



UNIVERSIDAD INDOAMÉRICA
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD Y BIENESTAR
HUMANO
CARRERA DE PSICOLOGÍA

TEMA:

ESTRATEGIAS DE AFRONTAMIENTO Y NIVELES DE
ESTRÉS PERCIBIDO EN FAMILIARES DE PERSONAS QUE
CONSUMEN SUSTANCIAS

Trabajo de titulación previo a la obtención del título de Licenciada en Psicología

Autor(a)

Jurado Calahorrano Diana Carolina

Tutor(a)

Dr. Andrés Fabricio Subía Arellano, MSc.

QUITO–ECUADOR

2024

**AUTORIZACIÓN POR PARTE DEL AUTOR PARA LA CONSULTA,
REPRODUCCIÓN PARCIAL O TOTAL, Y PUBLICACIÓN
ELECTRÓNICA DEL TRABAJO DE TÍTULACIÓN**

Yo, Jurado Calahorrano Diana Carolina, declaro ser autora del Trabajo de Titulación con el nombre “Estrategias de afrontamiento y niveles de estrés percibido en familiares de personas que consumen sustancias”, como requisito para optar al grado de Psicología y autorizo al Sistema de Bibliotecas de la Universidad Indoamérica, para que con fines netamente académicos divulgue esta obra a través del Repositorio Digital Institucional (RDI-UTI).

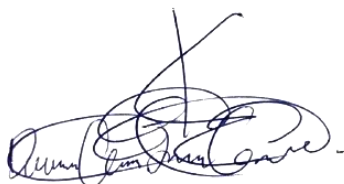
Los usuarios del RDI-UTI podrán consultar el contenido de este trabajo en las redes de información del país y del exterior, con las cuales la Universidad tenga convenios. La Universidad Indoamérica no se hace responsable por el plagio o copia del contenido parcial o total de este trabajo.

Del mismo modo, acepto que los Derechos de Autor, Morales y Patrimoniales, sobre esta obra, serán compartidos entre mi persona y la Universidad Indoamérica, y que no tramitaré la publicación de esta obra en ningún otro medio, sin autorización expresa de la misma. En caso de que exista el potencial de generación de beneficios económicos o patentes, producto de este trabajo, acepto que se deberán firmar convenios específicos adicionales, donde se acuerden los términos de adjudicación de dichos beneficios.

Para constancia de esta autorización, en la ciudad de Quito, a los 31 días del mes de julio de 2024, firmo conforme:

Autor: Jurado Calahorrano Diana Carolina

Firma:



Número de Cédula: 1750731968
Dirección: Pichincha, Quito, Pomasqui
Correo Electrónico: dcjc12112001@gmail.com
Teléfono: 0979101687

APROBACIÓN DEL TUTOR

En mi calidad de Tutor del Trabajo de Titulación “ESTRATEGIAS DE AFRONTAMIENTO Y NIVELES DE ESTRÉS PERCIBIDO EN FAMILIARES DE PERSONAS QUE CONSUMEN SUSTANCIAS” presentado por Jurado Calahorrano Diana Carolina para optar por el Título de Licenciada en Psicología.

CERTIFICO

Que dicho trabajo de investigación ha sido revisado en todas sus partes y considero que reúne los requisitos y méritos suficientes para ser sometido a la presentación pública y evaluación por parte del Tribunal Examinador que se designe.

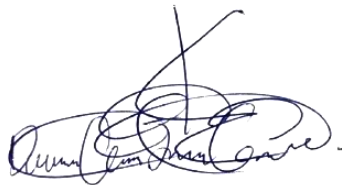
Quito, 31 julio de 2024

Dr. Andrés Fabricio Subía Arellano, MSc.

DECLARACIÓN DE AUTENTICIDAD

Quien suscribe, declaro que los contenidos y los resultados obtenidos en el presente trabajo de investigación, como requerimiento previo para la obtención del Título de Licenciada en Psicología, son absolutamente originales, auténticos y personales y de exclusiva responsabilidad legal y académica del autor

Quito, 31 julio de 2024



.....
Jurado Calahorrano Diana
Carolina
1750731968

APROBACIÓN TRIBUNAL

El trabajo de Titulación ha sido revisado, aprobado y autorizada su impresión y empastado, sobre el Tema: ESTRATEGIAS DE AFRONTAMIENTO Y NIVELES DE ESTRÉS PERCIBIDO EN FAMILIARES DE PERSONAS QUE CONSUMEN SUSTANCIAS, previo a la obtención del Título de Licenciada en Psicología, reúne los requisitos de fondo y forma para que el estudiante pueda presentarse a la sustentación del trabajo de titulación.

Quito, 31 de julio de 2024

.....

MSc. Gabriela Albuja Urvina
LECTOR/A

.....

MSc. Paulina Guerra Guerra
LECTOR/A

DEDICATORIA

Dedico este trabajo con profunda gratitud a mi madre Mariela Calahorrano, cuyo amor, sabiduría y sacrificios constantes han sido fundamentales en mi vida y en la realización de esta tesis. También dedico este esfuerzo a todas las personas queridas que ya no están físicamente conmigo; su memoria y amor eterno siguen siendo una fuente de fortaleza y esperanza. Finalmente, me dedico este logro a mí mismo, reconociendo mi compromiso, perseverancia y resiliencia para superar los desafíos. Con mucha gratitud y amor, te dedico a ti madre este logro ya que también es tuyo.

AGRADECIMIENTO

Quiero expresar mi más profundo agradecimiento a mi mamá Mariela Calahorrano, cuyo apoyo incondicional, amor, sabiduría y sacrificio constante han sido el pilar fundamental en mi vida y en la realización de esta tesis. Sin su guía y comprensión, este logro no hubiera sido posible. También quiero agradecer al profesor Luis Iriarte, cuya orientación, conocimientos y apoyo inestimables han sido esenciales para la culminación de este trabajo. Su dedicación y pasión por la enseñanza me han inspirado a alcanzar la excelencia académica. Así como también a mi tutor de tesis, Andrés Subía Arellano le agradezco por sus sugerencias y su guía a lo largo de este proceso. Finalmente, me agradezco a mí mismo por mi esfuerzo, dedicación y resiliencia, que han sido claves para superar los desafíos y alcanzar este importante logro.

INDICE DE CONTENIDOS

PORTADA.....	I
AUTORIZACIÓN PARA EL REPOSITORIO DIGITAL.....	II
APROBACIÓN DEL TUTOR.....	III
DECLARACION DE AUTENTICIDAD.....	IV
APROBACIÓN TRIBUNAL.....	V
DEDICATORIA.....	VI
AGRADECIMIENTO.....	VII
INTRODUCCIÓN.....	12
MARCO METODOLÓGICO.....	18
RESULTADOS.....	24
DISCUSIÓN Y CONCLUSIONES.....	28
REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS.....	32

UNIVERSIDAD INDOAMÉRICA

FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD Y BIENESTAR HUMANO

CARRERA DE PSICOLOGIA

TEMA: ESTRATEGIAS DE AFRONTAMIENTO Y NIVELES DE ESTRÉS PERCIBIDO EN FAMILIARES DE PERSONAS QUE CONSUMEN SUSTANCIAS

AUTOR: Jurado Calahorrano Diana
Carolina

TUTOR: Dr. Andrés Fabricio Subía Arellano, MSc.

RESUMEN EJECUTIVO

El consumo de sustancias adictivas no solo afecta a los individuos que consumen, sino también a sus familiares cercanos, generando altos niveles de estrés y diversos problemas emocionales y psicológicos. Esta investigación se centra en entender cómo los familiares de personas que consumen sustancias perciben y manejan el estrés, proporcionando información crucial para intervenciones y apoyo efectivo. Se empleó un enfoque cuantitativo descriptivo correlacional. Utilizando la Escala de Estrés Percibido y el Brief COPE-28, se evaluaron 100 familiares de personas que consumen sustancias. Los resultados fueron analizados para identificar la relación entre las estrategias de afrontamiento y los niveles de estrés percibido. Como resultados se encontraron altos niveles de estrés entre los familiares de personas que consumen sustancias, existe una relación significativa entre las estrategias de afrontamiento utilizadas y los niveles de estrés percibido, y factores como el empleo y la duración del consumo de sustancias de la persona cercana influyen en los niveles de estrés percibido por los familiares. En conclusión, es fundamental entender y abordar el impacto psicológico en los familiares de personas que consumen sustancias, también las estrategias de afrontamiento juegan un papel crucial en la gestión del estrés percibido y las intervenciones y apoyos específicos deben ser desarrollados para mejorar el bienestar emocional y mental de los familiares afectados.

DESCRIPTORES: consumo, estrés, estrategias de afrontamiento.

UNIVERSIDAD INDOAMÉRICA

FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD Y BIENESTAR HUMANO

CARRERA DE PSICOLOGIA

THEME: COPING STRATEGIES AND PERCEIVED STRESS LEVELS IN FAMILY MEMBERS OF PEOPLE WHO USE SUBSTANCES

AUTHOR: Jurado Calahorrano Diana Carolina

TUTOR: Dr. Andrés Fabricio Subía Arellano, MSc.

ABSTRACT

The consumption of addictive substances not only affects the individuals who use them but also their close family members, generating high levels of stress and various emotional and psychological problems. This research focuses on understanding how the relatives of people who use substances perceive and manage stress, providing crucial information for effective interventions and support. A descriptive correlational quantitative approach was employed. Using the Perceived Stress Scale and the Brief COPE-28, 100 family members of people who use substances were evaluated. The results were analyzed to identify the relationship between coping strategies and levels of perceived stress. Findings revealed high levels of stress among the relatives of people who use substances, a significant relationship between the coping strategies used and the levels of perceived stress, and factors such as employment and the duration of substance use by the close person influence the levels of stress perceived by the relatives. In conclusion, it is essential to understand and address the psychological impact on the family members of people who use substances. Additionally, coping strategies play a crucial role in managing perceived stress, and specific interventions and support should be developed to improve the emotional and mental well-being of affected family members.

