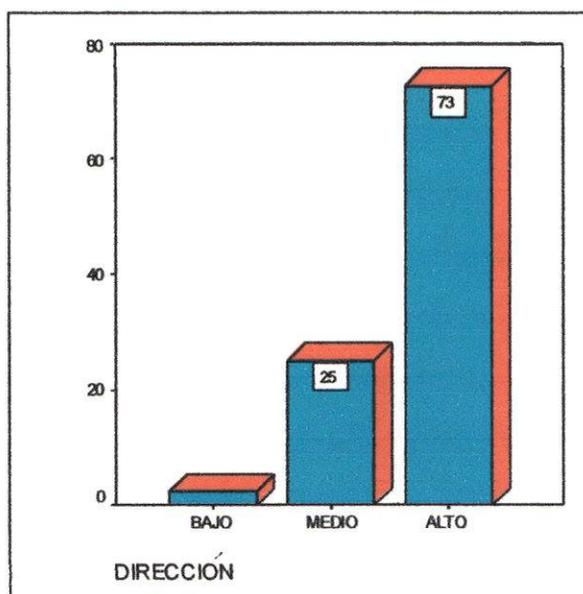


Los resultados de la variable Afrontamiento, según los datos obtenidos corresponde: un 77% de los damnificados se encuentran en el nivel medio y el 23% al nivel alto. Por Afrontamiento se entiende los esfuerzos cognitivos y conductuales constantemente cambiantes que se desarrollan para manejar las demandas específicas externas y/o internas que son evaluadas como excedentes o desbordantes de los recursos del individuo. De los datos anteriores se puede concluir que un porcentaje mayor del 77% de damnificados que participaron en el estudio se encuentran en un nivel medio con relación al uso de estilos o estrategias de afrontamiento frente a la situación por la que se encuentran atravesando.

**c) RESULTADOS DE LA APLICACIÓN DE LA ESCALA DE APOYO SOCIAL
(Social Provisión Scale de Rusell)**

DIRECCIÓN

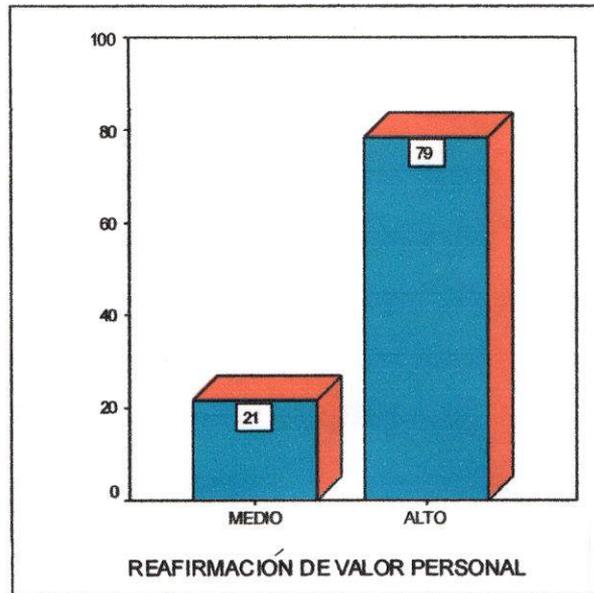
		Frecuencia	Porcentaje
Válidos	BAJO	2	2,4
	MEDIO	21	25,0
	ALTO	61	72,6
	Total	84	100,0



Los resultados de la sub categoría dirección de la variable Apoyo Social, según los datos obtenidos el mismo se encuentra: el 2% de las personas que participaron en el estudio se encuentran en un nivel bajo, el 25% al nivel medio, y el 73% al nivel alto. La Dirección indica que el individuo recibe o no apoyo en los momentos difíciles como Apoyo Social. Los damnificados del megadeslizamiento de Callapa que participaron en el estudio en un mayor porcentaje del 73% se encuentran en un nivel alto de dirección como apoyo social que recibe de su medio.

REAFIRMACIÓN DE VALOR PERSONAL

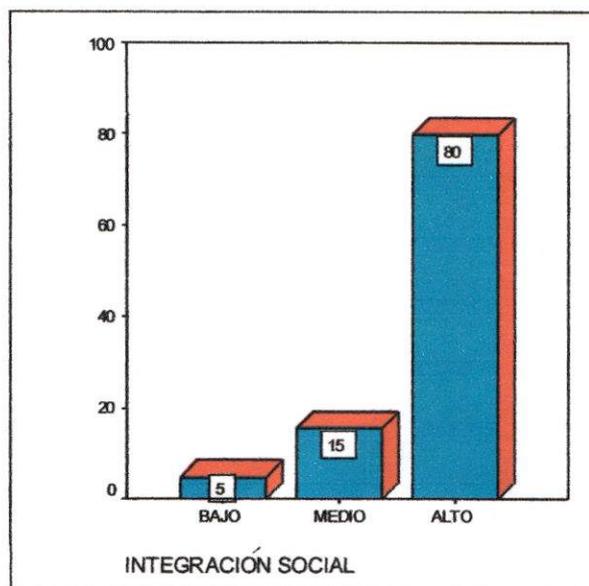
		Frecuencia	Porcentaje
Válidos	MEDIO	18	21,4
	ALTO	66	78,6
	Total	84	100,0



Los resultados de la sub categoría reafirmación del valor personal de la variable Apoyo Social el mismo se encuentra: el 21% de los damnificados en un nivel medio y el 79% al nivel alto. La Reafirmación del valor personal informa que el individuo tiene o no seguridad con respecto a sus habilidades y aptitudes. De acuerdo a los datos obtenidos se puede concluir que un mayor porcentaje del 79% de personas damnificadas del megadeslizamiento de Callapa que participaron en el estudio se encuentran en un nivel alto de reafirmación del valor personal como apoyo social que recibe de su medio.

INTEGRACIÓN SOCIAL

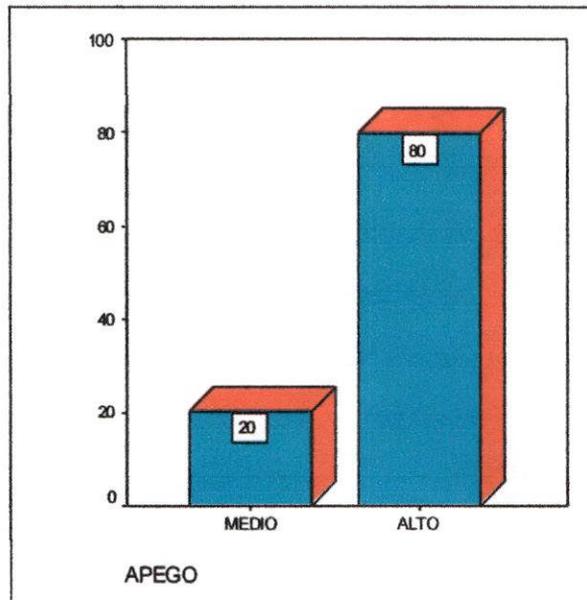
		Frecuencia	Porcentaje
Válidos	BAJO	4	4,8
	MEDIO	13	15,5
	ALTO	67	79,8
	Total	84	100,0



Los resultados de la sub categoría integración social y según los datos obtenidos corresponde: un 5% de las personas que participaron del estudio se encuentran en un nivel nivel bajo, el otro 15% al nivel medio y el 80% al nivel alto. La integración social determina si el individuo cuenta o no con la existencia de personas que compartan con él sus ideales y creencias. De acuerdo a los datos observados se puede concluir que un 80% de personas damnificadas del megadeslizamiento de Callapa que participaron en el estudio se encuentran en un nivel alto de integración social como apoyo social que reciben de su medio.

APEGO

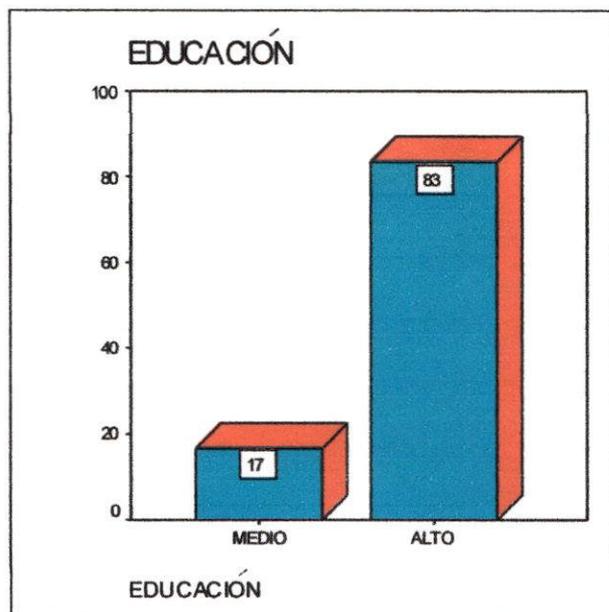
		Frecuencia	Porcentaje
Válidos	MEDIO	17	20,2
	ALTO	67	79,8
	Total	84	100,0



Los resultados de la sub categoría apego de la variable apoyo social según los datos obtenidos corresponde: un 20% de los damnificados se encuentran al nivel medio y el 80% al nivel alto. El apego tiene como objetivo medir los sentimientos de intimidad y relaciones cercanas con otras personas. De acuerdo a los datos observados se puede concluir que el 80% de personas damnificadas del megadeslizamiento de Callapa que participaron en el estudio se encuentran en un nivel alto de apego como apoyo social que recibe de su medio.

EDUCACIÓN

		Frecuencia	Porcentaje
Válidos	MEDIO	14	16,7
	ALTO	70	83,3
	Total	84	100,0

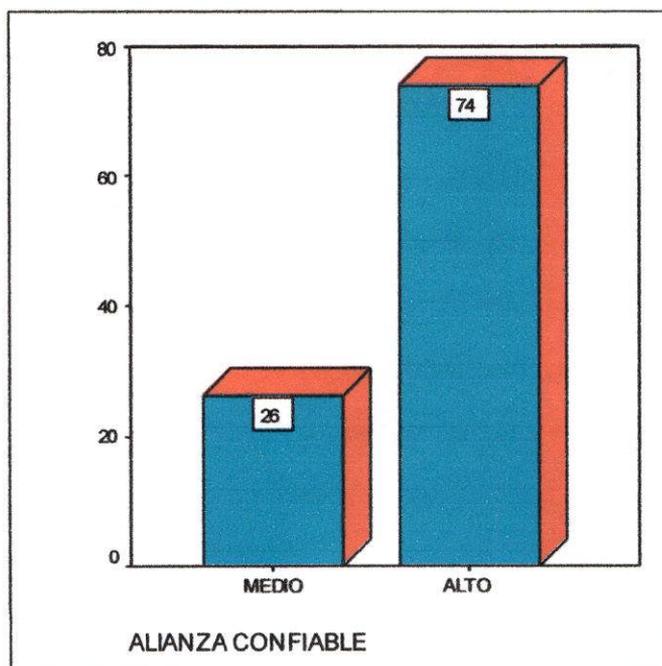


Los resultados de la sub categoría educación y según los datos obtenidos el mismo se encuentra: un 16% de los damnificados se encuentran en un nivel medio y el 83% al nivel alto. La Educación se refiere a la evaluación de la responsabilidad que tiene un individuo por el bienestar de otras personas. De acuerdo a los datos observados se puede concluir que un mayor porcentaje del 83% de personas damnificados del megadeslizamiento de Callapa que participaron en el estudio se encuentran en un nivel alto de educación como apoyo social que recibe de su medio



ALIANZA CONFIABLE

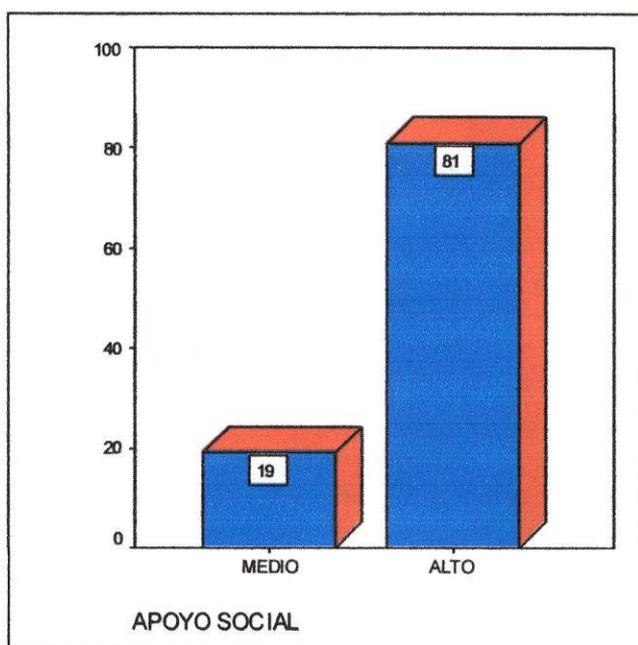
		Frecuencia	Porcentaje
Válidos	MEDIO	22	26,2
	ALTO	62	73,8
	Total	84	100,0



Los resultados de la sub categoría alianza confiable de la variable Apoyo Social y según los datos obtenidos corresponden: un 26% de los damnificados se encuentra en un nivel medio y el 74% al nivel alto. La alianza confiable ayuda a medir los sentimientos de seguridad del individuo en los momentos difíciles con otras personas. De acuerdo a los datos observados se puede concluir que un 74% de personas damnificadas del megadeslizamiento de Callapa que participaron en el estudio se encuentran en un nivel alto de alianza confiable como apoyo social que recibe de su medio.

APOYO SOCIAL

		Frecuencia	Porcentaje
Válidos	MEDIO	16	19,0
	ALTO	68	81,0
	Total	84	100,0



Los resultados de la variable Apoyo Social, según los datos obtenidos corresponden: un 19% de los damnificados se encuentran en el nivel medio y el 81% al nivel alto. Por apoyo social se entiende la evaluación subjetiva sobre la naturaleza de las interacciones en las relaciones sociales, como ayuda tangible que provee la red social, de familiares, amigos, vecinos, compañeros de trabajo y otros significativos. De los datos anteriores se puede concluir que un porcentaje mayor del 81% de damnificados que participaron en el estudio se encuentran en un nivel alto con relación al apoyo social que recibe de su medio frente a la situación por la que se encuentran atravesando.

