

RELACIONES **INTERPERSONALES**



Cinthia Cruz del Castillo ■ Ana Paola Ruiz-Celis
Andrea Bravo Doddoli ■ Norma Alicia Ruvalcaba Romero *Editoras*

RELACIONES INTERPERSONALES



Primera edición, 2024

D.R. © 2024, Universidad de Guadalajara,
Centro Universitario de Ciencias de la Salud.
Sierra Mojada 950-Colonia Independencia Oriente.
C.P. 44340, Guadalajara, Jalisco, México.

ISBN: 978-84-10470-27-9

Impreso y hecho en México
Printed and made in Mexico

RELACIONES INTERPERSONALES

Cinthia Cruz del Castillo
Ana Paola Ruiz-Celis
Andrea Bravo Doddoli
Norma Alicia Ruvalcaba Romero

Editoras

Índice

PRESENTACIÓN	13
RELACIONES FAMILIARES	15
CAPÍTULO 1. Prácticas parentales, desregulación emocional y uso problemático del internet en adolescentes <i>Alberto, Leyva, Castañeda, Claudia, Karina, Rodríguez, Carvajal</i>	17
CAPÍTULO 2. Estilos de amor, relación de pareja y neurodesarrollo de niños con nacimiento de alto riesgo <i>María de la Paz Conde-Reyes, Rosalía Jiménez-Quiroz, Valeria Italia González-Sánchez, Diana Eugenia Sánchez-Gómez, Montserrat Alejandra Hernández-Chávez, Angélica Romero-Palencia</i>	31
CAPÍTULO 3. Asociación entre funcionamiento familiar con depresión, ansiedad y satisfacción con la vida en alumnos de escolaridad media <i>Alma Azucena, López-Muñoz, Angélica, Romero Palencia</i>	49
CAPÍTULO 4. Abnegación en cuidadores familiares: Una comparación por sexo. <i>Andrea A. Díaz Ramírez, Maurenn Berenice Hernández Eugenio, Tranquilina Gutiérrez Gómez, Carina Flores Barrios, Azela Angélica De la Cruz Palomo, Florabel Flores Barrios</i>	63
CAPÍTULO 5. Variables que predicen el automanejo en cuidadores familiares de personas con enfermedades crónicas <i>Rodrigo César León Hernández, Claudia Angélica González Santiago, Andrea Cecil Rodríguez Pérez, Daniel Alejandro Álvarez Ramos, María Isabel Peñarrieta de Córdoba, Florabel Flores Barrios</i>	73
CAPÍTULO 6. Efecto de la Pandemia sobre el apoyo social percibido y el afecto positivo y negativo <i>Carolina Espinoza-García y Laura Acuña-Morales</i>	87

CAPÍTULO 36. Predictores de resiliencia en docentes del Estado de México. <i>Margarita Valle Santana, Norma Ivonne González Arratia López Fuentes, Johannes Oudhof Van Barneveld, Alejandra del Carmen Domínguez Espinosa</i>	539
CAPÍTULO 37. El uso de las TIC por los docentes universitarios entre antes y durante la pandemia por COVID-19 <i>Martin Omar Moreno Ruiz, José Ángel Vera Noriega, José Luis Ramírez Romero</i>	533
CAPÍTULO 38. La percepción del riesgo sobre el uso del agua de lluvia en la Ciudad de México. <i>Mireya Jocelyn Gómez Nava, Patricia Ortega Andeane, Cesáreo Estrada Rodríguez</i>	547
CAPÍTULO 39. Efecto mediador de estrategias de afrontamiento entre estrés, ansiedad y depresión en adolescentes <i>Elizabeth Sosa García, Norma Ivonne González Arratia López Fuentes, Johannes Oudhof Van Barneveld, Martha Adelina Torres Muñoz</i>	561

Efecto mediador de estrategias de afrontamiento entre estrés, ansiedad y depresión en adolescentes

Elizabeth Sosa García^{1*}

Norma Ivonne González Arratia López Fuentes^{2**}

Johannes Oudhof Van Barneveld^{3***}

Martha Adelina Torres Muñoz^{4#}

Sustento teórico

La adolescencia se caracteriza por importantes cambios físicos y cognitivos. Estos cambios suelen ser importantes en el desarrollo vital, en esta etapa se construyen las creencias de vida que formarán la personalidad adulta (Gaeta y Martín, 2009), así como nuevas interacciones con los demás, lo cual puede resultar estresante, por tanto, los adolescentes hacen uso de sus recursos para afrontar esta fase. La investigación al respecto indica que la manifestación de alteraciones emocionales se relaciona con niveles altos de estrés, ansiedad y depresión (Sanjuán y Magallanes, 2007).