KEYWORDS: Consumption, stress, coping strategies.

Estrategias de afrontamiento y niveles de estrés percibido en familiares de personas que consumen sustancias

Coping strategies and perceived stress levels in family members of people who use substances

Autor: Diana Jurado-Calahorrano
djurado2@indoamerica.edu.ec

Tutor: Andrés Subía-Arellano
andressubia@uti.edu.ec

Lector: Gabriela Albuja-Urvina
malbuja3@indoamerica.edu.ec

Lector: Paulina Guerra-Guerra
monicaguerra@indoamerica.edu.ec

Trabajo de Titulación para la obtención del título de Licenciada en Psicología de la Universidad Indoamérica.

Modalidad:
Investigación Cuantitativa.

Quito, Ecuador.
Julio de 2024.

RESUMEN

En "Historia General de las Drogas", Antonio Escohotado analiza cómo las drogas han moldeado la cultura, la sociedad y la vida humana, desde aspectos religiosos hasta políticos (Escohotado, 1999). El libro destaca cómo diferentes culturas han interactuado con estas sustancias a lo largo de la historia, explorando sus impactos variados en diferentes contextos sociales.

En cuanto a la investigación sobre estrés y estrategias de afrontamiento en familiares de personas que consumen sustancias, se empleó un enfoque cuantitativo descriptivo correlacional. Utilizando la Escala de Estrés Percibido y el Brief COPE - 28, se evaluaron 100 familiares. Los resultados revelaron altos niveles de estrés entre estos familiares, destacando la necesidad de atención y tratamiento para reducir dicho estrés. Además, se encontró una relación significativa entre las estrategias de afrontamiento empleadas y los niveles de estrés, influenciados también por factores como el

ABSTRACT

In "Historia General de las Drogas", Antonio Escohotado analyzes how drugs have shaped culture, society and human life, from religious to political aspects (Escohotado, 1999). The book highlights how different cultures have interacted with these substances throughout history, exploring their varied impacts in different social contexts. As for the research on stress and coping strategies in family members of substance users, a quantitative descriptive correlational descriptive approach was employed. Using the Perceived Stress Scale and the Brief COPE - 28, 100 family members were evaluated. The results revealed high levels of stress among these relatives, highlighting the need for attention and treatment to reduce such stress. In addition, a significant relationship was found between the coping strategies employed and stress levels, influenced also by factors such as employment and duration of use of the close person who uses substances.

This research underscores the importance of understanding and

empleo y la duración del consumo de la persona cercana que consume sustancias.

Esta investigación subraya la importancia de entender y abordar el impacto psicológico en los familiares, proporcionando perspectivas cruciales para intervenciones y apoyo efectivo.

Palabras Clave: *Estrategias de afrontamiento, Estrés percibido, Efectos fisiológicos, Consumo, Estupefaciente.*

addressing the psychological impact on family members, providing crucial insights for effective interventions and support.

Keywords: *Coping strategies, Perceived stress, Physiological effects, Consumption, Narcotic drug.*

1. INTRODUCCIÓN.

Según la Organización Panamericana de la Salud y la Organización Mundial de la Salud (OPS y OMS, 2016) las sustancias psicoactivas son diversos compuestos ya sean naturales o sintéticos, que actúan sobre el sistema nervioso del consumidor generando alteraciones en las funciones que regulan pensamientos, emociones y el comportamiento, como también llegan a afectar los procesos mentales como la percepción, conciencia, cognición o estado de ánimo, llegando así a ocasionar diversos problemas o conflictos familiares como agresiones físicas; el uso de estas sustancias no solo afecta a las personas que lo consumen, sino que también ejerce un impacto significativo en sus familiares cercanos. La experiencia de ser familiar de una persona que consume sustancias puede ser abrumadora y desafiante, planteando así una serie de obstáculos emocionales y psicológicos. Esta situación genera altos niveles de estrés y puede afectar el bienestar emocional y mental de los familiares, quienes a menudo enfrentan sentimientos de ansiedad, depresión y desesperanza.

El fenómeno del consumo de sustancias adictivas impacta profundamente en la dinámica familiar, generando una serie de desafíos emocionales, psicológicos y sociales para los miembros cercanos al individuo que consume. Como señala Smith (2018), este fenómeno no solo tiene un impacto en el individuo que consume, sino que también influye en el bienestar emocional y psicológico de los familiares cercanos. En este sentido, la familia se convierte en un componente fundamental en el proceso de recuperación y afrontamiento frente al consumo de sustancias (Jones et al., 2020).

El DSM V incluye una categoría específica para los trastornos relacionados con el consumo de sustancias como alcohol, cannabis, cocaína, opioides, entre otras. Algunos de los trastornos más comunes en esta categoría son el trastorno por consumo de sustancias el cual se caracteriza por un patrón problemático de uso de una sustancia que conduce a deterioro o malestar clínicamente significativo, manifestado por síntomas como la incapacidad para

Estrategias de afrontamiento y niveles de estrés percibido en familiares de personas que consumen sustancias

controlar el consumo, el deseo persistente de consumir la sustancia, la tolerancia y la abstinencia, la intoxicación por consumo la cual se produce cuando una persona experimenta efectos fisiológicos adversos tras la ingestión de una sustancia psicoactiva, la abstinencia se caracteriza por síntomas fisiológicos y cognitivos adversos que se desarrollan cuando una persona que ha estado consumiendo una sustancia de manera habitual deja de hacerlo.

El estudio de las estrategias de afrontamiento y los niveles de estrés percibido en los familiares se revela como una investigación crucial para comprender mejor los efectos del consumo de sustancias en el entorno familiar. Explorar cómo estos familiares manejan el estrés y qué mecanismos utilizan para enfrentarlo puede proporcionar información valiosa para desarrollar intervenciones y apoyos adecuados.

En este contexto, es fundamental comprender los inicios de esta problemática, el estrés que esta genera y cuáles han sido las estrategias de afrontamiento que los familiares han adoptado ante esta realidad.

El texto "Historia General de las Drogas", traza un recorrido fascinante por el papel de las sustancias psicoactivas a lo largo de la historia de la humanidad. Desde tiempos antiguos, las drogas han influido en la cultura, la sociedad y la vida humana en general, desde la religión hasta la política. Se invita a reflexionar sobre cómo la relación con las drogas ha evolucionado a lo largo del tiempo y cómo esta relación ha impactado en la sociedad en su conjunto.

Desde tiempos inmemoriales, las drogas han desempeñado un papel crucial en ceremonias religiosas, tratamientos medicinales y prácticas recreativas. Así como también cada cultura existente ha desarrollado su propia relación con estas sustancias, reflejando así sus valores, creencias y necesidades. (Escohotado, 1999)

También menciona que en la Biblia se exponen diversas plantas y sustancias que podrían haber tenido propiedades psicoactivas. Por ejemplo, el incienso y la mirra, las cuales están presentes en varios rituales religiosos, estas contienen compuestos que podrían causar efectos psicológicos en los participantes. La utilización de estas sustancias se relaciona con lo divino y fueron usadas en las prácticas religiosas antiguas.

Así mismo, algunas interpretaciones de la Biblia sugieren que la 'miel silvestre' consumida por personajes bíblicos como Juan el Bautista podrían haber sido una referencia a sustancias psicoactivas derivadas de plantas o hongos. Estos compuestos naturales habrían facilitado experiencias místicas y extáticas, consideradas signos de santidad y conexión divina.

El estrés percibido en los familiares de personas que consumen sustancias es un tema de creciente interés en la literatura científica. Según un estudio reciente de García y Martínez (2021), el estrés asociado con la situación puede tener consecuencias significativas para la salud mental y física de los familiares. Este estrés percibido puede manifestarse de diversas formas, incluidos

Estrategias de afrontamiento y niveles de estrés percibido en familiares de personas que consumen sustancias

síntomas de ansiedad, depresión y problemas de salud relacionados (Brown y Lewis, 2019). Por lo tanto, comprender los factores que contribuyen al estrés percibido en estos familiares es esencial para desarrollar intervenciones efectivas y centradas en sus necesidades.

Para entender todo esto primero se hablará sobre lo que es el estrés, según la Organización Mundial de la Salud (OMS, 2023) el estrés puede definirse como un estado de preocupación o tensión mental causado por una situación difícil. Esto puede afectar tanto a la mente como al cuerpo causando así problemas de salud física y mental como dolores de cabeza o de otras regiones corporales y a nivel mental podría desencadenar comúnmente ansiedad y depresión afectando así al funcionamiento diario de la persona que los padece.

El DSM V reconoce al estrés como un componente significativo en varios trastornos, pero no lo clasifica como un trastorno en sí mismo. Sino que describe trastornos relacionados con el estrés, como el trastorno de estrés postraumático (TEPT), el trastorno de ansiedad, los trastornos relacionados con el trauma y el estrés, y los trastornos de adaptación. Identifica el estrés como una respuesta normal del cuerpo a situaciones amenazantes o desafiantes, pero cuando esta respuesta se vuelve abrumadora o persistente y causa un deterioro significativo en el funcionamiento diario, puede ser indicativo de un trastorno psicológico subyacente. (DMS V, 2014)

El CIE-10 también reconoce la importancia del estrés en la salud mental, pero no lo clasifica como un trastorno independiente. Este incluye también trastornos relaciones con el estrés y los factores que contribuyen en su clasificación. Algunos trastornos relacionados con el estrés que se encuentran en el CIE-10 incluyen el trastorno de estrés postraumático (F43.1) el cual se caracteriza por la reexperimentación de un evento traumático, evitación de estímulos asociados con el trauma, y síntomas de hiperactivación, como dificultades para conciliar el sueño o irritabilidad. La reacción aguda al estrés (F43.0) que se presenta como una respuesta inmediata a un evento estresante o traumático, con síntomas de ansiedad, insomnio, dificultades de concentración, entre otros y los trastornos adaptativos (F43.2) que se refiere a las reacciones emocionales o comportamentales desproporcionadas en respuesta a un estresor identificable, como problemas en el trabajo, conflictos familiares, o dificultades económicas. (CIE 10, 2018)

El estudio del impacto del consumo de sustancias en el entorno familiar y las estrategias de afrontamiento utilizadas por los familiares es esencial para informar el desarrollo de intervenciones efectivas y centradas en las necesidades de este grupo. Al comprender mejor las experiencias, necesidades y desafíos enfrentados por los familiares, los profesionales de la salud mental y los trabajadores sociales pueden diseñar intervenciones más específicas y relevantes que apoyen el bienestar de estas familias y promuevan la resiliencia familiar.