Correlaciones

Correlaciones

	DIRECCION	REAFIRMA CION DE VALOR PERSONAL	INTEGRACION SOCIAL	APEGO	EDUCACION	ALIANZA CONFIABLE	APOYO SOCIAL
BUSQUEDA DE APOYO SOCIAL	Correlación de Pearson Sig. (bilateral) N	,608** ,000 84	,568** ,000 84	,507** ,000 84	,411** ,000 84	,560** ,000 84	,844** ,000 84
RELIGION	Correlación de Pearson Sig. (bilateral) N	,487** ,000 84	,402** ,000 84	,362** ,001 84	,340** ,002 84	,409** ,000 84	,659** ,000 84
HUMOR	Correlación de Pearson Sig. (bilateral) N	,171 ,121	,194 ,076	,193 ,078	,178 ,106	,111 ,314	,337** ,002 84
CONSUMO DE ALCOHOL O DROGAS	Correlación de Pearson Sig. (bilateral) N	-,384** ,000 84	-,437** ,000 84	-,482** ,000 84	-,236* ,031 84	-,412** ,000 84	-,239* ,029 84
PLANIFICACION Y AFRONTAMIENTO ACTIVO	Correlación de Pearson Sig. (bilateral) N	,515** ,000 84	,569** ,000 84	,513** ,000 84	,379** ,000 84	,450** ,000 84	,643** ,000 84
ABANDONO DE LOS ESFUERZOS DE AFRONTAMIENTO	Correlación de Pearson Sig. (bilateral) N	-,350** ,001 84	-,452** ,000 84	-,497** ,000 84	-,418** ,000 84	-,658** ,000 84	-,267* ,014 84
CENTRARSE EN ALAS EMOCIONES Y DESAHOGARSE	Correlación de Pearson Sig. (bilateral) N	-,018 ,869	-,077 ,486	-,075 ,498	-,040 ,716	-,128 ,245	,274* ,012 84
ACEPTACION	Correlación de Pearson Sig. (bilateral) N	,081 ,463	,300** ,005 84	,292** ,007 84	,174 ,114	,133 ,229	,294** ,007 84
NEGACION	Correlación de Pearson Sig. (bilateral) N	,300** ,006 84	,190 ,083	,092 ,404	,082 ,460	,201 ,067	,453** ,000 84
REFRENAR EL AFRONTAMIENTO	Correlación de Pearson Sig. (bilateral) N	,507** ,000 84	,564** ,000 84	,542** ,000 84	,402** ,000 84	,590** ,000 84	,674** ,000 84
CONCENTRAR ESFUERZOS PARA SOLUCIONAR LA SITUACION	Correlación de Pearson Sig. (bilateral) N	,474** ,000 84	,562** ,000 84	,560** ,000 84	,508** ,000 84	,436** ,000 84	,681** ,000 84
CRECIMIENTO PERSONAL	Correlación de Pearson Sig. (bilateral) N	,489** ,000 84	,602** ,000 84	,548** ,000 84	,466** ,000 84	,521** ,000 84	,671** ,000 84
REINTERPRETACION POSITIVA	Correlación de Pearson Sig. (bilateral) N	,549** ,000 84	,535** ,000 84	,590** ,000 84	,440** ,000 84	,514** ,000 84	,594** ,000 84
ACTITUDES DISTRACTORAS DE LA SITUACION	Correlación de Pearson Sig. (bilateral) N	-,046 ,680	-,054 ,628	-,080 ,416	-,109 ,324	-,139 ,208	,157 ,163 84
EVADIRSE	Correlación de Pearson Sig. (bilateral) N	-,086 ,388	-,226** ,038 84	-,350** ,001 84	-,201 ,067 84	-,461** ,000 84	,021 ,852 84
AFRONTAMIENTO	Correlación de Pearson Sig. (bilateral) N	,529** ,000 84	,620** ,000 84	,425** ,000 84	,363** ,001 84	,378** ,000 84	,915** ,000 84

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

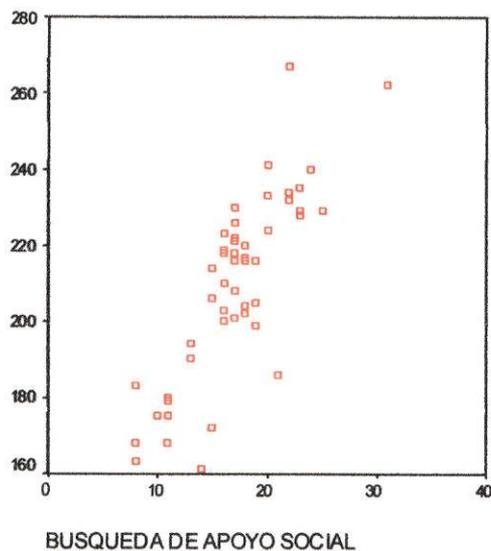
* : La correlación es significativa al nivel 0,05 (bilateral).

Correlaciones

		APOYO SOCIAL	BUSQUEDA DE APOYO SOCIAL
APOYO SOCIAL	Correlación de Pearson	1	,844**
	Sig. (bilateral)	.	,000
	N	84	84
BUSQUEDA DE APOYO SOCIAL	Correlación de Pearson	,844**	1
	Sig. (bilateral)	,000	.
	N	84	84

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

Gráfico



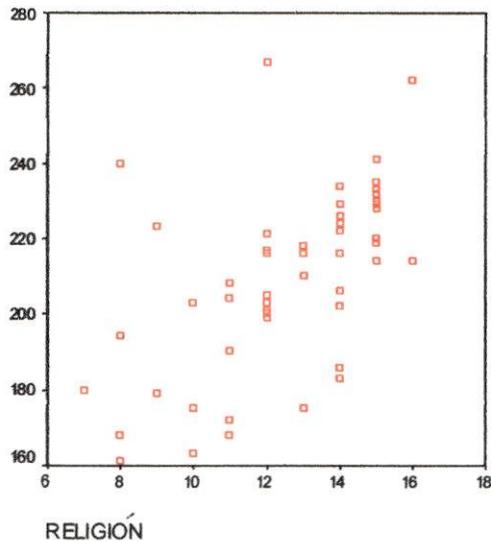
Según los resultados encontrados en la correlación entre la variable Apoyo social y el estilo de afrontamiento Busqueda de Apoyo Social tomando en cuenta los parámetros mencionados, encontramos que la relación es 0,844 es significativa al nivel de 0.01 (bilateral). Lo que quiere decir que existe una correlación positiva entre la variable Apoyo social y el estilo de afrontamiento Busqueda de Apoyo Social, esto nos indica que a mayor Apoyo Social mayor afrontamiento en el estilo Busqueda de Apoyo Social, por otro lado, a menor Apoyo Social menor afrontamiento en el estilo Busqueda de Apoyo Social.

Correlaciones

		APOYO SOCIAL	RELIGIÓN
APOYO SOCIAL	Correlación de Pearson	1	,656**
	Sig. (bilateral)	.	,000
	N	84	84
RELIGIÓN	Correlación de Pearson	,656**	1
	Sig. (bilateral)	,000	.
	N	84	84

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

Gráfico



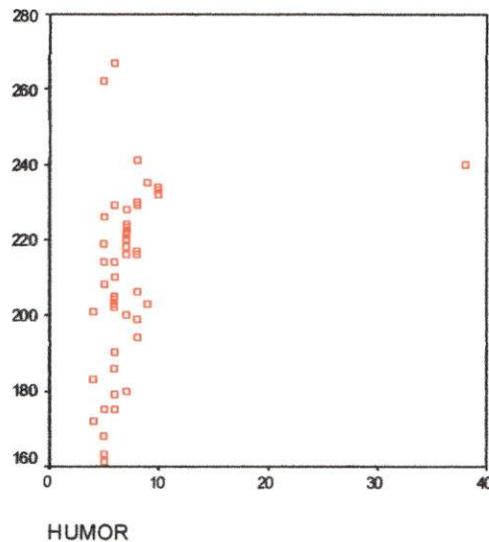
Según los resultados encontrados en la correlación entre la variable Apoyo Social y el estilo de afrontamiento Religión tomando en cuenta los parámetros mencionados, encontramos que la relación es 0,656 es significativa al nivel de 0.01 (bilateral). Lo que quiere decir que existe una correlación positiva entre la variable Apoyo Social y el estilo de afrontamiento Religión, esto nos indica que a mayor Apoyo Social mayor afrontamiento en el estilo Religión, por otro lado, a menor Apoyo Social menor afrontamiento en el estilo Religión.

Correlaciones

		APOYO SOCIAL	HUMOR
APOYO SOCIAL	Correlación de Pearson	1	,337**
	Sig. (bilateral)	.	,002
	N	84	84
HUMOR	Correlación de Pearson	,337**	1
	Sig. (bilateral)	,002	.
	N	84	84

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

Gráfico



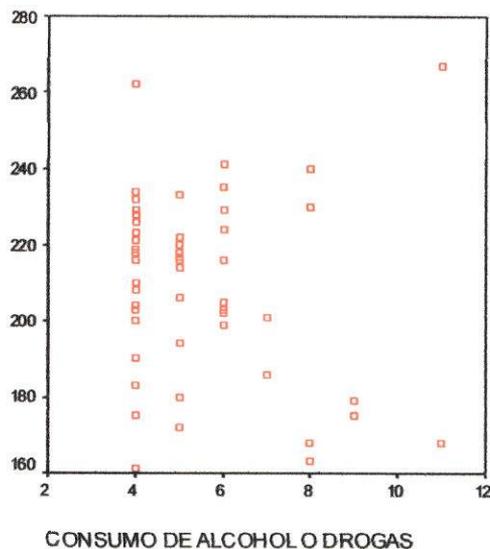
Según los resultados encontrados en la correlación entre la variable Apoyo Social y el estilo de afrontamiento Humor tomando en cuenta los parámetros mencionados, encontramos que la relación es 0,337 es significativa al nivel de 0.01 (bilateral). Lo que quiere decir que existe una correlación positiva entre la variable Apoyo Social y el estilo de afrontamiento Humor, esto nos indica que a mayor Apoyo Social mayor afrontamiento en el estilo Humor, por otro lado, a menor Apoyo Social menor afrontamiento en el estilo Humor.

Correlaciones

		APOYO SOCIAL	CONSUMO DE ALCOHOL O DROGAS
APOYO SOCIAL	Correlación de Pearson	1	-,239*
	Sig. (bilateral)	.	,029
	N	84	84
CONSUMO DE ALCOHOL O DROGAS	Correlación de Pearson	-,239*	1
	Sig. (bilateral)	,029	.
	N	84	84

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

Gráfico



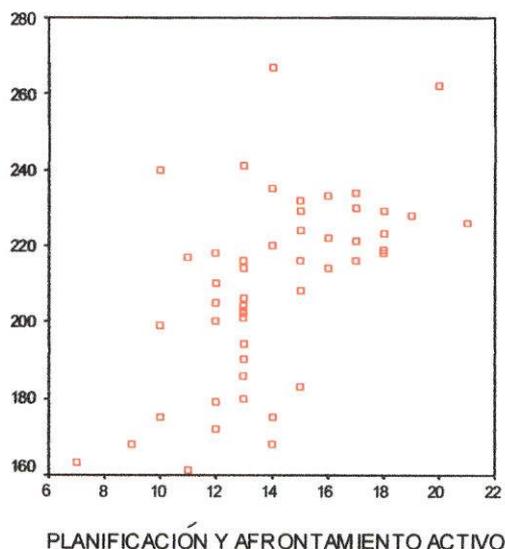
Según los resultados encontrados en la correlación entre la variable Apoyo Social y el estilo de afrontamiento Consumo de alcohol o drogas, tomando en cuenta los parámetros mencionados, encontramos que la relación es -0,239 es significativa al nivel de 0.05 (bilateral). Lo que quiere decir que no existe una correlación positiva entre la variable Apoyo Social y el estilo de afrontamiento Consumo de alcohol o drogas, esto nos indica que a mayor Apoyo Social menor afrontamiento en el estilo Consumo de alcohol o drogas, por otro lado, a menor Apoyo Social mayor afrontamiento en el estilo Consumo de alcohol o drogas.

Correlaciones

		APOYO SOCIAL	PLANIFICACIÓN Y AFRONTAMIENTO ACTIVO
APOYO SOCIAL	Correlación de Pearson	1	,643**
	Sig. (bilateral)	.	,000
	N	84	84
PLANIFICACIÓN Y AFRONTAMIENTO ACTIVO	Correlación de Pearson	,643**	1
	Sig. (bilateral)	,000	.
	N	84	84

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

Gráfico



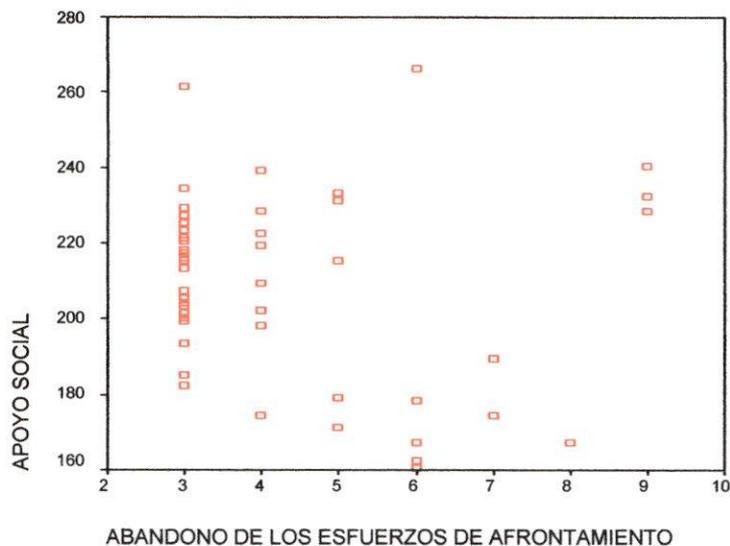
Según los resultados encontrados en la correlación entre la variable Apoyo Social y el estilo de afrontamiento Planificación y afrontamiento activo tomando en cuenta los parámetros mencionados, encontramos que la relación es 0,643 es significativa al nivel de 0.01 (bilateral). Lo que quiere decir que existe una correlación positiva entre la variable Apoyo Social y el estilo de afrontamiento Planificación y afrontamiento activo, esto nos indica que a mayor Apoyo Social mayor afrontamiento en el estilo Planificación y afrontamiento activo, por otro lado, a menor Apoyo Social menor afrontamiento en el estilo Planificación y afrontamiento activo.