De acuerdo con Lazarus y Folkman (1986), el estrés es el resultado de la interacción entre el individuo y su entorno, el cual percibe como amenazante y excede sus capacidades, hecho que pone en peligro su bienestar. Éste se relaciona con las estrategias de afrontamiento disponibles en ese instante, así como de emociones percibidas en un tiempo

* Universidad Autónoma del Estado de México. <https://orcid.org/0000-0001-5933-9103>

** Universidad Autónoma del Estado de México. <https://orcid.org/0000-0003-0497-119X>

*** Universidad Autónoma del Estado de México. <https://orcid.org/0000-0003-1265-3052>

Universidad Autónoma del Estado de México. <https://orcid.org/0000-0002-8481-0048>

determinado. Es a través de sus recursos de afrontamiento que busca la forma de reducir el malestar emocional y conservar la armonía psicosocial durante situaciones estresantes (Palet *et al.*, 2023). Por ende, Berra *et al.* (2014) refieren que el estrés en niños y adolescentes es consecuencia de acontecimientos estresantes en áreas académicas y sociales.

Por su parte, Montalvo y Simancas (2019) señalan que una de las etapas de vida en la que se produce mayores niveles de estrés es durante la adolescencia, pues al integrarse a la educación media superior experimentan cambios relacionados con el contexto educativo, debido a las nuevas exigencias y responsabilidades que requieren mayor compromiso. En consecuencia, cuando el adolescente considera que una situación sobrepasa sus capacidades, pensamientos y las emociones serán desfavorables, su esmero y productividad disminuirán, como resultado surgirán el estrés y la ansiedad (Montalvo *et al.*, 2015).

En México, hasta el año 2021 se reportan más de 3.6 millones de personas con ansiedad, lo que representa un problema de salud pública (INEGI, 2021). De acuerdo con Guajardo *et al.* (2021), refieren que la ansiedad se caracteriza por la presencia de preocupación excesiva, tensión y miedo desmedido que produce malestar físico y emocional, y un desgaste importante en las capacidades de la persona.

Con frecuencia la ansiedad suele presentarse como síntoma de la depresión, debido a que diversos trastornos depresivos son consecuencia de una ansiedad crónica que suele anteponerse a las actividades cotidianas y perdurar por tiempo prolongado. Por tanto, la ansiedad y la depresión muchas veces surgen simultáneamente (Basantes *et al.*, 2021).

La depresión afecta aproximadamente al 2.8% de niños menores de 13 años y al 5.6% de los adolescentes en edades de 13 a 18 años. La Organización Mundial de la Salud (OMS, 2019) posicionó a la ansiedad entre las 10 causas más importantes de enfermedad en los adolescentes, hecho que puede deberse a las presiones académicas, sociales, familiares y personales, que a su vez está relacionada con la depresión, suceso que generalmente tiende a ser común en jóvenes estudiantes (Vinicio y Gavilanes, 2023).

La depresión predomina principalmente en las mujeres, en comparación con los hombres, ya que existe una estigmatización de la depresión en

los hombres, y esto puede conducir a que no se expresen los síntomas y convertirse en una conducta de riesgo (Gómez *et al.*, 2023). En México, la depresión ocupa el primer lugar de incapacidad en las mujeres (10.4%) y el noveno en hombres (5.4%), las causas relacionadas con este hecho son los factores biológicos, roles socialmente asociados a las mujeres, por ejemplo: ser madres, quehaceres del hogar, bajo nivel socioeconómico, tener un empleo mal pagado, sufrir violencia, consumo de alcohol o sustancias adictivas (Corea, 2021).

En consecuencia, la pérdida de control ante situaciones de estrés, ansiedad y depresión forma parte de trastornos mentales, puesto que es inevitable generar un estado ansioso o depresivo cuando el individuo detecta que no dispone de estrategias de afrontamiento efectivas para el manejo de estas situaciones; en consecuencia, si los acontecimientos estresantes carecen de dichas estrategias de afrontamiento, el riesgo de que se desencadenen episodios ansiosos y depresivos frecuentes es alta (Chávez *et al.*, 2014).

