

Diferencias de género en el uso de estrategias de afrontamiento en estudiantes universitarios

Coppola, L.¹; Salvo, M.¹; Sassano, G.¹; del Valle, M.¹ & Arias, C.¹

1 | Instituto de Psicología Básica, Aplicada y Tecnología (IPSIBAT, CONICET - UNMDP)

Introducción

Se entiende por afrontamiento a los esfuerzos mentales y comportamentales que realizan las personas para hacer frente a demandas externas y/o internas que se perciben como superadoras o que exceden sus recursos disponibles (Nava-Quiroz et al., 2010). Asimismo, es necesaria la evaluación de la situación como estresante o amenazadora por parte del sujeto para que se inicie el proceso de afrontamiento, el cual implica una serie de respuestas destinadas a reducir los efectos de la situación suscitadora de estrés (Schwarzer & Schwarzer, 1996). La forma en que las personas afrontan el estrés repercute en diferentes aspectos de la vida cotidiana, de forma que el uso de estrategias de afrontamiento del estrés (EA) activas y variadas puede contribuir a un mayor bienestar (Tacca-Huamán & Tacca-Huamán, 2019) y funcionar como protección contra el desarrollo de psicopatologías (Zanini et al., 2010). Además, el uso de estrategias menos eficaces se encuentra asociado a un menor ajuste a la vida universitaria y por lo tanto a mayores niveles de deserción y bajo rendimiento académico (Dominguez-Lara & Prada-Chapoñan, 2020). Estudios sugieren que el uso de EA difiere entre hombres y mujeres, aunque las evidencias son escasas y en algunos casos contradictorias.

Objetivo

Analizar el efecto del género en el uso de EA en estudiantes de la Lic. en Psicología de la UNMDP.

Metodología

Se trabajó con 208 estudiantes de la Universidad Nacional de Mar del Plata (81.7% mujeres, 16.4% hombres, 1.4% no binaries y 0.5% prefirió no indicarlo) de entre 17 y 63 años (ME= 23.08; DE= 8.72), a quienes se administró el Brief-COPE (Perczek et al., 2000), que constituye la forma abreviada del COPE (Carver et al., 1989). Mide el uso de estrategias de afrontamiento del estrés (EA), y consta de 24 ítems que componen 12 escalas (Autodistracción, Afrontamiento activo, Negación, Uso de sustancias, Búsqueda de apoyo, Abandono del afrontamiento, Desahogo emocional, Reinterpretación positiva, Planificación, Humor, Aceptación y Religión). Asimismo, las estrategias se ubican en 2 polos: estrategias pasivas y estrategias activas. A su vez, el afrontamiento puede ser de tipo emocional, cognitivo o conductual.

Resultados

Los varones utilizan más la estrategia Humor ($U= 2125.50$; $p < .05$; $g= 0.45$) y las mujeres utilizan más el Desahogo emocional ($U= 2200$; $p < .05$; $g= 0.38$) y la Búsqueda de apoyo ($U= 2104$; $p < .05$; $g= 0.38$). Asimismo, el afrontamiento cognitivo es el más utilizado por los varones, mientras que el afrontamiento emocional es el más utilizado en mujeres. Además, se observó que las mujeres recurren en mayor medida al Escape emocional. Las EA Autodistracción, Afrontamiento activo, Negación, Uso de sustancias, Abandono del afrontamiento, Reinterpretación positiva, Planificación, Aceptación y Religión no mostraron diferencias entre ambos géneros, como tampoco el uso de EA activas y pasivas.

Tabla 1
Diferencias de género en el uso de EA en estudiantes universitarios

	Mujer (n=170)	Varón (n=34)	U	g de Hedges
	Mdn (Rango)	Mdn (Rango)		
Autodistracción	104.62 (17785)	91.91 (3125)	2530	-
Afrontamiento activo	102.13 (17362)	104.35 (3548)	2827	-
Negación	101.20 (16900.50)	100.01 (3400.50)	2805.50	-
Uso de sustancias	100.76 (16827.50)	99.17 (3272.50)	2711.50	-
Búsqueda de apoyo	103.98 (17468)	82.25 (2632)	2104*	0.38
Abandono del afrontamiento	99.26 (16476.50)	103.74 (3423.50)	2615.50	-
Desahogo emocional	105.98 (17911)	82.21 (2795)	2200*	0.38
Reinterpretación positiva	99.05 (16740)	114.03 (3763)	2375	-
Planificación	100.40 (17067.50)	113.01 (3842.50)	2532.50	-
Humor	97.15 (16321.50)	120.59 (3979.50)	2125.50*	0.45
Aceptación	101.20 (17102)	106 (3604)	2737	-
Religión	102.88 (17490)	97.45 (3216)	2655	-
Estrategias pasivas	98.57 (15870)	85.74 (2658)	2162	-
Estrategias activas	97.51 (16186.50)	103.98 (3119.50)	2325.50	-
Afrontamiento conductual	101.04 (17176.50)	109.81 (3733.50)	2641.50	-
Afrontamiento cognitivo	96.61 (16134)	117.69 (3766)	2106*	0.36
Afrontamiento emocional	103.98 (17468)	82.25 (2632)	2104*	0.38
Escape conductual	98.48 (16052.50)	95.55 (3057.50)	2529.50	-
Escape cognitivo	101.46 (16943.50)	95.65 (3156.50)	2595.50	-
Escape emocional	105.98 (17911)	82.21 (2795)	2200*	0.38

Nota: ** $p < .01$, * $p < .05$

Discusión

La mayor utilización de la Búsqueda de apoyo y Desahogo emocional, y un estilo de afrontamiento emocional en las mujeres coincide con estudios previos (Fernández-Liporace, 2009; Vidal-Conti et al., 2018), lo que indicaría un predominio del afrontamiento centrado en la emoción para este género, que podría ser atribuido a un estilo de crianza y socialización particular, teniendo en cuenta que para las mujeres hay un mayor aval social para la expresión emocional (Rosário et al., 2018). El predominio del estilo de afrontamiento cognitivo en varones coincide con investigaciones previas (Cabanach et al., 2013). Sin embargo, la mayor utilización de la estrategia Humor en hombres no coincide con hallazgos precedentes, aunque debe tenerse en cuenta la escasa representación de la población masculina en la muestra. Ulteriores investigaciones deberían seguir indagando estas diferencias, incrementando la cantidad de participantes hombres. Se considera que estos resultados pueden servir como guía para la implementación en el largo plazo de programas de intervención en estudiantes universitarios, cumpliendo una función preventiva ante la emergencia de síntomas psicopatológicos y la deserción académica.