Correlaciones

		APOYO SOCIAL	ABANDONO DE LOS ESFUERZOS DE AFRONTAMIENTO
APOYO SOCIAL	Correlación de Pearson	1	-,267*
	Sig. (bilateral)	.	,014
	N	84	84
ABANDONO DE LOS ESFUERZOS DE AFRONTAMIENTO	Correlación de Pearson	-,267*	1
	Sig. (bilateral)	,014	.
	N	84	84

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

Gráfico



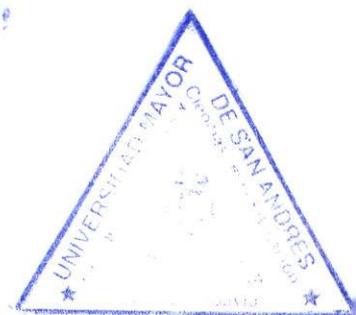
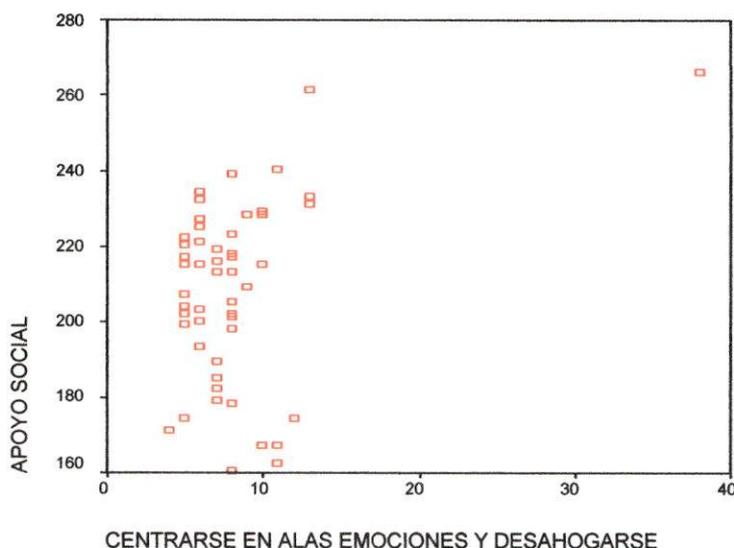
Según los resultados encontrados en la correlación entre la variable Apoyo Social y el estilo de afrontamiento Abandono de los esfuerzos de afrontamiento, tomando en cuenta los parámetros mencionados, encontramos que la relación es $-0,267$ es significativa al nivel de 0.05 (bilateral). Lo que quiere decir que no existe una correlación positiva entre la variable Apoyo Social y el estilo de afrontamiento Abandono de los esfuerzos de afrontamiento, esto nos indica que a mayor Apoyo Social menor afrontamiento en el estilo Abandono de los esfuerzos de afrontamiento, por otro lado, a menor Apoyo Social mayor afrontamiento en el estilo Abandono de los esfuerzos de afrontamiento.

Correlaciones

		APOYO SOCIAL	CENTRARSE EN ALAS EMOCIONES Y DESAHOGARSE
APOYO SOCIAL	Correlación de Pearson	1	,274*
	Sig. (bilateral)	.	,012
	N	84	84
CENTRARSE EN ALAS EMOCIONES Y DESAHOGARSE	Correlación de Pearson	,274*	1
	Sig. (bilateral)	,012	.
	N	84	84

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

Gráfico



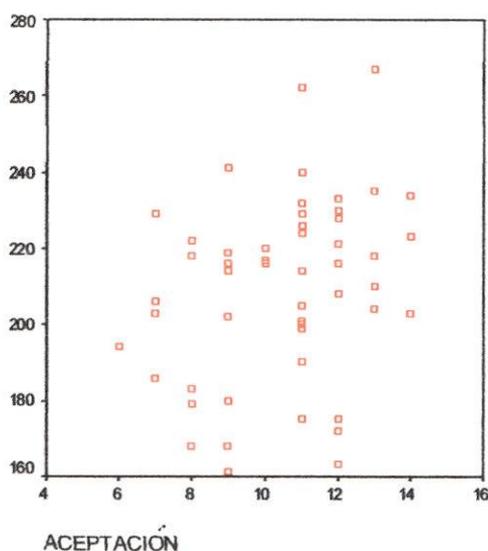
Según los resultados encontrados en la correlación entre la variable Apoyo Social y el estilo de afrontamiento Centrarse en las emociones y desahogarse tomando en cuenta los parámetros mencionados, encontramos que la relación es 0,274 es significativa al nivel de 0.05 (bilateral). Lo que quiere decir que existe una correlación positiva entre la variable Apoyo Social y el estilo de afrontamiento Centrarse en las emociones y desahogarse, esto nos indica que a mayor Apoyo Social mayor afrontamiento en el estilo Centrarse en las emociones y desahogarse, por otro lado, a menor Apoyo Social menor afrontamiento en el estilo Centrarse en las emociones y desahogarse.

Correlaciones

		APOYO SOCIAL	ACEPTACIÓN
APOYO SOCIAL	Correlación de Pearson	1	,294**
	Sig. (bilateral)	.	,007
	N	84	84
ACEPTACION	Correlación de Pearson	,294**	1
	Sig. (bilateral)	,007	.
	N	84	84

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

Gráfico



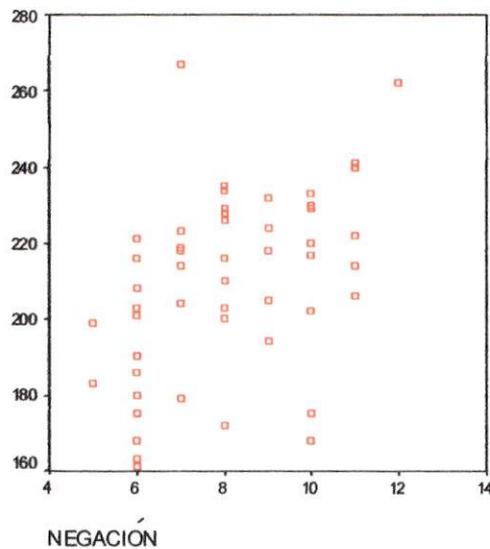
Según los resultados encontrados en la correlación entre la variable Apoyo Social y el estilo de afrontamiento Aceptación tomando en cuenta los parámetros mencionados, encontramos que la relación es 0,294 es significativa al nivel de 0.01 (bilateral). Lo que quiere decir que existe una correlación positiva entre la variable Apoyo Social y el estilo de afrontamiento Aceptación esto nos indica que a mayor Apoyo Social mayor afrontamiento en el estilo Aceptación, por otro lado, a menor Apoyo Social menor afrontamiento en el estilo Aceptación.

Correlaciones

		APOYO SOCIAL	NEGACIÓN
APOYO SOCIAL	Correlación de Pearson	1	,453**
	Sig. (bilateral)	.	,000
	N	84	84
NEGACION	Correlación de Pearson	,453**	1
	Sig. (bilateral)	,000	.
	N	84	84

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

Gráfico



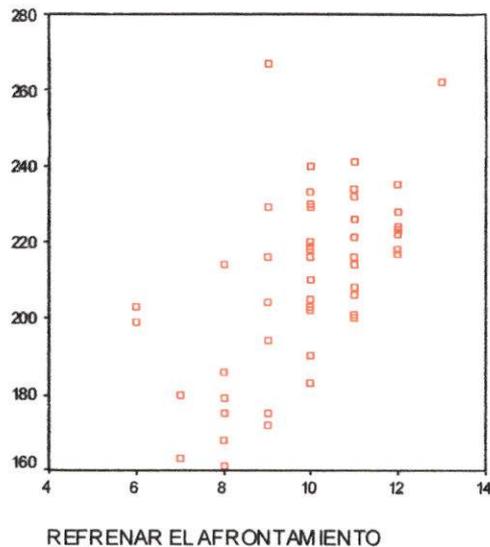
Según los resultados encontrados en la correlación entre la variable Apoyo Social y el estilo de afrontamiento Negación tomando en cuenta los parámetros mencionados, encontramos que la relación es 0,453 es significativa al nivel de 0.01 (bilateral). Lo que quiere decir que existe una correlación positiva entre la variable Apoyo Social y el estilo de afrontamiento Negación esto nos indica que a mayor Apoyo Social mayor afrontamiento en el estilo Negación, por otro lado, a menor Apoyo Social menor afrontamiento en el estilo Negación.

Correlaciones

		APOYO SOCIAL	REFRENAR EL AFRONTAMIENTO
APOYO SOCIAL	Correlación de Pearson	1	,674**
	Sig. (bilateral)	.	,000
	N	84	84
REFRENAR EL AFRONTAMIENTO	Correlación de Pearson	,674**	1
	Sig. (bilateral)	,000	.
	N	84	84

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

Gráfico



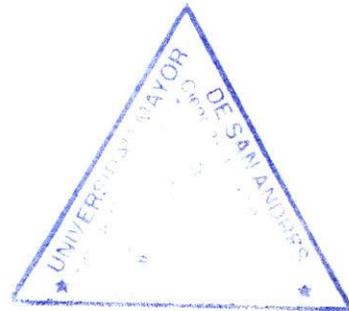
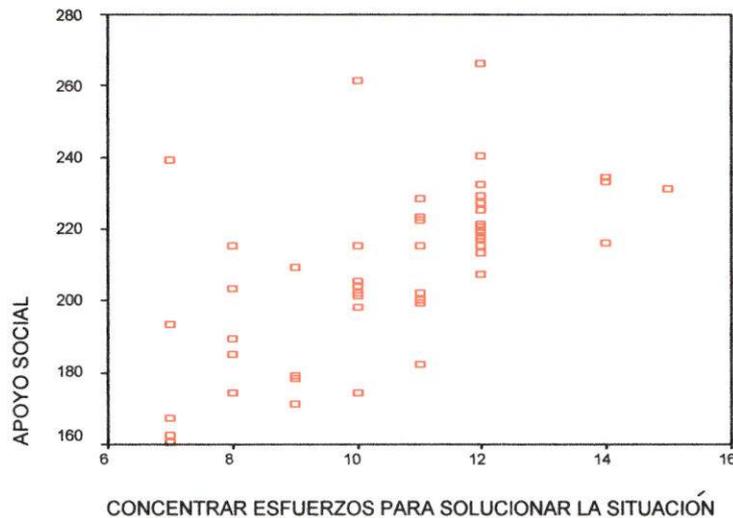
Según los resultados encontrados en la correlación entre la variable Apoyo Social y el estilo de afrontamiento Refrenar el afrontamiento tomando en cuenta los parámetros mencionados, encontramos que la relación es 0,674 es significativa al nivel de 0.01 (bilateral). Lo que quiere decir que existe una correlación positiva entre la variable Apoyo Social y el estilo de afrontamiento Refrenar el afrontamiento esto nos indica que a mayor Apoyo Social mayor afrontamiento en el estilo Refrenar el afrontamiento, por otro lado, a menor Apoyo Social menor afrontamiento en el estilo Refrenar el afrontamiento.

Correlaciones

		APOYO SOCIAL	CONCENTRAR ESFUERZOS PARA SOLUCIONAR LA SITUACIÓN
APOYO SOCIAL	Correlación de Pearson	1	,681**
	Sig. (bilateral)	.	,000
	N	84	84
CONCENTRAR ESFUERZOS PARA SOLUCIONAR LA SITUACIÓN	Correlación de Pearson	,681**	1
	Sig. (bilateral)	,000	.
	N	84	84

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

Gráfico



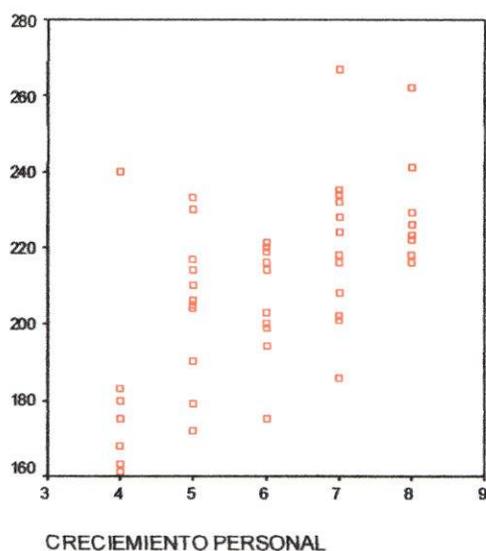
Según los resultados encontrados en la correlación entre la variable Apoyo Social y el estilo de afrontamiento Concentrar esfuerzos para solucionar la situación tomando en cuenta los parámetros mencionados, encontramos que la relación es 0,681 es significativa al nivel de 0.01 (bilateral). Lo que quiere decir que existe una correlación positiva entre la variable Apoyo social y el estilo de afrontamiento Concentrar esfuerzos para solucionar la situación, esto nos indica que a mayor Apoyo Social mayor afrontamiento en el estilo Concentrar esfuerzo para solucionar la situación, por otro lado, a menor Apoyo Social menor afrontamiento en el estilo Concentrar esfuerzos para solucionar la situación.