Estrategias de afrontamiento y niveles de estrés percibido en familiares de personas que consumen sustancias

Las estrategias de afrontamiento desempeñan un papel crucial en la forma en que los familiares enfrentan y gestionan la situación de tener un ser querido que consume sustancias. Según Smith et al. (2019), las estrategias de afrontamiento pueden variar desde el enfoque en la resolución de problemas hasta el apoyo emocional y la búsqueda de apoyo social. La eficacia de estas estrategias puede influir directamente en la capacidad de los familiares para hacer frente a la situación y mantener su bienestar psicológico (Jones y White, 2018). Por lo tanto, examinar las estrategias de afrontamiento adoptadas por los familiares se convierte en un aspecto fundamental para comprender su experiencia y su nivel de estrés percibido.

Según el DSM V (2014) las estrategias de afrontamiento son consideradas en el contexto de los trastornos de ansiedad, trastornos del estado de ánimo, trastornos de estrés y trastornos de adaptación. Se reconoce que las personas pueden desarrollar diferentes formas de hacer frente a situaciones estresantes o desafiantes, y estas estrategias pueden influir en la forma en que experimentan y manejan los síntomas de un trastorno mental. En el CIE 10 (2018), las estrategias de afrontamiento también se consideran de manera indirecta en la evaluación y el tratamiento de trastornos relacionados con el estrés, como el trastorno de estrés postraumático y los trastornos adaptativos. Siendo así que tanto el DSM V como el CIE 10 reconocen la importancia de las estrategias de afrontamiento en la salud mental y en la ejecución de estas en todos los contextos necesarios.

La relación entre las estrategias y los niveles de estrés percibido en los familiares de personas que consumen sustancias es un tema complejo y multifacético. Según García et al. (2020), diferentes estrategias de afrontamiento pueden tener efectos diversos en la percepción del estrés por parte de los familiares. Por ejemplo, el uso de estrategias de afrontamiento centradas en la emoción, como la expresión de emociones negativas, puede estar asociado con niveles más altos de estrés percibido (Brown et al., 2017). En contraste, estrategias de afrontamiento centradas en el problema, como la búsqueda activa de soluciones, pueden estar relacionadas con niveles más bajos de estrés percibido (Jones, 2019). Por lo tanto, es fundamental explorar cómo estas estrategias se relacionan con el nivel de estrés percibido en los familiares.

La literatura existente ha identificado una serie de factores que pueden influir en las estrategias de afrontamiento y los niveles de estrés percibido en los familiares de personas que consumen sustancias. Según Smith y Brown (2018), estos factores pueden incluir el tipo de sustancia consumida, la duración y gravedad del consumo, la presencia de comorbilidades psicológicas, el apoyo social disponible y el acceso a recursos de tratamiento. Por lo tanto, es crucial considerar estos factores al examinar la relación entre las estrategias de afrontamiento y el estrés percibido en los familiares.

Al hablar de las variables sociodemográficas, como la edad, el sexo, el nivel de instrucción, el empleo y el estado civil, desempeñan un papel crucial en la forma en que los

Estrategias de afrontamiento y niveles de estrés percibido en familiares de personas que consumen sustancias

familiares enfrentan y gestionan el consumo de sustancias por parte de un miembro de la familia. La edad, por ejemplo, puede influir en la percepción del estrés y la capacidad para adoptar estrategias de afrontamiento efectivas, con estudios que sugieren que los adultos mayores pueden recurrir a estrategias más adaptativas debido a su experiencia y madurez emocional (García et al., 2020). Del mismo modo, el sexo puede afectar las preferencias de afrontamiento, con investigaciones que indican diferencias en la expresión emocional y el uso de apoyo social entre hombres y mujeres (Brown et al., 2017)

El nivel de instrucción y el empleo también pueden influir en las estrategias de afrontamiento y el nivel de estrés percibido en los familiares. Los familiares con un nivel educativo más bajo o una situación laboral precaria pueden enfrentar mayores dificultades para acceder a recursos de apoyo y servicios de salud mental, lo que puede afectar su capacidad para hacer frente a la situación de manera efectiva (Smith y Brown, 2018). Además, el estrés asociado con el desempleo o la inestabilidad laboral puede exacerbarse en el contexto del consumo de sustancias en la familia, lo que subraya la importancia de abordar estos factores socioeconómicos en la intervención y el tratamiento (Jones y White, 2018).

La naturaleza y la gravedad del consumo de sustancias por parte del familiar también son variables críticas que influyen en las estrategias de afrontamiento y el nivel de estrés percibido en los familiares. El tipo de sustancia consumida, así como la frecuencia y duración del consumo, pueden afectar la

percepción del estrés y la efectividad de las estrategias de afrontamiento utilizadas por los familiares (Brown y Lewis, 2019). El consumo de sustancias ilegales o altamente adictivas puede generar mayores niveles de estrés y dificultades adicionales para los familiares en comparación con el consumo de sustancias legales o menos adictivas (García y Martínez, 2021). Además, el tiempo de consumo de sustancias del familiar, es decir, la duración de la adicción y la historia de tratamiento puede influir en la percepción del estrés y la capacidad de adaptación de los familiares, con investigaciones que sugieren que los familiares de personas con una adicción de larga duración pueden experimentar niveles más altos de estrés y agotamiento emocional (Smith et al., 2019).

Preguntas de Investigación

¿Cómo se relacionan las estrategias de afrontamiento y los niveles de estrés en familiares de personas que consumen sustancias?

¿Qué estrategias de afrontamiento utilizan los familiares de personas que consumen sustancias?

¿Cuáles son los niveles de estrés percibido de los familiares de personas que consumen sustancias?

¿Cómo se relacionan las estrategias de afrontamiento con las variables sociodemográficas: edad, sexo, nivel de instrucción, trabajo y el tiempo de consumo de familiares de personas que consumen sustancias?

Justificación y Relevancia

Estrategias de afrontamiento y niveles de estrés percibido en familiares de personas que consumen sustancias

El estudio de las estrategias de afrontamiento y los niveles de estrés percibido en los familiares de personas que consumen sustancias es de suma importancia en el campo de la salud mental y la psicología clínica, dada la complejidad y la gravedad de las implicaciones asociadas con este fenómeno. El consumo de sustancias adictivas por parte de un miembro de la familia no solo afecta al individuo que consume, sino que también tiene un impacto significativo en los familiares cercanos, lo que genera una serie de desafíos emocionales, psicológicos y sociales para ellos.

En primer lugar, es fundamental abordar los altos índices de estrés experimentados por los familiares de personas que consumen sustancias. Estudios previos han demostrado consistentemente que estos familiares enfrentan niveles elevados de estrés percibido debido a la carga emocional, la incertidumbre y los desafíos logísticos asociados con el consumo de sustancias en la familia (García y Martínez, 2021). Este estrés puede manifestarse en síntomas de ansiedad, depresión y otros trastornos psicológicos, lo que afecta negativamente su calidad de vida y bienestar general (Brown y Lewis, 2019).

Además, es importante comprender las estrategias de afrontamiento utilizadas por los familiares para hacer frente a la situación de tener un ser querido que consume sustancias. Estas estrategias pueden variar desde el enfoque en la resolución de problemas hasta el uso de mecanismos de afrontamiento basados en la emoción, como la búsqueda de apoyo social y la expresión

de emociones (Smith et al., 2019). La eficacia de estas estrategias puede influir directamente en la capacidad de los familiares para hacer frente a la situación y mantener su bienestar psicológico (Jones y White, 2018).

Por otro lado, el estudio del consumo de sustancias en el contexto familiar es esencial para comprender las dinámicas y los factores subyacentes que contribuyen a esta problemática. La presencia de un miembro de la familia que consume sustancias puede tener un impacto significativo en las relaciones familiares, la comunicación, la cohesión familiar y la función parental (Smith, 2018). Además, la naturaleza y la gravedad del consumo de sustancias pueden variar considerablemente, desde el consumo ocasional hasta la dependencia crónica, lo que requiere enfoques de intervención diferenciados y adaptados a las necesidades específicas de cada familia (Brown et al., 2017).

La investigación en este campo es relevante desde múltiples perspectivas, incluyendo la salud pública, la clínica y la teórica. Desde una perspectiva de salud pública, comprender los factores que contribuyen al estrés percibido y las estrategias de afrontamiento en los familiares puede promover el desarrollo de políticas y programas de prevención y tratamiento dirigidos a abordar las necesidades de esta población vulnerable. Desde una perspectiva clínica, este conocimiento puede mejorar la capacidad de los profesionales de la salud mental y los trabajadores sociales para proporcionar intervenciones efectivas y centradas en las necesidades de los

Estrategias de afrontamiento y niveles de estrés percibido en familiares de personas que consumen sustancias

familiares afectados por el consumo de sustancias. Y desde una perspectiva teórica, este estudio puede contribuir al desarrollo de modelos conceptuales más completos y refinados sobre el estrés y el afrontamiento en contextos familiares afectados por el consumo de sustancias.