Con base en el modelo de Lazarus y Folkman (1984), los acontecimientos no son los que generan una respuesta emocional, sino la interpretación que el sujeto hace de dichos acontecimientos. Es así como: “las estrategias de afrontamiento se definen como aquellos esfuerzos cognitivos y conductuales que surgen en respuesta de las demandas externas o internas que son valoradas por el individuo como excedentes de sus recursos” (Lazarus y Folkman, 1984: 141).

El uso de las estrategias de afrontamiento que cada individuo utilice será por la evaluación que haga de la situación, éstas pueden ser productivas cuando disminuyan el estrés, la ansiedad y la depresión a largo plazo, entre ellas se encuentran las estrategias de afrontamiento: 1) centradas en resolver el problema, reflejan la tendencia a resolver los problemas de manera directa, y no productivas cuando hay una reducción de dichos trastornos a corto plazo, que producen un efecto nocivo y no dan una solución determinante al acontecimiento, y 2) estrategias no productivas: orientadas a la evitación y por tanto no darán solución a los problemas (Gaeta y Martín, 2009).

En un estudio realizado por González y Landero (2008), analizaron el efecto de la mediación entre las variables de estrés, ansiedad, depresión y

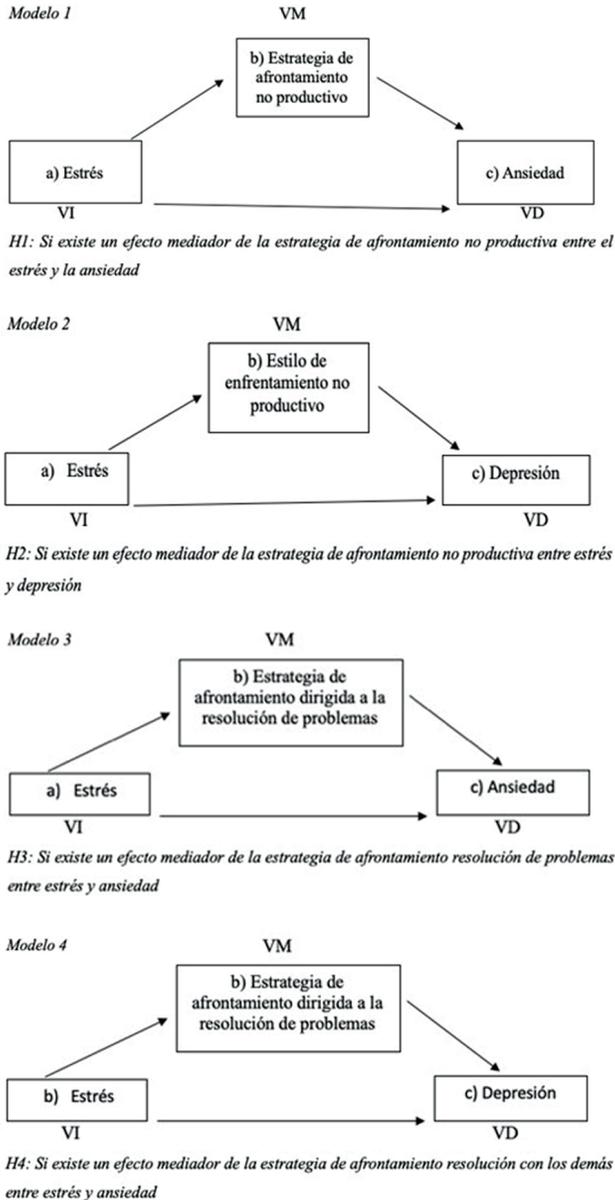
estrategias de afrontamiento en estudiantes universitarios mexicanos. Sus resultados arrojaron que las estrategias de afrontamiento más utilizadas por los estudiantes fueron las dirigidas a la resolución de problemas, las variables estrés, depresión y ansiedad mantuvieron un efecto directo entre ellas, es decir, el estrés antecede la aparición de la ansiedad y de la depresión. En cuanto al efecto de mediación de las estrategias de afrontamiento entre dichas variables, arrojó que aquellos estudiantes que utilizaron estrategias de afrontamiento funcionales dirigidas a la resolución de los problemas, tuvieron un mayor control del estrés, ansiedad, así como reducción de síntomas depresivos y cansancio emocional, en comparación con quienes utilizan estrategias de afrontamiento no productivas (González y Landero, 2008).