Correlaciones

		APOYO SOCIAL	CRECIEMIENTO PERSONAL
APOYO SOCIAL	Correlación de Pearson	1	,671**
	Sig. (bilateral)	.	,000
	N	84	84
CRECIMIENTO PERSONAL	Correlación de Pearson	,671**	1
	Sig. (bilateral)	,000	.
	N	84	84

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

Gráfico



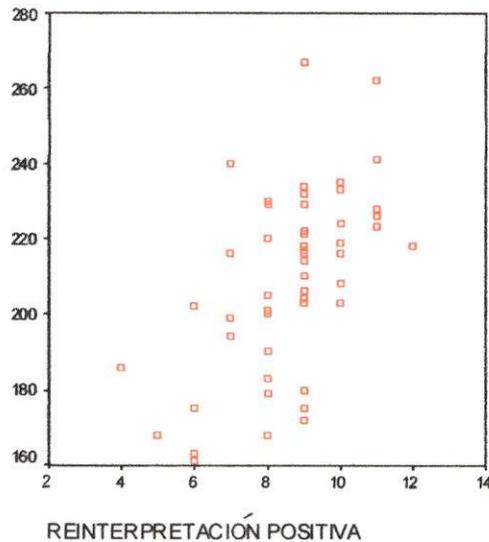
Según los resultados encontrados en la correlación entre la variable Apoyo Social y el estilo de afrontamiento Crecimiento personal tomando en cuenta los parámetros mencionados, encontramos que la relación es 0,671 es significativa al nivel de 0.01 (bilateral). Lo que quiere decir que existe una correlación positiva entre la variable Apoyo Social y el estilo de afrontamiento Crecimiento personal, esto nos indica que a mayor Apoyo Social mayor afrontamiento en el estilo Crecimiento personal, por otro lado, a menor Apoyo Social menor afrontamiento en el estilo Crecimiento personal.

Correlaciones

		APOYO SOCIAL	REINTERPRETACIÓN POSITIVA
APOYO SOCIAL	Correlación de Pearson	1	,594**
	Sig. (bilateral)	.	,000
	N	84	84
REINTERPRETACIÓN POSITIVA	Correlación de Pearson	,594**	1
	Sig. (bilateral)	,000	.
	N	84	84

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

Gráfico

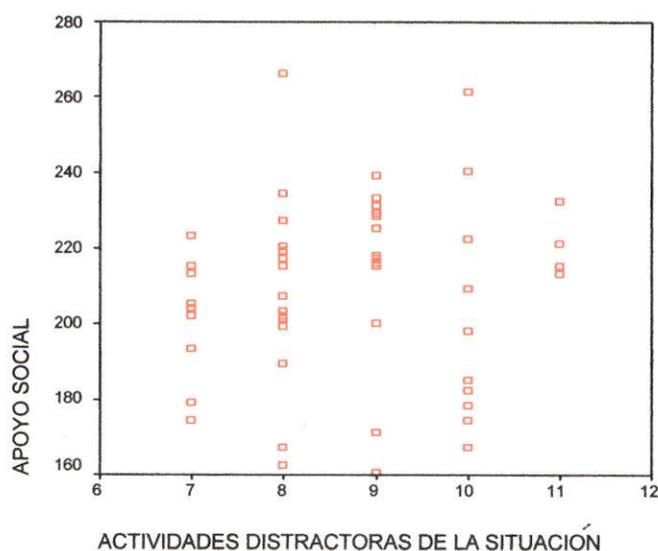


Según los resultados encontrados en la correlación entre la variable Apoyo Social y el estilo de afrontamiento Reinterpretación positiva tomando en cuenta los parámetros mencionados, encontramos que la relación es 0,594 es significativa al nivel de 0.01 (bilateral). Lo que quiere decir que existe una correlación positiva entre la variable Apoyo Social y el estilo de afrontamiento Reinterpretación positiva esto nos indica que a mayor Apoyo Social mayor afrontamiento en el estilo Reinterpretación positiva, por otro lado, a menor Apoyo Social menor afrontamiento en el estilo Reinterpretación positiva.

Correlaciones

		APOYO SOCIAL	ACTIVIDADES DISTRACTORAS DE LA SITUACIÓN
APOYO SOCIAL	Correlación de Pearson	1	,157
	Sig. (bilateral)	.	,153
	N	84	84
ACTIVIDADES DISTRACTORAS DE LA SITUACIÓN	Correlación de Pearson	,157	1
	Sig. (bilateral)	,153	.
	N	84	84

Gráfico

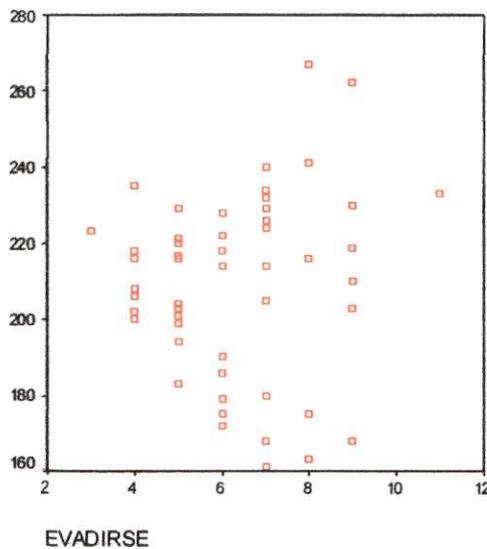


Según los resultados encontrados en la correlación entre la variable Apoyo Social y el estilo de afrontamiento Actividades distractoras de la situación tomando en cuenta los parámetros mencionados, encontramos que la relación es 0,157 es significativa al nivel de 0.01 (bilateral). Lo que quiere decir que existe una correlación positiva entre la variable Apoyo Social y el estilo de afrontamiento Actividades distractoras de la situación esto nos indica que a mayor Apoyo Social mayor afrontamiento en el estilo Actividades distractoras de la situación, por otro lado, a menor Apoyo Social menor afrontamiento en el estilo Actividades distractoras de la situación.

Correlaciones

		APOYO SOCIAL	EVADIRSE
APOYO SOCIAL	Correlación de Pearson	1	,021
	Sig. (bilateral)	.	,852
	N	84	84
EVADIRSE	Correlación de Pearson	,021	1
	Sig. (bilateral)	,852	.
	N	84	84

Gráfico



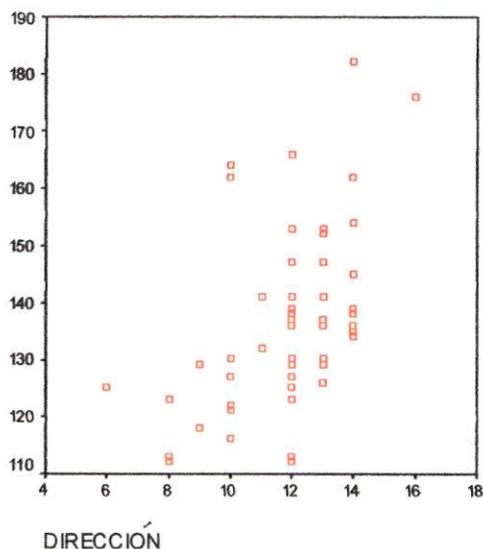
Según los resultados encontrados en la correlación entre la variable Apoyo Social y el estilo de afrontamiento Evadirse, tomando en cuenta los parámetros mencionados, encontramos que la relación es 0,021 es significativa al nivel de 0.01 (bilateral). Lo que quiere decir que existe una correlación positiva entre la variable Apoyo Social y el estilo de afrontamiento Evadirse, esto nos indica que a mayor Apoyo Social mayor afrontamiento en el estilo Evadirse, por otro lado, a menor Apoyo Social menor afrontamiento en el estilo Evadirse.

Correlaciones

		AFRONTA MIENTO	DIRECCION
AFRONTAMIENTO	Correlación de Pearson	1	,529**
	Sig. (bilateral)	.	,000
	N	84	84
DIRECCION	Correlación de Pearson	,529**	1
	Sig. (bilateral)	,000	.
	N	84	84

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

Gráfico



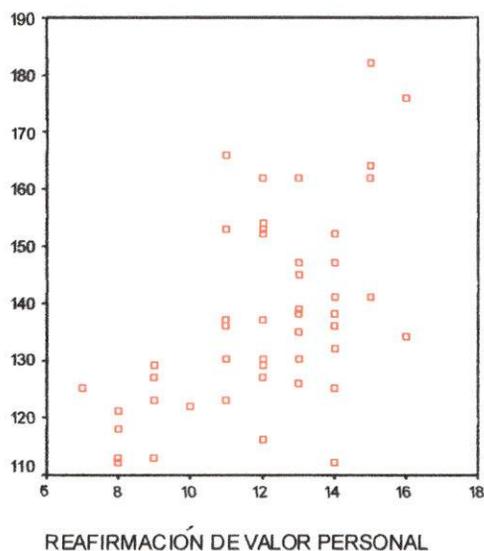
Según los resultados encontrados en la correlación entre la variable Afrontamiento y la sub categoría Dirección de la variable Apoyo Social, tomando en cuenta los parámetros mencionados, encontramos que la relación es 0,529 es significativa al nivel de 0.01 (bilateral). Lo que quiere decir que existe una correlación positiva entre la variable Afrontamiento y la sub categoría Dirección de la variable Apoyo Social, esto nos indica que a mayor Dirección mayor Afrontamiento, por otro lado, a menor Dirección menor Afrontamiento.

Correlaciones

		AFRONTA MIENTO	REAFIRMA CIÓN DE VALOR PERSONAL
AFRONTAMIENTO	Correlación de Pearson	1	,620**
	Sig. (bilateral)	.	,000
	N	84	84
REAFIRMACIÓN DE VALOR PERSONAL	Correlación de Pearson	,620**	1
	Sig. (bilateral)	,000	.
	N	84	84

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

Gráfico



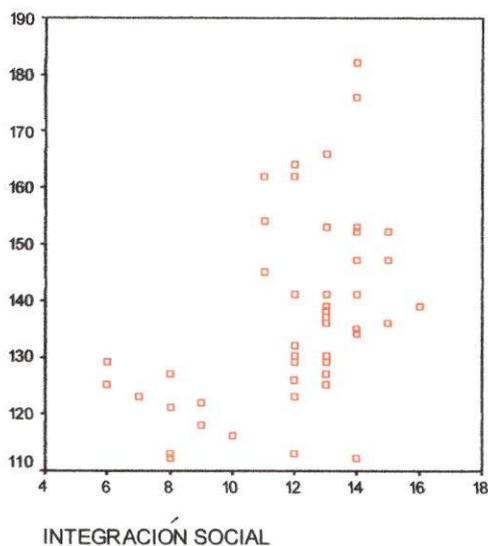
Según los resultados encontrados en la correlación entre la variable Afrontamiento y la sub categoría Reafirmación de valor personal de la variable Apoyo Social, tomando en cuenta los parámetros mencionados, encontramos que la relación es 0,620 es significativa al nivel de 0.01 (bilateral). Lo que quiere decir que existe una correlación positiva entre la variable Afrontamiento y la sub categoría Reafirmación de valor personal de la variable Apoyo Social, esto nos indica que a mayor Reafirmación de valor personal mayor Afrontamiento, por otro lado, a menor Reafirmación de valor personal menor Afrontamiento.

Correlaciones

		AFRONTA MIENTO	INTEGRACI ÓN SOCIAL
AFRONTAMIENTO	Correlación de Pearson	1	,484**
	Sig. (bilateral)	.	,000
	N	84	84
INTEGRACION SOCIAL	Correlación de Pearson	,484**	1
	Sig. (bilateral)	,000	.
	N	84	84

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

Gráfico



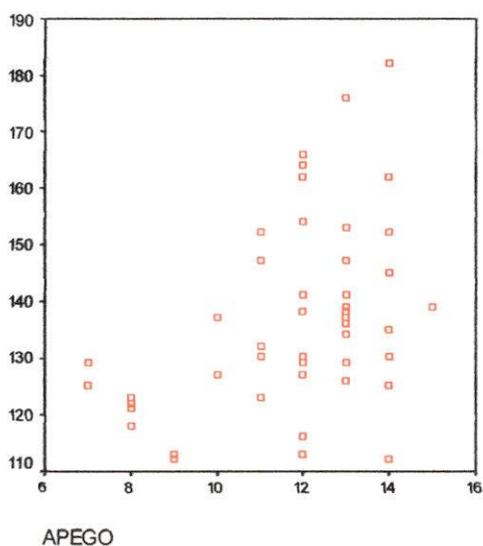
Según los resultados encontrados en la correlación entre la variable Afrontamiento y la sub categoría Integración social de la variable Apoyo Social, tomando en cuenta los parámetros mencionados, encontramos que la relación es 0,484 es significativa al nivel de 0.01 (bilateral). Lo que quiere decir que existe una correlación positiva entre la variable Afrontamiento y la sub categoría Integración social de la variable Apoyo Social, esto nos indica que a mayor Integración social mayor Afrontamiento, por otro lado, a menor Integración social menor Afrontamiento.

Correlaciones

		AFRONTA MIENTO	APEGO
AFRONTAMIENTO	Correlación de Pearson	1	,425**
	Sig. (bilateral)	.	,000
	N	84	84
APEGO	Correlación de Pearson	,425**	1
	Sig. (bilateral)	,000	.
	N	84	84

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

Gráfico



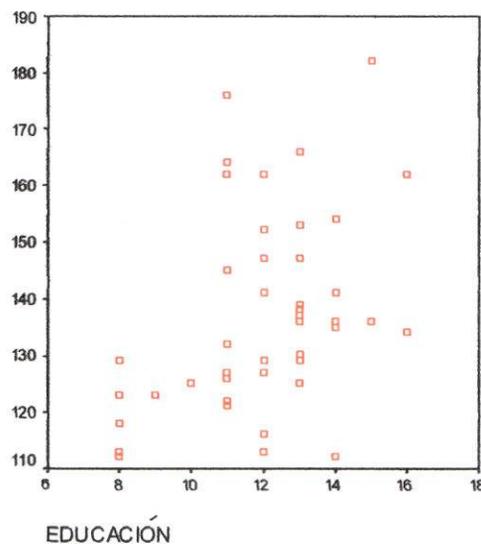
Según los resultados encontrados en la correlación entre la variable Afrontamiento y la sub categoría Apego de la variable Apoyo Social, tomando en cuenta los parámetros mencionados, encontramos que la relación es 0,425 es significativa al nivel de 0.01 (bilateral). Lo que quiere decir que existe una correlación positiva entre la variable Afrontamiento y la sub categoría Apego de la variable Apoyo Social, esto nos indica que a mayor Apego mayor Afrontamiento, por otro lado, a menor Apego menor Afrontamiento.