Al comprender mejor las experiencias, necesidades y desafíos enfrentados por los familiares, se pueden desarrollar intervenciones más efectivas y centradas en las necesidades que promuevan el bienestar de estas familias y fomenten la resiliencia familiar en el contexto del consumo de sustancias.

Objetivos

Objetivo General

1. Explicar la relación entre las estrategias de afrontamiento y los niveles de estrés en familiares de personas que consumen sustancias.

Objetivos Específicos

1. Describir las estrategias de afrontamiento que utilizan los familiares de personas que consumen sustancias.
2. Identificar los niveles de estrés percibido por los familiares de personas que consumen sustancias.
3. Relacionar los niveles de estrés percibido con las variables sociodemográficas: edad, sexo, nivel de instrucción, trabajo y el tiempo de consumo de familiares de personas que consumen sustancias.

2. MARCO METODOLÓGICO.

Para uno de los fundadores del positivismo, "el conocimiento verdadero es aquel que se basa en la observación empírica y el método científico" (Comte, 1830). El positivismo busca descubrir leyes universales que expliquen los fenómenos naturales y sociales mediante la observación y la experimentación.

"El progreso científico no es un proceso lineal de acumulación de conocimientos, sino que se produce a través de paradigmas que cambian con revoluciones científicas" (Kuhn, 1962). Esta perspectiva sugiere que el conocimiento es también una construcción social y está influenciado por contextos históricos y culturales.

En otras definiciones tenemos la de Enrique José Varona (1881), un filósofo y pedagogo cubano del siglo XIX, quien también contribuyó al desarrollo del positivismo. Varona abogó por la aplicación de métodos científicos en la investigación social y la educación. En su obra "Los fundamentos de la psicología" sostiene que "la psicología debe basarse en la observación empírica y en la experimentación, siguiendo el modelo de las ciencias naturales". Esta perspectiva refleja la influencia del positivismo en el pensamiento latinoamericano de la época y su impacto en áreas como la psicología y la educación.

El paradigma positivista se centra en la medición y cuantificación de variables observables y mensurables. En este estudio, se pretende medir de manera objetiva las estrategias de afrontamiento utilizadas por los familiares, mediante cuestionarios estandarizados) y los niveles de estrés

Estrategias de afrontamiento y niveles de estrés percibido en familiares de personas que consumen sustancias

percibido (a través de escalas de medición validadas), lo que se alinea con los principios del enfoque positivista.

También busca establecer relaciones causales y patrones empíricos a través de métodos rigurosos y replicables. En este estudio, se busca obtener datos confiables y reproducibles sobre cómo las variables sociodemográficas y el consumo de sustancias influyen en las estrategias de afrontamiento y el estrés percibido en los familiares. Esto se logra a través de un diseño de investigación cuidadosamente estructurado, técnicas de muestreo representativas y análisis estadísticos adecuados.

A su vez permite generalizar los resultados obtenidos en la muestra de estudio a una población más amplia. Al utilizar métodos de investigación cuantitativa, se puede obtener una muestra representativa que permita hacer inferencias sobre la población general de familiares de personas que consumen sustancias. Esto es importante para proporcionar información válida y útil que pueda ser aplicada en diversos contextos y situaciones.

Es decir, la aplicación del paradigma positivista en esta investigación nos proporcionará un marco sólido y riguroso para el estudio de las variables relacionadas con las estrategias de afrontamiento y los niveles de estrés percibido en los familiares de personas que consumen sustancias, permitiendo la obtención de resultados confiables y generalizables.

Sabiendo que dentro de los métodos de investigación existen dos tipos, el cualitativo

y el cuantitativo, en el presente estudio se utilizará el método cuantitativo ya que este método se basa en recoger y analizar datos cuantificables sobre las variables que se trabajen. La investigación cuantitativa se basa en la recolección y el análisis de datos numéricos para describir, explicar y predecir fenómenos sociales o psicológicos (Babbie, 2016). En este estudio se busca fijar la asociación entre variables, la generalización y objetivación de los resultados mediante una muestra para así determinar una conclusión.

El diseño de la investigación es no experimental con un enfoque transversal. Esto significa que se recopilarán datos en un único punto en el tiempo sin manipular las variables independientes. Este diseño es adecuado para describir la situación actual y explorar las relaciones entre las variables de interés.

El enfoque de investigación será de tipo transversal, lo que implica la recopilación de datos en un solo punto en el tiempo. Este enfoque permite examinar las relaciones entre las variables de interés (estrategias de afrontamiento, niveles de estrés percibido y variables sociodemográficas) en un momento específico, proporcionando una instantánea de la situación de los familiares de personas que consumen sustancias (Creswell, 2014).

El alcance de la investigación es descriptivo correlacional. Se pretende describir las estrategias de afrontamiento y los niveles de estrés percibido en los familiares de personas que consumen sustancias y analizar la correlación entre estas variables y

Estrategias de afrontamiento y niveles de estrés percibido en familiares de personas que consumen sustancias

las variables sociodemográficas. Según Hernández Sampieri et al., los estudios descriptivos buscan especificar las propiedades, características y perfiles importantes de fenómenos analizados, mientras que los estudios correlacionales tienen como objetivo medir el grado de relación entre dos o más variables en un contexto particular (Hernández Sampieri, Fernández Collado, & Baptista Lucio, 2014).

El muestreo es no probabilístico de tipo intencional. Esto significa que la selección de los participantes no se realiza al azar, sino que se eligen de manera intencional con base en ciertos criterios específicos que aseguren que los participantes sean representativos de la población objetivo (Creswell, 2014). Este tipo de muestreo es apropiado cuando se busca estudiar un grupo específico de personas que cumplen con características determinadas, en este caso, familiares de personas que consumen sustancias.

La muestra estará compuesta por familiares de personas que consumen sustancias, seleccionados a través de instituciones de salud mental, centros de tratamiento de adicciones y organizaciones comunitarias en una región específica. Los participantes deben pertenecer a la población de familiares que están actualmente involucrados en la vida de una persona que consume sustancias.

Para participar en el estudio, los individuos deben cumplir con los siguientes criterios:

- Ser mayor de 18 años.
- Tener un familiar que consuma sustancias de manera activa.

- Ser capaz de leer y comprender los cuestionarios proporcionados.

Se excluirá a aquellos individuos que presenten condiciones que les impidan responder a las preguntas del estudio, tales como:

- Enfermedades mentales o físicas graves que afecten su capacidad para participar.
- No estar en contacto regular con el familiar que consume sustancias.
- Ser menor de edad.

El estudio se llevará a cabo de acuerdo con los principios éticos establecidos por la Asociación Americana de Psicología (APA) y la Declaración de Helsinki. Se obtendrá el consentimiento informado de todos los participantes, garantizando su voluntariedad y derecho a retirarse del estudio en cualquier momento. Se protegerá la confidencialidad y anonimato de los datos, y se proporcionará información sobre recursos de apoyo para aquellos participantes que lo requieran. Estos principios son fundamentales para así garantizar el bienestar, la dignidad y los derechos de cada uno de los participantes en la investigación.

Según las directrices de la APA, el consentimiento informado es un proceso esencial que asegura que los participantes comprendan la naturaleza de la investigación, los procedimientos involucrados, los posibles riesgos y beneficios, y su derecho a retirarse en cualquier momento sin penalización (American Psychological Association, 2017). En este estudio, se proporcionará a

Estrategias de afrontamiento y niveles de estrés percibido en familiares de personas que consumen sustancias

todos los participantes una explicación clara y comprensible de estos aspectos antes de que firmen el formulario de consentimiento. Esto incluye detalles sobre el propósito del estudio, la duración esperada de su participación, y la naturaleza de las preguntas que se les harán. El consentimiento informado no solo protege los derechos de los participantes, sino que también promueve una relación de transparencia y confianza entre los investigadores y los participantes.

La APA subraya la importancia de proteger la privacidad de los participantes y mantener la confidencialidad de la información recopilada (American Psychological Association, 2017). En este estudio, se garantiza que todos los datos personales sean anónimos y se almacenarán de manera segura. Solo el equipo de investigación tendrá acceso a la información, y los resultados se presentarán de manera agregada para evitar la identificación de individuos. Esto significa que los datos serán codificados y las identidades de los participantes serán protegidas en todas las etapas del estudio. La confidencialidad es esencial para fomentar la honestidad y la participación voluntaria, y para proteger a los participantes de posibles repercusiones negativas.

Siguiendo los principios de la Declaración de Helsinki, los investigadores deben maximizar los beneficios y minimizar los riesgos para los participantes (World Medical Association, 2013). En este estudio, se asegurará que cualquier potencial daño psicológico o emocional se minimice, proporcionando apoyo y recursos

adecuados a los participantes que puedan sentirse angustiados por las preguntas o el contenido del estudio. Esto incluye tener disponible a un profesional de la salud mental para ofrecer apoyo si es necesario. Además, se evaluarán cuidadosamente los riesgos potenciales antes de la implementación del estudio y se tomarán medidas para mitigarlos.

La Declaración de Helsinki también establece que los beneficios y cargas de la investigación deben distribuirse equitativamente entre todos los grupos de la sociedad (World Medical Association, 2013). En este estudio, se seleccionarán participantes de diferentes grupos sociodemográficos para garantizar una representación equitativa y evitar cualquier tipo de discriminación o sesgo en la selección de la muestra. Esto significa que se hará un esfuerzo deliberado para incluir a personas de diversas edades, sexo, niveles de instrucción y contextos socioeconómicos. La justicia en la investigación asegura que los resultados del estudio sean aplicables a una amplia variedad de personas y contextos.