Correlaciones

		AFRONTA MIENTO	EDUCACIÓN
AFRONTAMIENTO	Correlación de Pearson	1	,368**
	Sig. (bilateral)	.	,001
	N	84	84
EDUCACION	Correlación de Pearson	,368**	1
	Sig. (bilateral)	,001	.
	N	84	84

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

Gráfico



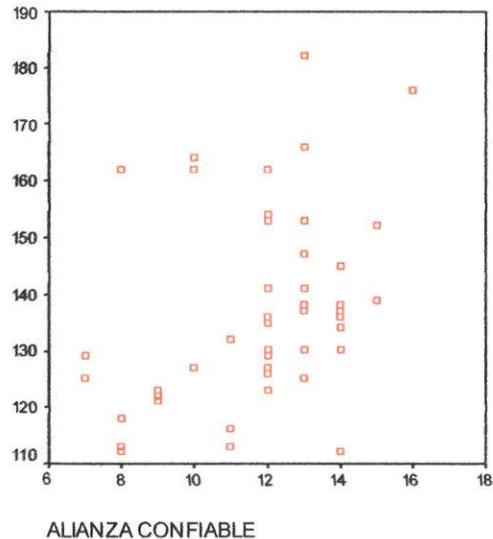
Según los resultados encontrados en la correlación entre la variable Afrontamiento y la sub categoría Educación de la variable Apoyo Social, tomando en cuenta los parámetros mencionados, encontramos que la relación es 0,368 es significativa al nivel de 0.01 (bilateral). Lo que quiere decir que existe una correlación positiva entre la variable Afrontamiento y la sub categoría Educación de la variable Apoyo Social, esto nos indica que a mayor Educación mayor Afrontamiento, por otro lado, a menor Aducación menor Afrontamiento.

Correlaciones

		AFRONTA MIENTO	ALIANZA CONFIABLE
AFRONTAMIENTO	Correlación de Pearson	1	,378**
	Sig. (bilateral)	.	,000
	N	84	84
ALIANZA CONFIABLE	Correlación de Pearson	,378**	1
	Sig. (bilateral)	,000	.
	N	84	84

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

Gráfico



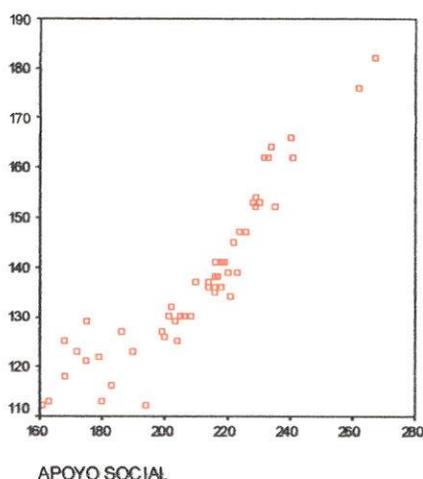
Según los resultados encontrados en la correlación entre la variable Afrontamiento y la sub categoría Alianza confiable de la variable Apoyo Social, tomando en cuenta los parámetros mencionados, encontramos que la relación es 0,378 es significativa al nivel de 0.01 (bilateral). Lo que quiere decir que existe una correlación positiva entre la variable Afrontamiento y la sub categoría Alianza confiable de la variable Apoyo Social, esto nos indica que a mayor Alianza confiable mayor Afrontamiento, por otro lado, a menor Alianza confiable menor Afrontamiento.

Correlaciones

		AFRONTA MIENTO	APOYO SOCIAL
AFRONTAMIENTO	Correlación de Pearson	1	,915**
	Sig. (bilateral)	.	,000
	N	84	84
APOYO SOCIAL	Correlación de Pearson	,915**	1
	Sig. (bilateral)	,000	.
	N	84	84

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

Gráfico



Según los resultados encontrados en la correlación de las Variables Afrontamiento y la Variable Apoyo Social tomando en cuenta los parámetros mencionados, encontramos que la relación es 0,915 es significativa al nivel 0,01 (bilateral). Lo que quiere decir que existe una correlación positiva entre la variable Afrontamiento y la variable Apoyo Social, **esto nos indica que a mayor Apoyo Social mayor Afrontamiento, por otro lado a menor Apoyo Social menor Afrontamiento.**

CAPÍTULO V

CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

5.1 CONCLUSIONES:

El 26 de febrero del 2011 la ciudad de La Paz, inicia una de los episodios más catastróficos en toda su historia, se recibe el reporte de la aparición de grietas en Valle de las Flores, las grietas se extienden a la terraza de Pampahasi, cientos de personas evacuan sus domicilios a pie, pues ya no hay ingreso para vehículos, la zona de desastre se extiende hasta Santa Rosa de Callapa y de Azata, se produce el mega deslizamiento que sepulta varias viviendas.

Las familias damnificadas sufren la pérdida de sus viviendas y enseres, algunas todas sus pertenencias, se ven obligadas a vivir en carpas y albergues comunales, afectados en su salud física que se manifiestan a través de traumas en el incremento de enfermedades. Como lo menciona Mccubbin 1980 (Aduna, 1998) define los estresores como los eventos de la vida o sucesos con suficiente magnitud que provocan un cambio en el sistema familiar. El estrés no es visto en el evento en sí mismo, es decir, no reside en un hecho específico, sino es conceptualizado como una función de la respuesta de la familia ante dicho evento y se refiere al monto de tensiones generadas por el estresor que no logra ser manejado por el sistema familiar.

Por lo cual se realizo el presente estudio, a partir de la siguiente pregunta de investigación ¿El afrontamiento en los damnificados del mega deslizamiento de Callapa está determinado por el apoyo social percibido?.

La mayoría de las personas que pariticiparon estuvo comprendida entre los 18 a 45 años, de las mismas un gran porcentaje fueron mujeres, casadas, que culminaron la secundaria y de religión Católica.

Con el objetivo de evaluar la relación del afrontamiento con el apoyo social, los resultados presentados permite afirmar como lo mencionan Billings y Moos (Aduna, 1998) que el afrontamiento definido como los intentos que realiza la persona para emplear sus recursos tanto personales como sociales con el fin de manejar el estrés y de realizar acciones concretas que le permitan modificar las situaciones problemáticas, los recursos sociales son determinantes en situaciones como las que vivieron las personas que participaron en la investigación. Así también contrastando la hipótesis de investigación de forma afirmativa, "A mayor apoyo social recibido de instituciones, familiares, amigos, y personas de buena voluntad mayor será el nivel de afrontamiento en los damnificados del megadeslizamiento de Callapa.

Que el Afrontamiento definido "como los esfuerzos cognitivos y conductuales constantemente cambiantes que se desarrollan para manejar las demandas específicas externas y/o internas que son evaluadas como excedentes o desbordantes de los recursos del individuo" y la Variable Apoyo Social "que se entiende la evaluación subjetiva sobre la naturaleza de las interacciones en las relaciones sociales, como ayuda tangible que provee la red social, de familiares, amigos, vecinos, compañeros de trabajo y otros significativos" tiene una correlación positiva, que indica que a mayor Apoyo Social mayor Afrontamiento, por otro lado a menor Apoyo Social menor Afrontamiento. Como Lazarus y Folkman (1991) afirman que, la forma en que los individuos afronten una situación estresante dependerá principalmente de los recursos de que disponga y de las limitaciones que dificulten el uso de tales recursos en el contexto de una interacción determinada.

Los resultados asociados al primer objetivo de investigación, "Describir los niveles de afrontamiento de los damnificados del megadeslizamiento de Callapa". El Afrontamiento, definido como los esfuerzos cognitivos y conductuales constantemente cambiantes que se desarrollan para manejar las

demandas específicas externas y/o internas que son evaluadas como excedentes o desbordantes de los recursos del individuo, la mayor parte de los damnificados que participaron en el estudio se encuentran en un nivel medio, que a continuación analizaremos según los tipos de afrontamiento.

- Los tipos de afrontamiento más utilizados en el presente estudio nos indican que los afectados del megadeslizamiento utilizan preferentemente una serie de estrategias de afrontamiento para enfrentar al estrés, que supone a la situación del desastre natural que son: las **Actividades distractoras**, la **Reinterpretación positiva** y la **Religión**. Por este orden, las actividades distractoras permiten a la persona una amplia variedad de actividades que la distraigan de la evaluación del problema. La reinterpretación positiva de la experiencia, permite evaluar el problema de manera positiva otorgándole connotaciones favorables a la experiencia en sí misma y en otros casos asumiéndola como un aprendizaje para el futuro. La religión es un término que se refiere a un sistema organizado de creencias, prácticas y formas de culto que se comparten por una comunidad y que generalmente se dirigen a la relación con Dios.
- Los tipos de afrontamiento menos utilizados, son: el **Consumo de alcohol o drogas**, **Abandono de los esfuerzos de afrontamiento** y **el Humor**. Así que podemos mencionar que hay estrategias de afrontamiento no adaptativas, que se usan con menos frecuencia que se desarrollaran a continuación.

El estilo de afrontamiento búsqueda de Apoyo Social, consistente en buscar la ayuda de otros, pedir información o consejo acerca de qué hacer o bien obtener la simpatía o el apoyo emocional de alguien, una mayoría de personas se encuentra en un nivel medio, que significa realizar pocos intentos de conseguir

consejo de alguien sobre que hacer, hablar poco de sentimientos con alguien, hablar poco para saber más de la situación, realizar pocos intentos de conseguir apoyo emocional de amigos y familiares, hablar poco con alguien sobre hacer algo concreto acerca del problema, conseguir poco apoyo y comprensión de alguien, preguntar poco a otras personas que tuvieron experiencias similares y hablar poco con alguien respecto a como se siente.

El estilo de afrontamiento de acudir a la Religión que consiste en aumentar la implicación en actividades religiosas o buscar el apoyo de Dios, según los resultados obtenidos se encuentra en un nivel alto, que significa confiar mucho en Dios, buscar mucho la ayuda de Dios, realizar bastantes intentos de encontrar alivio en la Religión y realizar bastantes resos mucho mas de lo habitual.

Los estilos de afrontamiento asociados al Humor, que consiste en hacer bromas sobre lo que está pasando o reírse de la situación que esta atravesando, se encuentra en un nivel medio que significa en absoluto reirse de la situacion, hacer pocas bromas sobre ello.

El estilo de afrontamiento asociado al Consumo de alcohol y drogas que se refiere a tomar alcohol u otras sustancias para hacer frente al estresor, se encuentra en un nivel bajo, que significa en absoluto utilizar alcohol o drogas para sentirse mejor, en absoluto intentar perderse un rato bebiendo alcohol o consumiendo drogas y en absoluto utilizar alcohol o drogas para intentar superarlo.

El estilo de afrontamiento de Planificación y afrontamiento activo que tiene que ver con llevar a cabo acciones, hacer esfuerzos para eliminar, evitar o aminorar los efectos de la situación estresante, se encuentra en un nivel medio, que significa realizar pocos intentos de elaborar un plan de acción, realizar pocas

medidas adicionales para intentar hacer desaparecer el problema, realizar pocos intentos de proponer estrategias sobre que hacer, meditar poco acerca de que pasos tomar frente a la situación que se encuentran. Así como lo define Murphy (Pastrana, 1998), que el afrontamiento como un proceso que permite que la persona sea capaz de tratar con un reto o aprovechar una oportunidad donde la adaptación sería el resultado. Y que cada persona utiliza su propio método para enfrentar una situación particular en un momento específico, que si bien no planificaron la situación problemática, realizan intentos de afrontar la problemática presente.

El estilo de afrontamiento Abandono de los esfuerzos de afrontamiento que consiste en renunciar a cualquier esfuerzo o abandonar cualquier tentativa de alcanzar los objetivos con los que interfiere la situación estresante, se encuentran en un nivel bajo, que significa en absoluto admitir que no puede hacerle frente a la situación, en absoluto intentar alcanzar sus objetivos y en absoluto renuncian a conseguir lo que se quiere. Frydenberg y Lewis (Figuroa, 2005) definen al afrontamiento como las estrategias conductuales y cognitivas para lograr una transición y una adaptación efectivas, actitud de las personas manifiestas en sus respuestas, el continuar con sus esfuerzos de conseguir sus metas y objetivos.

El estilo de afrontamiento de centrarse en las emociones y desahogarse que se refiere a que se produce un incremento de la atención hacia el propio malestar emocional, acompañado de una tendencia a expresar o descargar esos sentimientos, se encuentra en nivel medio, que significa alterarse un poco y permitir que las emociones afloren, alterarse un poco y estar consciente de ello, un poco dejar aflorar los sentimientos y un poco sentir malestar emocional y expresarlo.

El estilo de afrontamiento Aceptación que se entiende el aceptar que el suceso

ha ocurrido y es real, respuesta de afrontamiento adaptativa que permite enfrentarse con la situación real, se encuentran en un nivel alto, que significa acostumbrarse a la idea de lo que paso, aceptar mucho que lo que paso no se puede cambiar, aceptar mucho la calidad del hecho que ha sucedido, aprender bastante a vivir con la situación. Como lo definió Miller (Lazarus y Folkman, 1991) al estrés como "cualquier estimulación vigorosa, extrema o insulsa que, representando una amenaza, cause algún cambio significativo en la conducta...", las personas que participaron de la investigación asumieron un nivel alto de aceptación ante situaciones que afecto de gran manera su diario vivir en la comunidad.

El estilo de afrontamiento Negación por el cual se intenta rechazar la realidad del suceso, actuando como si no hubiera sucedido o pensando que no ha pasado realmente, se encuentran en un nivel medio, que significa un poco decirse a si mismos que lo que estan pasando no es real, en absoluto negarse a creer que ha sucedido, obligarse bastante a esperar el momento adecuado para hacer algo y actuar bastante como si nunca hubiera sucedido.

El estilo de afrontamiento de Refrenar el afrontamiento que tiene que ver con afrontar la situación pasivamente, posponiendo cualquier tentativa de afrontamiento, se encuentran en un nivel medio, que significa un poco disuadirse a si mismos de hacer algo demasiado rapidamente, un poco demorar en hacer algo acerca de ello hasta que la situación lo permita y un poco asegurarse de no empeorar las cosas por actuar precipitadamente.

El estilo de afrontamiento Concentrar esfuerzos para solucionar la situación, referidos a centrar los esfuerzos en resolver lo que está pasando, dejando otras cosas de lado si es necesario, se encuentran en un nivel alto, que significa concentra bastante esfuerzos en hacer algo acerca de ello, en centrarse bastante en hacer frente a este problema dejando si es necesario otras cosas

un poco de lado, intentar bastante que otras cosas no interfieran con los esfuerzos para hacer frente a esto y dejar otras otras actividades para concetrarse en el problema.

El estilo de afrontamiento Crecimiento personal que consiste en tratar de desarrollarse como persona o aprender algo de lo que está pasando, se encuentran en un nivel alto, que significa intentar bastante desarrollarse como persona como resultado de la experiencia y aprendier mucho de la experiencia vivida.

El estilo de afrontamiento Reinterpretación positiva que consiste en sacar lo mejor de la situación intentando ver los aspectos positivos y lo que uno puede hacer para manejarla mejor, se encuentra en un nivel alto, que significa intentar bastante ver su situación de manera diferente para hacerlo parecer mas positivo, buscar bastante algo bueno en lo que esta sucediendo y pensar bastante en como se podría manejar mejor el problema. En la definición propuesta por Lazarus y Folkman (1991), se hace referencia a la relación entre el individuo y el entorno, en la cual se consideran las características del individuo y la naturaleza del medio; también se señala que depende de la evaluación cognitiva del individuo para determinar si relación individuo - ambiente es estresante o no. Esta característica asimilada como una experiencia positiva de una situación que les toco experimentar a los damnificado entrevistados.

El estilo de afrontamiento Actividades distractoras que se entiende el realizar actividades que no tienen que ver con la situación estresante para no pensar en ella, se encuentran en un nivel alto que significa volcarse bastante en el trabajo y en otras actividades sustitutivas para apartar cosas de la mente, distraerse con otros pensamientos o actividades y ver televisión para pensar menos en la situación

El estilo de afrontamiento Evadirse que se refieren a desconectarse psicológicamente de la realidad que se está viviendo mediante ensoñaciones, sueño o evitando esfuerzos para resolver el problema, se encuentran en un nivel medio que significa en absoluto soñar despierto con cosas diferentes de la situación, un poco dormir más de lo habitual, un poco reducir la cantidad de esfuerzos que ponen en marcha para resolver el problema y en absoluto finjir que no ha sucedido realmente.

Desde la perspectiva de Lazarus y Folkman (1991), en relación a la problemática tocada en el presente estudio, se hace evidente la necesidad de adoptar una perspectiva relacional, en la que se identifique la naturaleza de de la relación con el propósito de comprender el complejo modelo de reacción y sus consecuencias adaptativas. Por lo cual, sugirieron que se utilizara un concepto organizador para entender el amplio grupo de fenómenos que implica el estrés. Consideraron que el estrés no es una sola variable, sino una rúbrica de distintas variables y procesos, por lo cual se realizó la relación con una variable presente en el proceso que atravesaron las personas que participaron en la investigación, como es el apoyo social, desde diferentes niveles sociales, familiares, amigos, conocidos y personas e instituciones de buena voluntad.

Los resultado para el segundo objetivo específico "Identificar el apoyo social percibido de los damnificados del megadeslizamiento de Callapa". El Apoyo Social, que se entiende a la evaluación subjetiva sobre la naturaleza de las interacciones en las relaciones sociales, como ayuda tangible que provee la red social, de familiares, amigos, vecinos, compañeros de trabajo y otros significativos, se encuentran en un nivel alto, que se analiza en el desarrollo de sus características:

La dimensión Dirección referido a que el individuo recibe o no, apoyo en los momentos difíciles como Apoyo Social, se encuentran en un nivel alto que

significa estar de acuerdo que no hay nadie a quien se pueda recurrir para que los guíe en momentos de estrés, estar de acuerdo que existe una persona con quien hablar acerca de decisiones importantes en la vida, estar de acuerdo que se tienen una persona confiable a quien recurrir para pedir consejo si tuvieran un problema y estar de acuerdo que no existe alguien con quien se sienta a gusto hablando de los problemas. Aparentemente los esfuerzos realizados por instituciones y personas particulares fue percibido de forma positiva por las personas entrevistadas.

La dimensión Reafirmación del valor personal informa que el individuo tiene o no seguridad con respecto a sus habilidades y aptitudes, se encuentran en un nivel alto, que significa estar de acuerdo con que los demás los vean como personas capaces de responder a la situación, estar de acuerdo en creer que otras personas respeten las habilidades y aptitudes, estar de acuerdo que tienen relaciones donde las aptitudes y habilidades son reconocidas y aceptar que existen personas que admiran las habilidades y talentos. Como lo menciona Vaux (Guillén y Palomares, 1999), percibir que existe apoyo social disponible, aunque esto sea falso, aumenta el bienestar psicológico, dicho de otra manera, aunque no se reciba como tal el apoyo social, esa percepción, puede tener efectos beneficiosos para la persona. Obviamente, lo ideal es que exista el apoyo social y que la persona lo perciba, lo que en esta situación tuvo efectos positivos en el valor personal de los damnificados.

La dimensión Integración social que determina si el individuo cuenta o no con la existencia de personas que compartan con él sus ideales y creencias, se encuentran en un nivel alto, que significa estar de acuerdo que hay gente que disfruta las mismas actividades igual que las propias, estar de acuerdo sentirse parte de un grupo de personas que comparten las ideas y creencias, estar de acuerdo que hay alguien que comparte los intereses y preocupaciones y que hay alguien que le gusta hacer lo que uno hacen. La importancia manifiesta de

integrarse socialmente, como lo define el apoyo social Turner (Guillen y Palomares, 1999) como la percepción que tiene el sujeto a partir de su inserción en las relaciones sociales, de que es cuidado y amado, valorado y estimado.

La dimensión Apego que tiene como objetivo medir los sentimientos de intimidad y relaciones cercanas con otras personas, se encuentran en un nivel alto, que significa estar de acuerdo con tener relaciones personales cercanas con otras personas, estar de acuerdo en tener amistades cercanas que dan seguridad emocional y bienestar además de estar de acuerdo con sentir un fuerte lazo emocional por lo menos con una persona.

La dimensión Educación que se refiere a la evaluación de la responsabilidad que tiene un individuo por el bienestar de otras personas, se encuentran en un nivel alto, que significa estar de acuerdo que hay gente que depende de ellos para ayudarla, con sentirse directamente responsables por el bienestar de otra persona, tener alguien dependiente para su bienestar y que hay alguien que necesite cuidados.

La dimensión Alianza confiable que ayuda a medir los sentimientos de seguridad del individuo en los momentos difíciles con otras personas, se encuentran en un nivel alto, que significa estar de acuerdo con que hay gente con la que se pueden contar ayuda si realmente se necesitan, estar de acuerdo que nadie vendría para ayudar si algo saliera mal y estar de acuerdo que no hay nadie de quien puedan depender si realmente necesitan ayuda.

Lazarus y Folkman (1991), realizó investigaciones donde se ha demostrado que el afrontamiento influye en el apoyo social, y proponen que el afrontamiento es una visión de factores estabilizantes que pueden ayudar al individuo a mantener una adaptación psicosocial durante períodos

estresantes, como los experimentados por el conjunto de personas del mega deslizamiento, manifestado en la siguientes correlaciones:

Se obtuvo una correlación positiva entre la variable Apoyo Social, que se entiende como la evaluación subjetiva sobre la naturaleza de las interacciones en las relaciones sociales, como ayuda tangible que provee la red social, de familiares, amigos, vecinos, compañeros de trabajo y otros significativos, y el estilo de afrontamiento Búsqueda de Apoyo Social consistente en buscar la ayuda de otros, pedir información o consejo acerca de qué hacer o bien obtener la simpatía o el apoyo emocional de alguien, que nos indica que a mayor Apoyo Social mayor afrontamiento en el estilo Búsqueda de Apoyo Social, por otro lado, a menor Apoyo Social menor afrontamiento en el estilo Búsqueda de Apoyo Social. Apoyo social percibido según Lazarus y Folkman (1991) lo define como la evaluación subjetiva de la naturaleza de las interacciones que tienen lugar en las relaciones sociales, como lo esencial para elementos de decisión ante la situación estresante que atravesaron los entrevistados.

Así también el Apoyo Social tiene correlación positiva con el estilo de afrontamiento Religión que consiste en aumentar la implicación en actividades religiosas o buscar el apoyo de Dios, esto nos indica que a mayor Apoyo Social mayor afrontamiento en el estilo Religión, por otro lado, a menor Apoyo Social menor afrontamiento en el estilo Religión, que como lo describimos líneas arriba fue de gran importancia en el afrontamiento a la situación.

La variable Apoyo Social tiene correlación positiva, con el estilo de afrontamiento Humor que ver con hacer bromas sobre lo que está pasando o reírse de la situación, nos indica que a mayor Apoyo Social mayor afrontamiento en el estilo Humor, por otro lado, a menor Apoyo Social menor afrontamiento en el estilo Humor. Con la aclaración que se hizo uso de este estilo de afrontamiento asociado a diferentes situaciones o cosas.

La variable Apoyo Social tiene una correlación positiva y el estilo de afrontamiento Consumo de alcohol o drogas, que se refiere a tomar alcohol u otras sustancias para hacer frente al estresor, esto nos indica que a mayor Apoyo Social menor afrontamiento en el estilo Consumo de alcohol o drogas, por otro lado, a menor Apoyo Social mayor afrontamiento en el estilo Consumo de alcohol o drogas. En la presente investigación se evidencio el poco consumo de alcohol o drogas en las personas que participaron en la investigación.

El Apoyo Social tiene una correlación positiva con el estilo de afrontamiento Planificación y afrontamiento activo que tiene que ver con llevar a cabo acciones, hacer esfuerzos para eliminar, evitar o aminorar los efectos de la situación estresante, esto nos indica que a mayor Apoyo Social mayor afrontamiento en el estilo Planificación y afrontamiento activo, por otro lado, a menor Apoyo Social menor afrontamiento en el estilo Planificación y afrontamiento activo, es decir el afrontamiento (Guillen y Palomares, 1999), proporcionar las fuentes o recursos requeridos, con el fin de controlar las necesidades específicas provocadas por el estresor, redirigiendo así el uso de las estrategias para la solución de problemas, a la vez que proporciona ayuda tangible o emocional.

El Apoyo Social tiene una correlación positiva con el estilo de afrontamiento Abandono de los esfuerzos de afrontamiento, que consiste en renunciar a cualquier esfuerzo o abandonar cualquier tentativa de alcanzar los objetivos con los que interfiere la situación estresante, esto nos indica que a mayor Apoyo Social menor afrontamiento en el estilo Abandono de los esfuerzos de afrontamiento, por otro lado, a menor Apoyo Social mayor afrontamiento en el estilo Abandono de los esfuerzos de afrontamiento.

La variable Apoyo Social tiene una correlación positiva con el estilo de afrontamiento Centrarse en las emociones y desahogarse que se refiere a que se produce un incremento de la atención hacia el propio malestar emocional, acompañado de una tendencia a expresar o descargar esos sentimientos esto nos indica que a mayor Apoyo Social mayor afrontamiento en el estilo Centrarse en las emociones y desahogarse, por otro lado, a menor Apoyo Social menor afrontamiento en el estilo Centrarse en las emociones y desahogarse. Como lo define Turner (Guillen y Palomares, 1999) al apoyo social como la percepción que tiene el sujeto a partir de su inserción en las relaciones sociales, de que es cuidado y amado, valorado y estimado, que le permite manifestar sus emociones como un estilo de afrontamiento.

Es Positiva la correlación entre la variable Apoyo social y el estilo de afrontamiento Aceptación que se entiende el aceptar que el suceso ha ocurrido y es real, respuesta de afrontamiento adaptativa que permite enfrentarse con la situación real, esto nos indica que a mayor Apoyo Social mayor afrontamiento en el estilo Aceptación, por otro lado, a menor Apoyo Social menor afrontamiento en el estilo Aceptación. Cutrona y Troutman (Guillen y Palomares, 1999) encontraron que el apoyo social es un factor predictivo de la evaluación del sujeto sobre los eventos estresantes y por tanto es determinante de los estilos de afrontamiento que utilizará, aumentando así la autoeficacia en su adaptación.

Es positiva la correlación entre la variable Apoyo Social y el estilo de afrontamiento Negación por el cual se intenta rechazar la realidad del suceso, actuando como si no hubiera sucedido o pensando que no ha pasado realmente, esto nos indica que a mayor Apoyo Social mayor afrontamiento en el estilo Negación, por otro lado, a menor Apoyo Social menor afrontamiento en el estilo Negación.

Es positiva la correlación entre la variable Apoyo Social y el estilo de afrontamiento Refrenar el afrontamiento que tiene que ver con afrontar la situación pasivamente, posponiendo cualquier tentativa de afrontamiento, esto nos indica que a mayor Apoyo Social mayor afrontamiento en el estilo Refrenar el afrontamiento, por otro lado, a menor Apoyo Social menor afrontamiento en el estilo Refrenar el afrontamiento.