La APA enfatiza el respeto por la dignidad y los derechos de todas las personas involucradas en la investigación (American Psychological Association, 2017). En este estudio, se tratará a todos los participantes con respeto y consideración, asegurando que se sientan valorados y comprendidos en todo momento. Esto incluye utilizar un lenguaje claro y respetuoso, responder a las preguntas y preocupaciones de los participantes, y agradecer su contribución al estudio. El respeto por la dignidad humana

Estrategias de afrontamiento y niveles de estrés percibido en familiares de personas que consumen sustancias

es fundamental para establecer un entorno de investigación ético y colaborativo.

La integridad es crucial para mantener la confianza en la investigación científica. Los investigadores deben ser honestos y transparentes en la presentación de sus métodos, resultados y conclusiones, y deben evitar cualquier forma de fraude o mala conducta científica (American Psychological Association, 2017). En este estudio, se seguirán estrictamente estos principios para asegurar la validez y confiabilidad de los resultados. Esto implica documentar y reportar de manera precisa los procedimientos y hallazgos del estudio, y corregir cualquier error o inexactitud que pueda surgir durante el proceso de investigación.

Para esta investigación se utilizarán dos instrumentos principales: la Escala de Afrontamiento COPE y la Escala de Estrés Percibido (PSS). Ambos instrumentos son ampliamente reconocidos y validados en el campo de la psicología, proporcionando datos cuantitativos sobre las estrategias de afrontamiento y los niveles de estrés percibido, respectivamente.

Escala de Afrontamiento COPE:

- **Descripción:** La Escala de Afrontamiento COPE (Carver, 1997) es una herramienta diseñada para medir una variedad de estrategias de afrontamiento que las personas utilizan en respuesta a situaciones estresantes. Es una de las escalas más completas y utilizadas en el estudio de los mecanismos de afrontamiento.

- **Validez:** La COPE ha sido validada en numerosos estudios y diversas poblaciones, demostrando consistencia interna y validez convergente con un alfa de Cronbach de 0.70 a 0.80. Los estudios han confirmado que la escala mide eficazmente diferentes dimensiones del afrontamiento.
- **Cantidad de preguntas:** Consta de 28 ítems.
- **Factores:** La escala se divide en varias subescalas que evalúan diferentes estrategias de afrontamiento, tales como son el afrontamiento activo, la búsqueda de apoyo instrumental, la búsqueda de apoyo emocional, la planificación, la reinterpretación positiva, aceptación, religión, el uso de sustancias, humor, distracción, negación, desahogo y retirada conductual.
- **Calificación:** Cada ítem se califica en una escala Likert de 4 puntos, donde 0 significa "Casi nunca hago eso" y 3 significa "Casi siempre hago eso". Las puntuaciones se suman para cada subescala, proporcionando un perfil detallado de las estrategias de afrontamiento utilizadas por el individuo.

Escala de Estrés Percibido (Cohen et al., 1983):

- **Descripción:** La Escala de Estrés Percibido (PSS) desarrollada por Cohen, Kamarck y Mermelstein (1983) es una herramienta utilizada

Estrategias de afrontamiento y niveles de estrés percibido en familiares de personas que consumen sustancias

para medir el grado en que las situaciones en la vida son percibidas como estresantes. La PSS es una de las escalas más utilizadas a nivel mundial para medir el estrés subjetivo.

- **Validez:** La PSS ha demostrado tener una alta consistencia interna y validez predictiva en estudios con diferentes poblaciones con un Alfa de Cronbach entre 0.78 y 0.91. La escala ha sido validada en múltiples idiomas y contextos culturales.
- **Cantidad de preguntas:** La versión original de la PSS consta de 14 ítems, pero también existe una versión reducida de 10 ítems, que se utiliza frecuentemente en investigaciones debido a su brevedad y efectividad.
- **Factores:** La escala evalúa dos factores principales:

Sentimientos de falta de control sobre los acontecimientos.

Inquietud y carga emocional asociada a situaciones estresantes.

- **Calificación:** Los ítems se califican en una escala Likert de 5 puntos, donde 0 significa "Nunca" y 4 significa "Muy a menudo". Las puntuaciones totales se obtienen sumando las respuestas a cada ítem, proporcionando una medida del nivel general de estrés percibido por el individuo.

Los datos recopilados serán analizados utilizando software especializado. Se

empleará Microsoft Excel para la organización y limpieza inicial de los datos. Posteriormente, se utilizará SPSS (Statistical Package for the Social Sciences) para realizar análisis estadísticos descriptivos y multivariados. Los análisis incluirán:

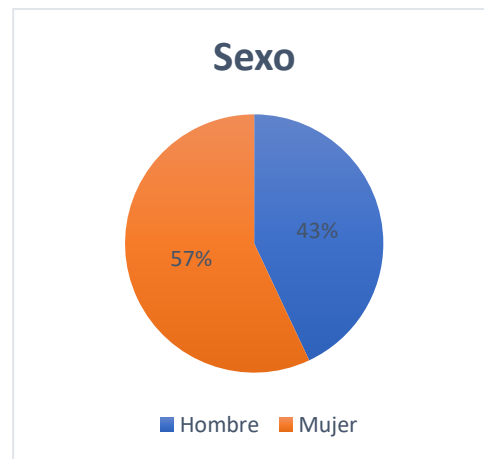
- Estadísticas descriptivas para resumir las características de la muestra.
- Pruebas de correlación para examinar las relaciones entre variables.

3. RESULTADOS.

En primera instancia se describen las condiciones sociodemográficas de los participantes.

Figura 1

Sexo de los familiares de las personas que consumen sustancias.



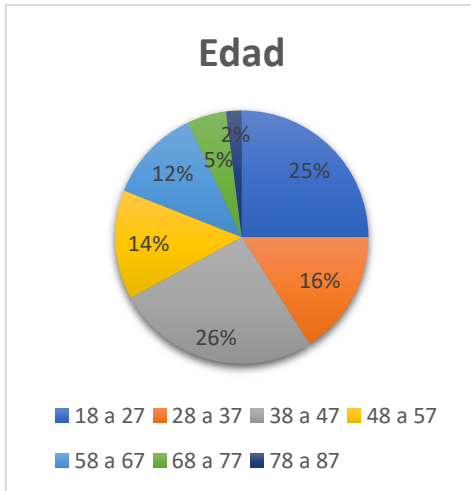
Nota: Diana Jurado

Con respecto al sexo existen 57 participantes mujeres, y 43 participantes hombres, dando un total de 100 personas encuestadas.

Figura 2

Estrategias de afrontamiento y niveles de estrés percibido en familiares de personas que consumen sustancias

Edad de los familiares de las personas que consumen sustancias.

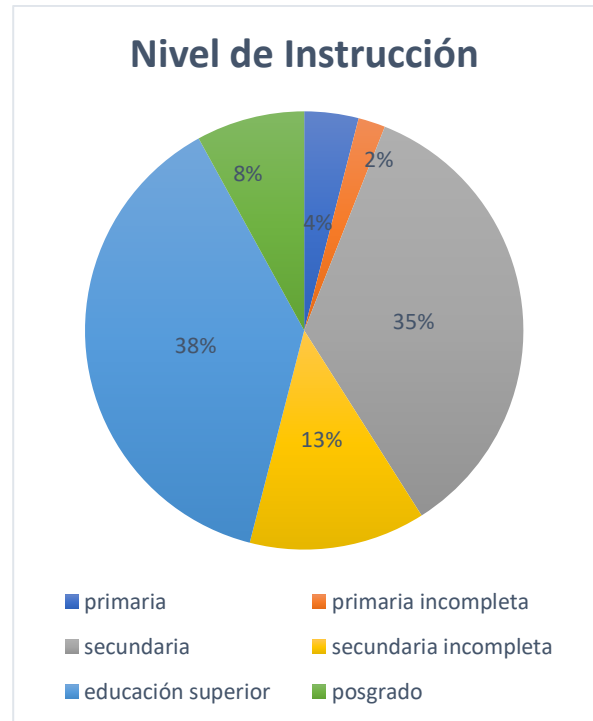


Nota: Diana Jurado

Con relación a la edad de los participantes se puede manifestar que de 18 a 27 años de edad existen 25 personas, de 28 a 37 existen 16 personas, de 38 a 47 existen 26 personas, de 48 a 57 existen 14 personas, de 58 a 67 existen 12 personas, de 68 a 77 existen 5 personas y de 78 a 87 existen 2 personas.

Figura 3

Nivel de instrucción de los familiares de las personas que consumen sustancias.



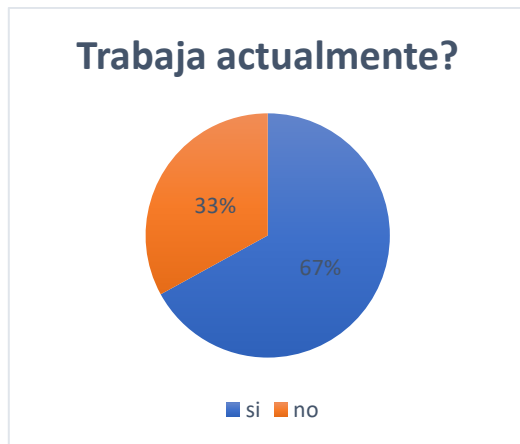
Nota: Diana Jurado

Con relación al nivel de instrucción se pudo observar que 4 participantes cursaron solamente la primaria, 2 participantes tienen la primaria incompleta, 35 participantes tienen la secundaria, 13 participantes tienen la secundaria incompleta, 38 participantes cuentan con educación superior y 8 participantes posgrado.

Figura 4

En la variable sociodemográfica relacionada con trabajar actualmente los resultados son los siguientes.

Estrategias de afrontamiento y niveles de estrés percibido en familiares de personas que consumen sustancias



Nota: Diana Jurado

Con respecto a si los participantes trabajan actualmente o no, se pudo observar que el 67% de participantes si trabajan y el 33% no.