El Apoyo Social tiene una correlación positiva con el estilo de afrontamiento Concentrar esfuerzos para solucionar la situación, referidos a centrar los esfuerzos en resolver lo que está pasando, dejando otras cosas de lado si es necesario esto nos indica que a mayor Apoyo Social mayor afrontamiento en el estilo Concentrar esfuerzo para solucionar la situación, por otro lado, a menor Apoyo Social menor afrontamiento en el estilo Concentrar esfuerzos para solucionar la situación. Estos resultados nos permite afirmar que el apoyo social puede influir en el proceso de afrontamiento en el nivel de la evaluación primaria o secundaria, en la reevaluación bien puede funcionar como una estrategia de afrontamiento (Guillen y Palomares, 1999), para proporcionar las fuentes o recursos requeridos, con el fin de controlar las necesidades específicas provocadas por el estresor, redirigiendo así el uso de las estrategias para la solución de problemas, a la vez que proporciona ayuda tangible o emocional.

La variable Apoyo social tiene una correlación positiva con el estilo de afrontamiento Crecimiento personal que consiste en tratar de desarrollarse como persona o aprender algo de lo que está pasando esto nos indica que a mayor Apoyo Social mayor afrontamiento en el estilo Crecimiento personal, por otro lado, a menor Apoyo Social menor afrontamiento en el estilo Crecimiento personal. Aparentemente a muchos de los encuestados la experinecia permitio desarrollarse en lo individual.

Así también la variable Apoyo Social presenta una correlación positiva con el estilo de afrontamiento Reinterpretación que consiste en sacar lo mejor de la situación intentando ver los aspectos positivos y lo que uno puede hacer para manejarla mejor la situación, esto nos indica que a mayor Apoyo Social mayor afrontamiento en el estilo Reinterpretación positiva, por otro lado, a menor Apoyo Social menor afrontamiento en el estilo Reinterpretación positiva.

El Apoyo social tiene una correlación positiva con el estilo de afrontamiento Actividades distractoras de la situación que se entiende por realizar actividades que no tienen que ver con la situación estresante para no pensar en ella, esto nos indica que a mayor Apoyo Social mayor afrontamiento en el estilo Actividades distractoras de la situación, por otro lado, a menor Apoyo Social menor afrontamiento en el estilo Actividades distractoras de la situación, que permitio disminuir los niveles de estrés a los cuales estuvieron expuestos.

La variable Apoyo Social presenta una correlación positiva con el estilo de afrontamiento Evadirse que se refieren a desconectarse psicológicamente de la realidad que se está viviendo mediante ensoñaciones, sueño o evitando esfuerzos para resolver el problema, esto nos indica que a mayor Apoyo Social mayor afrontamiento en el estilo Evadirse, por otro lado, a menor Apoyo Social menor afrontamiento en el estilo Evadirse.

Por otro lado la variable Afrontamiento definido como los esfuerzos cognitivos y conductuales constantemente cambiantes que se desarrollan para manejar las demandas específicas externas y/o internas que son evaluadas como excedentes o desbordantes de los recursos del individuo, presenta una correlación positiva con la dimensión Dirección referido a que el individuo recibe o no, apoyo en los momentos difíciles como Apoyo Social es positiva, esto nos indica que a mayor Dirección mayor Afrontamiento, por otro lado, a menor Dirección menor Afrontamiento.

Así el Afrontamiento presenta una correlación positiva con la dimensión Reafirmación de valor personal, informa que el individuo tiene o no seguridad con respecto a sus habilidades y aptitudes, que nos indica que a mayor Reafirmación de valor personal mayor Afrontamiento, por otro lado, a menor Reafirmación de valor personal menor Afrontamiento.

El Afrontamiento presenta una correlación positiva con la dimensión Integración social, que determina si el individuo cuenta o no con la existencia de personas que compartan con él sus ideales y creencias esto nos indica que a mayor Integración social mayor Afrontamiento, por otro lado, a menor Integración social menor Afrontamiento.

La variable Afrontamiento tiene una correlación positiva con la dimensión Apego, que tiene como objetivo medir los sentimientos de intimidad y relaciones cercanas con otras personas que nos indica que a mayor Apego mayor Afrontamiento, por otro lado, a menor Apego menor Afrontamiento.

El Afrontamiento tiene una correlación positiva con la dimensión educación, que se refiere a la evaluación de la responsabilidad que tiene un individuo por el bienestar de otras personas esto nos indica que a mayor Educación mayor Afrontamiento, por otro lado, a menor Educación menor Afrontamiento.

Finalmente la variable Afrontamiento tiene una correlación positiva con la dimensión Alianza confiable que ayuda a medir los sentimientos de seguridad del individuo en los momentos difíciles con otras personas esto nos indica que a mayor Alianza confiable mayor Afrontamiento, por otro lado, a menor Alianza confiable menor Afrontamiento.

La presente investigación en un análisis científico, permitió describir los diferentes tipos de afrontamiento que son utilizados en personas que sufren desastres naturales además permitió relacionar componentes teóricos psicológicos con la percepción de un apoyo social, donde gran parte de las familiares, amigos e instituciones públicas y privadas, permitieron desarrollar, aquellos esfuerzos cognitivos y conductuales para manejar las demandas específicas externas y/o internas evaluadas como excedentes o desbordantes de los recursos del individuo. (Lazarus y Folkman, 1991), en un contexto desfavorable, como fue el mega deslizamiento de Callapa.

Así mismo entrever los tipos de afrontamiento prevalentes, en una población donde la mayoría perdió gran parte de sus bienes materiales, concluir en base a los datos expuestos: una menor prevalencia de los tipos de afrontamiento, Consumo de alcohol o drogas, Abandono de los esfuerzos de afrontamiento y el Humor, que permite fundamentar la importancia de las normas establecidas en los albergues municipales, considerando las características culturales de la población, asociadas a tradiciones como es el consumo de alcohol, esperar que otros solucionen los problemas de uno, asociado al abandono de los esfuerzos de afrontamiento y que por el contrario contribuyo al esfuerzo cognitivo para solucionar las diferentes situaciones que tuvieron que atravesar en este periodo.

Por el contrario los tipos de afrontamiento presentes con mayor prevalencia detallados en el estudio, como las **actividades distractoras**, actividades que coadyuvaron a la evaluación del problema, por ejemplo: campeonatos de futbol organizados por el Unidad Brazo Social perteneciente al Gobierno Autónomo Municipal de La Paz, actividades sociales realizadas por los dirigentes del albergue para el día de la madre, navidad, carnavales día del niño, talleres de capacitación en carpintería, plomería, costura, panadería y electricidad organizado por la Fundación SumajHuasi, implementación de la sala de

computación y lectura donde toda la población tenía las puertas abiertas para poder leer un libro o utilizar las máquinas de computación para hacer trabajo de colegio, universidad o solamente utilizarlo para distraerse jugando algunos juegos todo esto con el apoyo de Fundación La Paz e Intervida, la Cruz Roja Boliviana realizo talleres de primeros auxilios para toda la población damnificada al finalizar de la misma dicha institución regalo un botiquín de primeros auxilios a todas las familias damnificadas dentro el albergue.

Así también la **reinterpretación positiva** de la experiencia donde estudiantes de la carrera de Psicología de Universidad Mayor de San Andrés y de la Universidad Católica, realizaron talleres dentro el albergue, donde las familias damnificadas hicieron la evaluación del problema de manera positiva otorgándole connotaciones favorables a la experiencia en sí misma y/o asumiéndola como un aprendizaje para el futuro que le sirva como una experiencia para el futuro.

La **religión** como sistema organizado de creencias, prácticas y formas de culto compartidas en comunidad, generalmente dirigidas a la relación con Dios, fue estimulada a las familias damnificadas por personas que pertenecen a la iglesia Testigos de Jehová que visitaron a las familias para hablarles del amor de Dios y de la Biblia, además los días Sábados personas de la Iglesia Metodistas realizaban cultos en la sala reuniones, donde varias familias asistían a estas reuniones para cantar, danzar, orar y leer la Biblia. A partir de este apoyo los damnificados empezaron a orar, cantar alabanzas dentro sus módulos.

Si bien en la presentación de resultados y en la elaboración del documento se describió la relación de variables, se debe resaltar que los mismo se pudo observar en la población de estudio, resaltando la importancia de estos resultados, con la posibilidad de permitir intervenciones en situaciones similares en un abordaje objetivo de la problemática de desastres naturales, con la

certeza de que el apoyo social tiene repercusión significativa en la parte psicológica de cada una de las personas, manifestadas en conductas adaptativas y de esfuerzos cognitivos para superar situaciones de pérdida de recursos materiales.

Es necesario la comprensión de las estrategias de afrontamiento para que puede ayudar a diseñar estrategias de intervención psicológica más adecuadas ante situaciones de desastres naturales centrándolas más en aspectos situacionales que en rasgos de la personalidad, pues los aspectos situacionales son más fáciles de modificar, ayudando a la persona a utilizar las estrategias más adaptativas y efectivas posibles. La perspectiva situacional es la única que ofrece posibilidades terapéuticas, puesto que suponen que el tipo de afrontamiento cambia según las circunstancias y por lo tanto sería posible modificar dicho afrontamiento mediante una intervención psicoterapéutica.

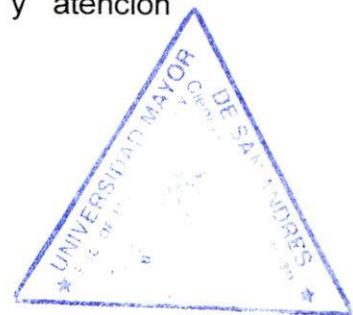
Finalmente cabe afirmar que la población de estudio percibió de forma muy positiva el apoyo social brindado por familiares, amigos e instituciones públicas y privadas, misma repercutió en el afrontamiento a la situación que les tocó vivir ante el desastre natural y el nivel de afectación en su vida cotidiana.

5.2 RECOMENDACIONES

- Los resultados de este estudio aportan elementos de orientación para investigaciones futuras en el estudio desastres naturales, particularmente pérdida de bienes materiales. Sugiere que se tomen en consideración las estrategias de afrontamiento al estrés y sus características para obtener elementos adicionales de este problema.
- Apoyarse en estos hallazgos para el diseño de estrategias de prevención en poblaciones consideradas de alto riesgo para el desarrollo

de este tipo de problemática, adicionando a los factores que tradicionalmente se exploran, los factores que en esta investigación se encontraron fundamentales para superar la situación.

- Implementar programas de apoyo social en situaciones de desastres naturales que puedan afectar a la población en general ya que con el estudio se ha llegado a comprobar que un adecuado apoyo social ayudara a las personas damnificadas poder afrontar adecuadamente su situación problema.
- Utilizar los instrumentos de esta investigación en el trabajo clínico psicológico. Se recomienda la exploración individual del afrontamiento a situaciones de desastre natural, puesto que proporcionaría elementos adicionales de evaluación más profunda que proporcionarían valiosos datos para el manejo terapéutico de estas personas.
- Se recomienda que la comuna paceña adopte medidas de apoyo humanitario en la promoción y protección de los derechos humanos de todas las personas afectadas, en especial a la atención de los grupos con mayor riesgo en cuanto al apoyo integral, a nivel personal y familiar, además de fortalecer a las personas que dan muestras de afrontamiento, en participar en las tareas de socorro, reconstrucción y atención psicosocial.



BIBLIOGRAFÍA DE REFERENCIA

ADUNA, Patricia (1998). *Afrontamiento, apoyo social y solución de problemas en estudiantes universitarios*. Tesis de Maestría facultad de Psicología, UNAM, México.

CARMONA, Génesis (2004). *Las redes de apoyo social como una alternativa para prevenir la depresión y posibles suicidios en varones*. Tesis de Licenciatura en Psicología, UNAM, México.

FIGUEROA, Paulo (2005). *Las estrategias de afrontamiento y su relación con el nivel de bienestar psicológico*. Argentina: Amorrortu.

FIERRO, Tania (2010). *Afrontamiento y resiliencia en pacientes con insuficiencia renal crónica*. Tesis de Licenciatura en Psicología, Universidad Mayor de San Andrés, La Paz.

PALOMARES, Gloria (1999). *Las estrategias de afrontamiento y el apoyo social en pacientes con cáncer*. Tesis de Licenciatura en Psicología, UNAM, México.

SAMPIERI, Roberto (2002). *Metodología de la Investigación* (3ra. ed.). México D.F.: Litografía Ingramex.

HUERTA, Roció (2003). *Evaluación de los estilos de afrontamiento en cuidadores primarios*. Tesis de Licenciatura en Psicología, UNAM, México.

SAN JINES, Lourdes (2006). *Fortalecimiento de las estrategias de afrontamiento dirigido a padres de la asociación de desocupados de la ciudad de La Paz*. Tesis de Licenciatura en Psicología, Universidad Mayor de San Andrés, La Paz.

LAZARUS, Richard (1991). *Estrés y procesos cognitivos*. Argentina: Almodena.

MARTINEZ, Félix (2001). *Afrontamiento y redes sociales de apoyo y calidad de vida en personas de la tercera edad*. México: Espacio.

PASTRANA, José (1998). *Estrés y estilos de afrontamiento ante la enfermedad crónica en el paciente pediátrico*. Tesis de Licenciatura en Psicología, UNAM, México.

TINTAYA, Porfidio (2010). *Psicología: Aproximaciones metodológicas Resiliencia y calidad de vida en zonas de riesgos naturales*. La Paz: Grafica Singular.