Figura 5



Nota: Diana Jurado

Con respecto al consumo del familiar se pudo observar que el 76% de los participantes tienen un familiar que lleva consumiendo de 1 a 15 años, el 18% de los participantes tienen un familiar que consume de 16 a 30 años, el 5% de 31 a 45 años y el 1% de 46 a 60 años.

A continuación, se muestran los primeros resultados de la relación entre las estrategias de afrontamiento y los niveles de estrés en familiares de personas que consumen sustancias.

Tabla 1

Relación entre las estrategias de afrontamiento y los niveles de estrés en familiares de personas que consumen sustancias.

Correlaciones		
Rho de Spearman		Total, escala de estrés percibido
Apoyo Social	Coefficiente de correlación	-,208*
	Sig. (bilateral)	,037
	N	100
Religión	Coefficiente de correlación	-,205*
	Sig. (bilateral)	,041
	N	100
Reevaluación Positiva	Coefficiente de correlación	-,234*
	Sig. (bilateral)	,019
	N	100
Autodistracción	Coefficiente de correlación	-,335**
	Sig. (bilateral)	,001
	N	100
Desconexión	Coefficiente de correlación	,198*
	Sig. (bilateral)	,048
	N	100

Estrategias de afrontamiento y niveles de estrés percibido en familiares de personas que consumen sustancias

** . La correlación es significativa en el nivel 0,01 (2 colas).

*. La correlación es significativa en el nivel 0,05 (2 colas).

Nota: SPSS

Cumpliendo con el objetivo general se encontró en los resultados que el apoyo social tiene una correlación inversamente proporcional de $-.208^*$, en relación con el estrés. Con una significancia menor al 0,05 lo que representa que es estadísticamente significativa.

La religión tiene una correlación inversamente proporcional de $-.205^*$, en relación con el estrés. Con una significancia menor al 0,05 lo que representa que es estadísticamente significativa.

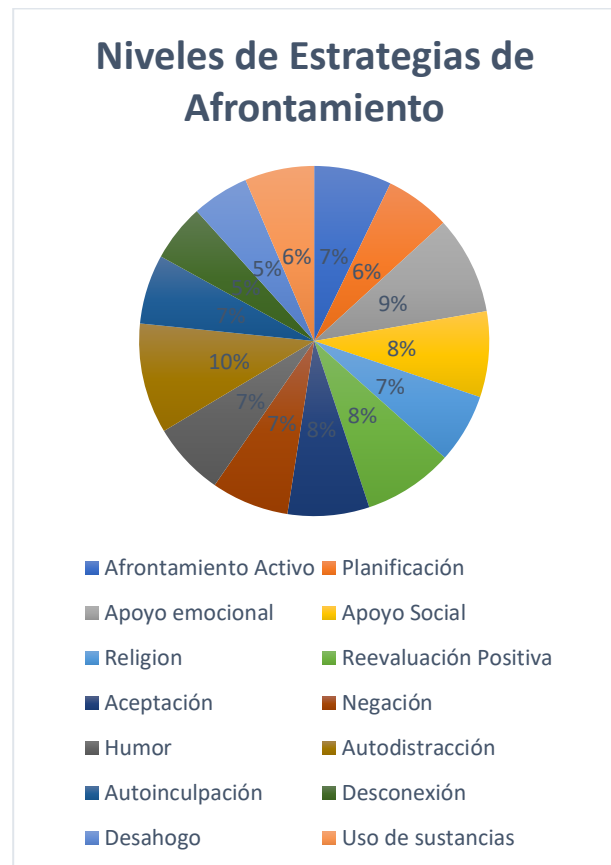
La reevaluación positiva tiene una correlación inversamente proporcional de $-.234^*$, en relación con el estrés. Con una significancia menor al 0,05 lo que representa que es estadísticamente significativa.

La autodistracción tiene una correlación inversamente proporcional de $-.335^{**}$, en relación con el estrés. Con una significancia menor al 0,01 lo que representa que es estadísticamente muy significativa. Y la desconexión tiene una correlación directamente proporcional de $.198^*$, en relación con el estrés. Con una significancia menor al 0,05 lo que representa que es estadísticamente significativa.

Respondiendo al objetivo específico uno “Describir las estrategias de afrontamiento que utilizan los familiares de personas que consumen sustancias.” Se pueden observar estos resultados:

Figura 6

BRIEF COPE estrategias de afrontamiento de los familiares de personas que consume sustancias.



Nota: Diana Jurado

Con respecto a los resultados obtenidos sobre las estrategias de afrontamiento se puede evidenciar que como la mayor estrategia ocupan la autodiscriminación, seguido del apoyo emocional, reevaluación positiva, apoyo social, aceptación, afrontamiento activo, negación, humor, religión, autoinculpación, el uso de sustancia, la planificación, desconexión y el desahogo.

Respondiendo al objetivo específico dos “Identificar los niveles de estrés percibido por los familiares de personas que

Estrategias de afrontamiento y niveles de estrés percibido en familiares de personas que consumen sustancias

consumen sustancias.” Se observaron dichos resultados:

Figura 7



Nota: Diana Jurado

Los resultados que se obtuvieron en la escala de estrés percibido que fue aplicada a los familiares de personas que consumen sustancias se puede evidenciar, que el 66% presenta un nivel alto de estrés, el 21% presenta un nivel moderado de estrés y el 13% presenta un nivel bajo de estrés, dando como respuesta que la mayor parte de los participantes presentan un alto nivel de estrés que se pudo percibir por medio de la encuesta.

Se registraron dichos resultados, dando, así como respuesta que el 66% de los participantes presentan altos niveles de estrés en su vida cotidiana, mereciendo atención y tratamiento para disminuir sus niveles de estrés.

En respuesta al objetivo específico tres Relacionar los niveles de estrés percibido

con las variables sociodemográficas: edad, sexo, nivel de instrucción, trabajo y el tiempo de consumo de familiares de personas que consumen sustancias., el resultado es el siguiente:

Tabla 2

Relación entre datos sociodemográficos y niveles de estrés percibidos.

Correlaciones		
Rho de Spearman		Total escala de estrés percibido
¿Trabaja Actualmente?	Coeficiente de correlación	-,341**
	Sig. (bilateral)	,001
	N	100
Tiempo de Consumo del familiar	Coeficiente de correlación	-,202*
	Sig. (bilateral)	,044
	N	100
**. La correlación es significativa en el nivel 0,01 (2 colas).		
*. La correlación es significativa en el nivel 0,05 (2 colas).		

Nota: SPSS

Se puede observar que la variable sociodemográfica "trabaja actualmente" tiene una correlación inversamente proporcional de -,341**, con relación al estrés. Con una significancia menor al 0,01 lo que representa que es estadísticamente muy significativa.

Mientras que la variable sociodemográfica "tiempo de consumo del familiar" tiene una correlación inversamente proporcional de -,202*, en relación con el estrés. Con una

Estrategias de afrontamiento y niveles de estrés percibido en familiares de personas que consumen sustancias

significancia menor al 0,05 lo que representa que es estadísticamente significativa.

4. DISCUSIÓN Y CONCLUSIONES.

A lo largo del tiempo han existido un sin número de investigaciones direccionadas en el análisis de las estrategias de afrontamiento, las cuales analizan las diferentes características que se deben tomar en cuenta al momento de realizar una interpretación.

Esta investigación se centró en determinar la población, la cual fueron los familiares de las personas que consumen sustancias, con una población de 100 personas evaluadas, se pudo analizar la diferencia que existe entre las dos variables sobre las estrategias de afrontamiento de problemas y de los niveles de estrés percibido. Además, se incluyó variables muy importantes como sexo, edad, si la persona trabaja o no, el tiempo de consumo del familiar y el nivel de instrucción. Con respecto al sexo se puede interpretar que existen 57 personas mujeres y 43 personas hombres.

En el estudio realizado por Marcalla (2023) se puede identificar que existen 55 personas de sexo masculino y 51 personas de sexo femenino, no se encuentra una similitud con nuestros resultados ya que aquí prevalecen más el sexo masculino.

En el ámbito de la edad se puede decir que se tomó en cuenta a personas que tengan 18 años en adelante, en comparación a la investigación realizada por Marcalla (2023) quien trabajó con una población desde los 18 años hasta los 25 años, siendo diferente a la población que se manejó en este estudio. Al hablar del nivel de instrucción se puede decir que la mayoría de los participantes cuentan con un nivel de instrucción superior y un bajo índice de personas que cuentan solamente con la primaria. Datos que no pueden ser comparados con ninguna otra investigación debido a que no se encontraron investigaciones que aborden esta problemática.

En lo referente a los niveles de estrés percibido se encontró que el 66% de participantes cuenta con un nivel alto de estrés, un 21% con un nivel moderado y un 13% con un nivel bajo.

Al analizar los datos obtenidos en cuanto a las estrategias de afrontamiento se obtuvo que la auto distracción con un 10% tiene más relevancia, apoyo emocional con un 9%, apoyo social, reevaluación y aceptación con un 8%, afrontamiento activo, religión, negación, humor y autoinculpción con un 7%, planificación y uso de sustancias con un 6%, desconexión y desahogo con un 5%. Estos datos son diferentes a los obtenidos

Estrategias de afrontamiento y niveles de estrés percibido en familiares de personas que consumen sustancias

por Marcalla (2023) quien obtuvo más relevancia en afrontamiento centrado en la solución, apoyo socioemocional, evasión, desconexión y autoinculpación. Gracias a esta investigación se puede analizar que los resultados entre las dos investigaciones tienen poca o nada similitud entre los resultados obtenidos de las variables.

En una investigación realizada por Picón y Rojas (2019) en la ciudad de Cuenca, sobre personalidad y estrategias de afrontamiento en policías activos en la ciudad de Cuenca se logró comparar los resultados de la variable de las estrategias de afrontamiento, e su investigación se menciona que las estrategias de afrontamiento que más predominan en dicha población son, crecimiento personal, interpretación positiva y religión.

Estos tipos de estrategias están relacionadas con la emoción, las cuales ayudan a disminuir las relaciones desencadenantes por más estresantes que éstas sean. En comparación con los resultados obtenidos en esta investigación se puede observar que existe un poco más de relación en afrontamiento de problemas debido a que se evidenció que tanto en la investigación realizada por Picón y Rojas (2019) como en esta existe como una estrategia de afrontamiento la religión.

Por último, se pudo evidenciar que no existen investigaciones que estén correlacionadas entre los niveles de estrés percibidos y las estrategias de afrontamiento, es por ello por lo que se tomó muy en cuenta realizar una investigación de este tipo ya que es la primera investigación que se realiza una correlación y se tiene dichos resultados.

Conclusiones:

- Se pudo determinar que existe una relación entre el estrés percibido y las estrategias de afrontamiento en los familiares de personas que consumen sustancias, ya que se encontró correlaciones inversamente proporcionales en el apoyo social, religión, reevaluación y autodistracción donde todas estas tienen una significancia menor que representa que es estadísticamente significativa a excepción de la autodistracción que presenta una significancia menor, que es estadísticamente muy significativa. Mientras que la desconexión tiene una correlación proporcional y con una significancia menor representando así que es estadísticamente significativa.

Estrategias de afrontamiento y niveles de estrés percibido en familiares de personas que consumen sustancias

- En cuanto a los niveles de estrés percibido, se pudo conocer que el 66% de los participantes experimenta un nivel alto de estrés, lo cual es frecuente. Esto indica que la mayoría de las personas evaluadas reportan sentir altos niveles de estrés en su vida cotidiana, mereciendo así atención y tratamiento para disminuir sus niveles.
- En lo referente a las estrategias de afrontamiento de problemas, se identificaron varias que prevalecen con diferentes niveles de relevancia. La autodistracción, con un 10%, es la estrategia más destacada y utilizada entre los participantes. Le sigue el apoyo emocional, que representa un 9% de las estrategias empleadas. Luego están el apoyo social, la reevaluación y la aceptación, cada una con un 8%. Otras estrategias comunes incluyen el afrontamiento activo, la religión, la negación, el humor y la autoinculpación, todas ellas con un 7%. La planificación y el uso de sustancias tienen una prevalencia del 6%. Por último, la desconexión y el desahogo son estrategias utilizadas por un 5% de los participantes.

Estos resultados indican que la autodistracción es la estrategia de afrontamiento más frecuentemente empleada para manejar los problemas.

- Por último, en lo referente a la correlación entre datos sociodemográficos y niveles de estrés percibido, se pudo conocer que existe una relación muy significativa entre la variable sociodemográfica "trabaja actualmente" y los niveles de estrés altos. Además, se encontró una correlación significativa entre la variable sociodemográfica "tiempo de consumo del familiar" y los niveles de estrés elevados. Estos hallazgos sugieren que las personas que actualmente están empleadas tienden a experimentar mayores niveles de estrés, y que el tiempo que un familiar ha estado consumiendo sustancias también se relaciona con un aumento en los niveles de estrés percibido.

5. LIMITACIONES

Y

RECOMENDACIONES

Al hablar de las limitaciones, existieron varias complicaciones al momento de realizar la toma de los cuestionarios, debido

Estrategias de afrontamiento y niveles de estrés percibido en familiares de personas que consumen sustancias

a que, la población seleccionada para el estudio creía que no era una investigación anónima y que sus nombres se verían reflejados en la misma.

También se encontró una dificultad en la selección de la muestra debido a que solamente eran tomados en cuenta personas que contaban con un familiar que era consumidor de algún tipo de sustancia.

Con respecto a los cuestionarios se evidenciaron impedimentos ya que eran cuestionarios largos y se contaba con poco tiempo por parte de los participantes, estos cuestionarios eran tomados mayormente en la mañana para que así los participantes no se encontraran cansados, la limitante llegó a ser que no se conseguía el número de participantes requeridos que quieran participar de manera voluntaria y sin algún temor en la investigación.

Recomendaciones:

- A partir de los resultados obtenidos, se recomienda realizar más investigaciones en el tema, puesto que, al momento de estar realizando esta investigación se pudo evidenciar que no existe

información sobre esto, haciendo que esto tenga poca o nula información para comparar.

- Se recomienda dar a conocer los efectos negativos que puedan existir en los familiares de personas que consumen sustancias debido al estrés generado por lo mismo y también las estrategias de afrontamiento que utilizan en dicha situación.
- Se propone realizar más investigaciones que aborden las variables previamente analizadas, filtrando mejor el nivel de instrucción del participante, así como también estudiando mejor las variables con las cuales existió una relación (trabaja actualmente y tiempo de consumo del familiar), con el objetivo de ampliar la información, buscar la prevención y de detectar las problemáticas existentes con la población, buscando ayudar con sus estrategias para afrontar el problema.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS.

Abuso de sustancias. (2016). OPS/OMS | Organización Panamericana de la Salud. <https://www.paho.org/es/temas/abuso-sustancias>

Estrategias de afrontamiento y niveles de estrés percibido en familiares de personas que consumen sustancias

- American Psychological Association. (2017). "Ethical Principles of Psychologists and Code of Conduct". Recuperado de APA Ethics
- Association, A. P. (2014). Guía de consulta de los criterios diagnósticos del DSM-5. American Psychiatric Publishing.
- Babbie, E. (2016). "La Práctica de la Investigación Social". Cengage Learning.
- Brown, K., & Lewis, L. (2019). The Impact of Substance Abuse on Family Dynamics: The Role of Stress and Coping Mechanisms. *Journal of Family Studies*, 25(2), 168-182.
- Brown, K., et al. (2017). Emotion-Focused Coping in Families of Substance Abusers: Implications for Stress Perception. *Substance Abuse & Rehabilitation*, 8(1), 73-86.
- Carver, C. S. (1997). "You want to measure coping but your protocol's too long: Consider the brief COPE". *International Journal of Behavioral Medicine*, 4(1), 92-100. doi:10.1207/s15327558ijbm0401_6.
- Cohen, S., Kamarck, T., & Mermelstein, R. (1983). "A global measure of perceived stress". *Journal of Health and Social Behavior*, 24(4), 385-396. doi:10.2307/2136404.
- Comte, A. (1830). *Curso de Filosofía Positiva*.
- Creswell, J. W. (2014). "Diseño de Investigación: Enfoques Cualitativo, Cuantitativo y Mixto". Sage Publications.
- García, A., et al. (2020). Exploring Coping Mechanisms and Stress Perception in Families of Substance Abusers. *Journal of Family Psychology*, 34(2), 98-112.
- García, A., & Martínez, R. (2021). Perceived Stress and Coping Strategies in Families of Substance Abusers. *Substance Use & Misuse*, 56(1), 83-97.
- Guía de bolsillo de la clasificación CIE-10: Clasificación de los Trastornos Mentales y del Comportamiento. (2018). Ed. Médica Panamericana.
- Gravetter, F. J., & Forzano, L. A. (2018). "Métodos de Investigación para las Ciencias del Comportamiento". Cengage Learning.
- Hernández Sampieri, R., Fernández Collado, C. y Baptista Lucio, P. (2014). *Metodología de la investigación*.

Estrategias de afrontamiento y niveles de estrés percibido en familiares de personas que consumen sustancias

- Jirón Jiménez, J. F., & Marcalla Calahorrano, N. F. (2023). Personalidad y niveles de afrontamiento de problemas en adultos jóvenes del cantón Sigchos. <https://repositorio.uti.edu.ec//handle/123456789/5671>
- Jones, S., & White, M. (2018). Understanding Coping Mechanisms in Families with Substance Abuse Issues. *Addiction Research & Theory*, 26(3), 215-227.
- Jones, S. (2019). Problem-Focused Coping Strategies in Families Dealing with Substance Abuse: A Qualitative Study. *Journal of Addictive Behaviors*, 45(1), 112-126.
- Kuhn, T. S. (1962). La Estructura de las Revoluciones Científicas. https://epistemologiadelacienciasociales.sociales.uba.ar/wp-content/uploads/sites/114/2014/10/Kuhn_-_La_Estructura_de_las_revoluciones_Cientificas.pdf
- Leedy, P. D., & Ormrod, J. E. (2018). "Investigación Práctica: Planificación y Diseño". Pearson.
- Morán, C., & González, M. T. (2010). *COPE-28: un análisis psicométrico de la versión en español del Brief COPE*. <http://pepsic.bvsalud.org/pdf/up/v9n2/v9n2a20.pdf>
- Neuman, W. L. (2013). "Métodos de Investigación Social: Enfoques Cualitativo y Cuantitativo". Pearson.
- Picón Quille, A. R., & Rojas Toalongo, T. K. (2019, 18 diciembre). *Rasgos de personalidad y estrategias de afrontamiento en policías activos de la ciudad de Cuenca*. <http://dspace.ucuenca.edu.ec/handle/123456789/33750>
- Smith, J. (2018). Impact of Substance Abuse on Families: Effects and Intervention. *Journal of Addictions Nursing*, 29(2), 83-85.
- Smith, J., et al. (2019). Coping Strategies of Families Living with Substance Abuse in the Household. *Journal of Substance Abuse Treatment*, 56(1), 42-48.
- Smith, J., & Brown, K. (2018). Factors Influencing Coping Strategies and Stress Perception in Families of Substance Abusers. *Journal of Family Issues*, 33(4), 567-581.
- Stress. (2022, 17 junio). <https://www.who.int/news-room/questions-and-answers/item/stress>
World Health Organization: WHO. (2019, 10 julio).