TINTAYA, Porfidio (2008). *Proyecto de investigación*. La Paz: Grafica Singular

OTRAS REFERENCIAS

OPINIÓN, (2011). *"Pérdidas millonarias por el megadeslizamiento"*.
<http://www.opinion.com.bo>

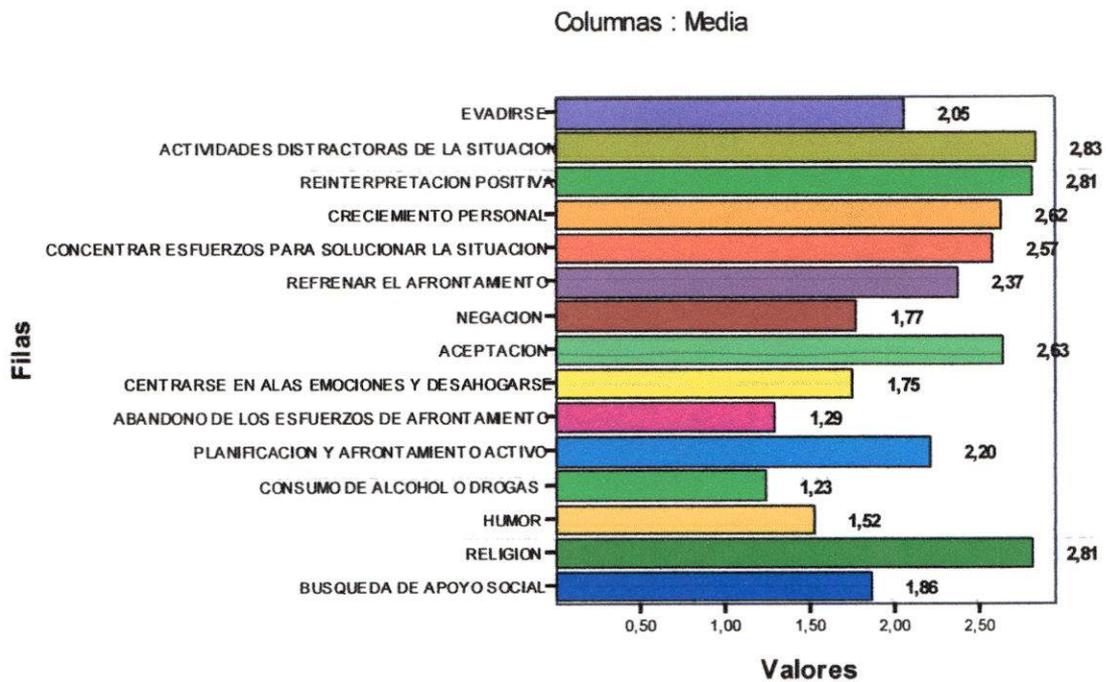
LA PRENSA, (2011). *"Tragedia golpea la ciudad de La Paz"*.
<http://www.laprensa.com.bo>

ANEXOS

ANEXO 1

COMPARACIÓN DE TIPOS DE AFRONTAMIENTO SEGÚN LOS RESULTADOS OBTENIDOS

	Media
BUSQUEDA DE APOYO SOCIAL	1,86
RELIGION	2,81
HUMOR	1,52
CONSUMO DE ALCOHOL O DROGAS	1,23
PLANIFICACION Y AFRONTAMIENTO ACTIVO	2,20
ABANDONO DE LOS ESFUERZOS DE AFRONTAMIENTO	1,29
CENTRARSE EN ALAS EMOCIONES Y DESAHOGARSE	1,75
ACEPTACION	2,63
NEGACION	1,77
REFRENAR EL AFRONTAMIENTO	2,37
CONCENTRAR ESFUERZOS PARA SOLUCIONAR LA SITUACION	2,57
CRECIAMIENTO PERSONAL	2,62
REINTERPRETACION POSITIVA	2,81
ACTIVIDADES DISTRACTORAS DE LA SITUACION	2,83
EVADIRSE	2,05



ANEXO 2

ENCUESTA PERSONAL

1. Edad:

	años
--	------

2. Sexo

- a) Femenino
- b) Masculino

3. Estado civil

- | | |
|----------------|------------------|
| a) Soltero(a) | e) Divorciado(a) |
| b) Casado(a) | f) Separado(a) |
| c) Viudo(a) | g) Madre soltera |
| d) Conviviente | h) Padre soltero |

4. Nivel educativo

- | | |
|--------------------------|-----------------------------|
| a) Primaria incompleta | e) Técnico incompleta |
| b) Primaria completa | f) Técnico completa |
| c) Secundaria incompleta | g) Universitario incompleta |
| d) Secundaria completa | h) Universitario completa |

5. Religión

- a) Católica
- b) Protestante/Evangélica
- c) Judía
- d) Otra: _____

6. ¿Con que servicio básicos cuenta usted en el albergue?

- a) Solo agua
- b) Solo Luz eléctrica
- c) Agua y luz eléctrica
- d) Agua, Luz eléctrica y alcantarillado

Gracias por su colaboración.

ANEXO 3

CUESTIONARIO DE ESTIMACIÓN DE AFRONTAMIENTO (COPE)

Estamos interesados en conocer la forma cómo responden las personas cuando se enfrentan a diferentes tipos de problemas, dificultades o situaciones estresantes en sus vidas.

Hay muchas maneras de manejar esas situaciones. Este cuestionario le pide señalar qué es lo que usted generalmente hace o siente cuando experimenta ese tipo de situaciones. Naturalmente, en diferentes situaciones usted puede reaccionar en forma diferente, pero piensa qué es lo que habitualmente usted hace.

A continuación encontrará una serie de afirmaciones sobre formas de actuar o de sentir en esas situaciones. Señale en cada una de ellas si coinciden o no con su propia forma de actuar o sentir, de acuerdo a lo siguiente:

1. EN ABSOLUTO
2. UN POCO
3. BASTANTE
4. MUCHO

Por favor, no dejes ninguna pregunta sin responder

- | | |
|---|---------|
| 1. Intento desarrollarme como persona como resultado de la experiencia | 1 2 3 4 |
| 2. Me vuelco en el trabajo y en otras actividades sustitutivas para apartar cosas de mi mente | 1 2 3 4 |
| 3. Me altero y dejo que mis emociones afloren | 1 2 3 4 |
| 4. Intento conseguir consejo de alguien sobre qué hacer | 1 2 3 4 |
| 5. Concentro mis esfuerzos en hacer algo acerca de ello | 1 2 3 4 |
| 6. Me digo a mi mismo "esto no es real". | 1 2 3 4 |
| 7. Confío en Dios | 1 2 3 4 |
| 8. Me río de la situación | 1 2 3 4 |
| 9. Admito que no puedo hacerle frente y dejo de intentarlo. | 1 2 3 4 |
| 10. Me disuado a mí mismo de hacer algo demasiado rápidamente | 1 2 3 4 |
| 11. Hablo de mis sentimientos con alguien | 1 2 3 4 |
| 12. Utilizo alcohol o drogas para hacerme sentir mejor | 1 2 3 4 |
| 13. Me acostumbro a la idea de lo que pasó | 1 2 3 4 |
| 14. Hablo con alguien para saber más de la situación | 1 2 3 4 |
| 15. Evito distraerme con otros pensamientos o actividades | 1 2 3 4 |

16. Sueño despierto con cosas diferentes de esto	1 2 3 4
17. Me altero y soy realmente consciente de ello	1 2 3 4
18. Busco la ayuda de Dios	1 2 3 4
19. Elaboro un plan de acción	1 2 3 4
20. Hago bromas sobre ello	1 2 3 4
21. Acepto que esto ha pasado y que no se puede cambiar	1 2 3 4
22. Demoro hacer algo acerca de ello hasta que la situación lo permita	1 2 3 4
23. Intento conseguir apoyo emocional de amigos y familiares	1 2 3 4
24. Simplemente, dejo de intentar alcanzar mi objetivo	1 2 3 4
25. Tomo medidas adicionales para intentar hacer desaparecer el problema	1 2 3 4
26. Intento perderme un rato bebiendo alcohol o consumo drogas	1 2 3 4
27. Me niego a creer que ha sucedido	1 2 3 4
28. Dejo aflorar mis sentimientos	1 2 3 4
29. Intento verlo de manera diferente para hacerlo parecer más positivo	1 2 3 4
30. Hablo con alguien que pueda hacer algo concreto acerca del problema	1 2 3 4
31. Duermo más de lo habitual	1 2 3 4
32. Intento proponer una estrategia sobre que hacer	1 2 3 4
33. Me centro en hacer frente a este problema, y si es necesario dejo otras cosas un poco de lado	1 2 3 4
34. Consigo el apoyo y comprensión de alguien	1 2 3 4
35. Bebo alcohol o tomo drogas para pensar menos en ello	1 2 3 4
36. Bromeo sobre ello	1 2 3 4
37. Renuncio a conseguir lo que quiero	1 2 3 4
38. Busco algo bueno de lo que está sucediendo	1 2 3 4
39. Pienso en cómo podría manejar mejor el problema	1 2 3 4
40. Finjo que no ha sucedido realmente	1 2 3 4
41. Me aseguro de no empeorar las cosas por actuar precipitadamente	1 2 3 4
42. Intento firmemente que otras cosas no interfieran con mis esfuerzos por hacer frente a esto	1 2 3 4
43. Voy al cine o veo la televisión para pensar menos en ello	1 2 3 4
44. Acepto la calidad del hecho que ha sucedido	1 2 3 4
45. Pregunto a personas que han tenido experiencias similares que hicieron	1 2 3 4
46. Siento mucho malestar emocional y termino por expresar ese malestar	1 2 3 4
47. Llevo a cabo alguna acción directa en torno al problema	1 2 3 4
48. Intento encontrar alivio en la religión	1 2 3 4
49. Me obligo a esperar el momento adecuado para hacer algo	1 2 3 4
50. Hago bromas de la situación	1 2 3 4

- | | |
|---|---------|
| 51. Reduzco la cantidad de esfuerzo que pongo en marcha para resolver el problema | 1 2 3 4 |
| 52. Hablo con alguien de cómo me siento | 1 2 3 4 |
| 53. Utilizo el alcohol o drogas para intentar superarlo | 1 2 3 4 |
| 54. Aprendo a vivir con ello | 1 2 3 4 |
| 55. Dejo de lado otras actividades para concentrarme en esto | 1 2 3 4 |
| 56. Medito profundamente acerca de qué pasos tomar | 1 2 3 4 |
| 57. Actúo como si nunca hubiera sucedido | 1 2 3 4 |
| 58. Hago lo que hay que hacer, paso a paso | 1 2 3 4 |
| 59. Aprendo algo de la experiencia | 1 2 3 4 |
| 60. Rezo más de lo habitual | 1 2 3 4 |

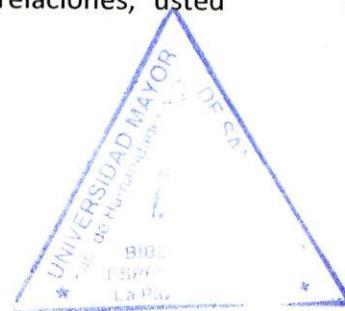
ANEXO 4

ESCALA DE APOYO SOCIAL (SOCIAL PROVISION SCALE DE RUSSELL)

Instrucciones:

Para responder el siguiente grupo de preguntas, usted debe considerar su relación actual con amigos, compañeros de trabajo, familiares, miembros de su comunidad, y similares. Por favor indique hasta que punto usted está de acuerdo con la descripción que cada declaración hace sobre su relación actual con los demás. Base su opinión en la siguiente escala. Por ejemplo si usted considera que una de las declaraciones es muy cierta sobre sus relaciones actuales, usted responderá "Estoy totalmente de acuerdo", si usted no considera que la declaración describa claramente sus relaciones, usted contestaría "Estoy totalmente en desacuerdo".

1. EN TOTAL DESACUERDO
2. EN DESACUERDO
3. DE ACUERDO
4. TOTALMENTE DE ACUERDO



1. Hay gente con la que puedo contar para que me ayude si realmente lo necesito ____
2. Siento que no tengo relaciones personales cercanas con otras personas _____
3. No hay nadie a quien pueda recurrir para que me guíe en momentos de estrés ____
4. Hay gente que depende de mí para ayudarla _____
5. Hay gente que disfruta las mismas actividades sociales que yo _____
6. Los demás no me ven como una persona capaz _____
7. Me siento directamente responsable por el bienestar de otra persona _____
8. Me siento parte de un grupo de personas que comparten mis ideas y creencias ____
9. No creo que otras personas respeten mis habilidades y aptitudes _____
10. Si algo saliera mal, nadie vendría a mí para ayudarme _____
11. Tengo amistades cercanas que me dan seguridad emocional y bienestar _____
12. Existe una persona con quien podría hablar acerca de decisiones importantes en mi vida _____

13. Tengo relaciones donde mis aptitudes y habilidades son reconocidas _____
14. No hay nadie que comparta mis intereses y preocupaciones _____
15. No hay nadie que realmente dependa de mí para su bienestar _____
16. Hay una persona confiable a quien podría recurrir para darme consejo si tuviera un problema _____
17. Siento un fuerte lazo emocional con por lo menos una persona _____
18. No hay nadie de quien pueda depender si realmente necesito ayuda _____
19. No existe alguien con quien me sienta a gusto hablando de mis problemas _____
20. Hay quienes admiran mis habilidades y talentos _____
21. Carezco de un sentimiento de intimidad con otra persona _____
22. A nadie le gusta hacer lo que yo hago _____
23. Hay gente con quien puedo contar en una emergencia _____
24. No hay nadie que necesite de mis cuidados _____



Gobierno Autónomo
Municipal de La Paz

UNIDAD BRAZO SOCIAL

DDM – OMDH – GAMLP

El Suscrito Lic. Martin Rengel Luna Jefe de la Unidad Brazo Social

CERTIFICA:

Que el Sr. Luis Quispe Delgado con Cedula de Identidad N° 4837835 L.P. realizo entrevistas dentro los ALBERGUES MUNICIPALES DE EMERGENCIA a causa del Mega deslizamiento ocurrido en la zona de Callapa de la ciudad de La Paz.

Es cuanto se certifica en honor a la verdad a solicitud verbal del interesado.

La Paz, febrero 19 del 2014


Lic. Martin Rengel Luna
Jefe de la Unidad Brazo Social
DDM – OMDH – GAMLP



C.c.Archivo
MRL/JFGS



Calle Mercado No. 1298 - cajon postal 10654 - telefonos: (591-2) 2650000 - 2202000
fax: (591-2) 2204377 - www.lapaz.bo - e mail: correspondencia@lapaz.bo

www.lapaz.bo