Estrategias de afrontamiento y niveles de estrés percibido en familiares de personas que consumen sustancias

Trochim, W. M. (2006). "Métodos de Investigación: La Base de Conocimientos Concisa". Atomic Dog Publishing.

Varona, E. J. (1881). Los fundamentos de la psicología

World Health Organization: WHO. (2019, 10 julio). Drugs. https://www.who.int/health-topics/drugs-psychoactive#tab=tab_1

World Medical Association. (2013). "Declaration of Helsinki: Ethical Principles for Medical Research Involving Human Subjects". Recuperado de WMA Helsinki Declaration

AGRADECIMIENTOS.

Quiero expresar mi más profundo agradecimiento a mi mamá Mariela Calahorrano, cuyo apoyo incondicional ha sido el pilar fundamental en mi vida y en la realización de esta tesis. Su amor, sabiduría y sacrificio constante me han brindado la fuerza y la motivación necesarias para alcanzar mis metas. Sin su guía y comprensión, este logro no hubiera sido posible. Gracias por ser mi mayor inspiración y por siempre creer en mí.

Asimismo, quiero también expresar mi sincero agradecimiento al profesor Luis Iriarte. Su orientación, conocimientos y apoyo inestimables han sido fundamentales para la realización de esta tesis. Su dedicación y pasión por la enseñanza me han inspirado a crecer académicamente y a esforzarme por alcanzar la excelencia. Gracias por su paciencia, sus valiosas sugerencias y por creer en mi potencial.

También quiero expresar un agradecimiento especial a mi mejor amiga, Arelis Iñiguez. Su amistad y palabras de aliento han sido una fuente constante de motivación y fortaleza para mí. Arelis, gracias por estar siempre a mi lado, por creer en mí y por hacer de este recorrido una experiencia mucho más llevadera y enriquecedora. Tu presencia y cariño han sido fundamentales para alcanzar este logro. Así como también a mi mejor amigo Aurelio Pascual por su constante apoyo y amistad durante todo este proceso. Gracias por estar ahí y hacer este camino más fácil con tu compañía.

Finalmente, quiero agradecerme a mí mismo. Este recorrido no ha sido fácil y ha requerido de mucho esfuerzo, dedicación y sacrificio. Reconozco el valor de mi propio compromiso, perseverancia y capacidad para superar los desafíos. Agradezco mi propia determinación y resiliencia, que han sido clave para alcanzar este importante logro.

DEDICATORIA.

Dedico este trabajo con profunda gratitud a mi madre Mariela Calahorrano, cuya constante presencia y apoyo han sido fundamentales en mi vida y en la realización de esta tesis. Su amor inquebrantable, su sabiduría y sus innumerables sacrificios me han proporcionado la energía y la

Estrategias de afrontamiento y niveles de estrés percibido en familiares de personas que consumen sustancias

motivación necesarias para alcanzar mis objetivos. Sin su orientación y comprensión, este logro no habría sido posible. Gracias por ser mi mayor inspiración y por siempre confiar en mí.

También quiero dedicar este esfuerzo a todas las personas queridas que ya no están conmigo. Aunque su ausencia física se siente profundamente, su memoria, sus enseñanzas y su amor eterno continúan siendo una fuente de fortaleza y esperanza. Su legado me motiva a persistir y dar lo mejor de mí en cada momento. Este logro es en honor a ustedes, y siempre los llevaré en mi corazón.

Finalmente, me dedico este trabajo a mí mismo. Este camino ha estado lleno de desafíos, pero he demostrado compromiso, perseverancia y la capacidad de superar cada obstáculo. Me agradezco por la determinación y resiliencia que han sido esenciales para alcanzar este importante logro.

ANEXOS.

Consentimiento Informado

Está usted de acuerdo en formar parte de esta investigación con fines académicos e investigativos *

Los datos que usted proporcione no serán revelados ya que son confidenciales.

De ser el caso seleccionar la opción de continuar, caso contrario se le agradece por el tiempo dado.

- Acepto participar en la investigación
- No acepto participar en la investigación

Estrategias de afrontamiento y niveles de estrés percibido en familiares de personas que consumen sustancias

Datos Socio-demográficos

Edad (solo número) *

Tu respuesta _____

Sexo *

Mujer

Hombre

Nivel de Instrucción *

Primaria Incompleta

Primaria

Secundaria Incompleto

Secundaria

Educación Superior

Posgrado

Trabaja actualmente? *

Si

No

Tiempo de consumo del familiar (Poner años en números) *

Tu respuesta _____

Estrategias de afrontamiento y niveles de estrés percibido en familiares de personas que consumen sustancias

Cuestionario BRIEF-COPE

Las siguientes afirmaciones se refieren a la manera que usted tiene de manejar los problemas. Indique si está utilizando las siguientes estrategias de afrontamiento señalando con una EQUIS (X) el número que corresponda a la respuesta más adecuada para usted, según los siguientes criterios:

0	1	2	3
No ha estado haciendo esto en lo absoluto	Ha estado haciendo esto un poco	Ha estado haciendo esto bastante	Ha estado haciendo esto mucho

1. Me he estado centrando en el trabajo y otras actividades para apartar mi mente de cosas desagradables.	0	1	2	3
2. He estado concentrando mis esfuerzos en hacer algo acerca de la situación en la que estoy.	0	1	2	3
3. Me he estado diciendo a mí mismo "esto no es real".	0	1	2	3
4. He estado tomando alcohol u otras drogas para sentirme mejor.	0	1	2	3
5. He estado consiguiendo apoyo emocional de los demás.	0	1	2	3
6. He estado dejando de intentar hacerle frente.	0	1	2	3
7. He estado dando pasos para intentar mejorar la situación.	0	1	2	3
8. Me he estado negando a creer que esto ha sucedido.	0	1	2	3
9. He estado diciendo cosas para dejar salir mis sentimientos desagradables.	0	1	2	3
10. He estado recibiendo ayuda y consejo de otras personas.	0	1	2	3
11. He estado consumiendo alcohol u otras drogas para ayudarme a superarlo.	0	1	2	3
12. He estado intentando verlo desde otra perspectiva que lo haga parecer más positivo.	0	1	2	3
13. Me he estado criticando a mí mismo.	0	1	2	3
14. He estado intentando dar con alguna estrategia acerca de qué hacer.	0	1	2	3
15. He estado consiguiendo consuelo y comprensión de alguien.	0	1	2	3
16. He estado dejando de intentar afrontarlo.	0	1	2	3
17. He estado buscando algo bueno en lo que está pasando.	0	1	2	3
18. He estado haciendo bromas sobre ello.	0	1	2	3
19. He estado haciendo cosas para pensar menos en ello, como ir al cine, ver la televisión, leer, soñar despierto, dormir o ir de compras.	0	1	2	3
20. He estado aceptando la realidad del hecho de que ha ocurrido.	0	1	2	3
21. He estado expresando mis sentimientos negativos.	0	1	2	3
22. He estado intentando encontrar consuelo en mi religión o creencias espirituales.	0	1	2	3
23. He estado intentando conseguir consejo o ayuda de otros acerca de qué hacer.	0	1	2	3
24. He estado aprendiendo a vivir con ello.	0	1	2	3
25. He estado pensando mucho acerca de los pasos a seguir.	0	1	2	3
26. Me he estado culpando a mí mismo por cosas que sucedieron.	0	1	2	3
27. He estado rezando o meditando.	0	1	2	3
28. He estado burlándome de la situación.	0	1	2	3

Estrategias de afrontamiento y niveles de estrés percibido en familiares de personas que consumen sustancias

Las preguntas en esta escala hacen referencia a sus sentimientos y pensamientos durante el **último mes**. En cada caso, por favor indique con una "X" como usted se ha sentido o ha pensado en cada situación.

	Nunca	Casi nunca	De vez en cuando	A menudo	Muy a menudo
1. En el último mes, ¿con qué frecuencia ha estado afectado por algo que ha ocurrido inesperadamente?	0	1	2	3	4
2. En el último mes, ¿con qué frecuencia se ha sentido incapaz de controlar las cosas importantes en su vida?	0	1	2	3	4
3. En el último mes, ¿con qué frecuencia se ha sentido nervioso o estresado?	0	1	2	3	4
4. En el último mes, ¿con qué frecuencia ha manejado con éxito los pequeños problemas irritantes de la vida?	0	1	2	3	4
5. En el último mes, ¿con qué frecuencia ha sentido que ha afrontado efectivamente los cambios importantes que han estado ocurriendo en su vida?	0	1	2	3	4
6. En el último mes, ¿con qué frecuencia ha estado seguro sobre su capacidad para manejar sus problemas personales?	0	1	2	3	4
7. En el último mes, ¿con qué frecuencia ha sentido que las cosas le van bien?	0	1	2	3	4
8. En el último mes, ¿con qué frecuencia ha sentido que no podía afrontar todas las cosas que tenía que hacer?	0	1	2	3	4
9. En el último mes, ¿con qué frecuencia ha podido controlar las dificultades de su vida?	0	1	2	3	4
10. En el último mes, ¿con qué frecuencia se ha sentido que tenía todo bajo control?	0	1	2	3	4
11. En el último mes, ¿con qué frecuencia ha estado enfadado porque las cosas que le han ocurrido estaban fuera de su control?	0	1	2	3	4
12. En el último mes, ¿con qué frecuencia ha pensado sobre las cosas que le <u>quedan por hacer</u> ?	0	1	2	3	4
13. En el último mes, ¿con qué frecuencia ha podido controlar la forma de <u>pasar</u> el tiempo?	0	1	2	3	4
14. En el último mes, ¿con qué frecuencia ha sentido que las dificultades se acumulan tanto que no puede superarlas?	0	1	2	3	4

Versión 2.0