Por su parte Jiménez (2023) en su estudio sobre variables predictoras de la ansiedad y la depresión, y la influencia de las estrategias de afrontamiento, mostraron las estrategias de afrontamiento no productivas como: ignorar el problema, falta de afrontamiento, reservarlo para sí mismo, evidencian bajo nivel de utilidad, pues únicamente por un tiempo corto puede reducir la preocupación y angustia; sin embargo, más adelante se producirá un incremento en la sintomatología ansiosa y depresiva. Por lo que el tipo de estrategias de afrontamiento que los adolescentes utilicen ante el estrés, la ansiedad y la depresión tendrá un efecto mediador al incrementar o disminuir los niveles de estas (Ardilla *et al.*, 2013).

Si bien la investigación al respecto señala los efectos de la interacción entre variables, se requiere de analizar debido a la elevada frecuencia de estos trastornos a partir de la pandemia por covid-19, y sobre todo de considerar como situaciones estresantes particularmente aquellas que están relacionadas con factores académicos, familiares y sociales, lo cual podrá contribuir a generar bienestar de los estudiantes. Por lo que los objetivos del presente estudio son: 1) determinar el efecto mediador de las estrategias de afrontamiento no productivo y dirigidas a la resolución de problemas entre estrés y ansiedad, así como depresión; 2) comparar los niveles de estrés, ansiedad y depresión entre hombres y mujeres.

A partir de lo anterior se establecen las hipótesis del estudio (véase Figura 1).

Figura 1. Hipótesis de acuerdo con los modelos de mediación de las variables estrés, ansiedad, depresión y estrategias de afrontamiento



Método

Participantes

Se trata de un estudio de alcance correlacional, de tipo transversal con un muestreo no probabilístico intencional, con un total de 539 participantes. En cuanto al sexo, el 52.5% (283) fueron mujeres y el 47.5% (256) hombres. Respecto a la edad, oscila en un rango de 15 a 18 años ($M = 5.72$, $DE = 1.07$). El 43% (232) pertenecieron al primer semestre, el 35.6% (192) al tercer semestre y el 21.3% (115) de quinto semestre. Los criterios de inclusión fueron: estudiantes de 15 a 18 años, inscritos a la matrícula de la institución, del turno matutino de una institución privada del suroeste del Estado de México. Los criterios de exclusión fueron no aceptar participar en la investigación y que no hayan cumplido el criterio de inclusión. Se realizó un análisis *post hoc*, considerando un tamaño el efecto pequeño (.15, $p = .05$) se obtuvo (1- B error prob = 1) (G^* Power 3. 1. 9. 7).

Instrumentos

Primero se aplicó un cuestionario sociodemográfico para identificar a los participantes por sexo, edad, grado escolar, con quién vivían. Enseguida se aplicaron las escalas de estrés (ASQ-S) de Byrne *et al.* 2007, compuestas por 56 ítems, escala Likert de 1 a 5 y 10 subescalas: 1) vida familiar; 2) rendimiento académico; 3) asistencia escolar; 4) relaciones románticas; 5) presiones de los iguales; 6) interacciones con los maestros; 7) incertidumbre sobre el futuro; 8) conflicto entre escuela y ocio; 9) presiones económicas, y 10) aparición de responsabilidades adultas. La consistencia interna reportada por el autor fue con un alfa de Cronbach de .85 y .93 para este estudio realizado.

También se aplicó la escala de ansiedad de Beck (2001), formada por 21 ítems, una dimensión, escala Likert de 0 a 3. La consistencia interna reportada por el autor con un alfa de Cronbach de .89 y para el presente estudio un alfa de .93 estudio. Se aplicó la escala de depresión de Beck (2001), compuesta por 21 ítems, una dimensión, escala Likert de 0 a 3 y cuatro opciones de respuesta. La consistencia interna reportada por el autor fue de un alfa de Cronbach de .87 y .93 para la presente investigación. La escala de estrategias de afrontamiento (ACS) de Fredenberg *et al.*, 1997,

compuesta por 80 ítems, escala Likert de 1 a 5 y 18 subescalas: 1) buscar apoyo social; 2) concentrarse en resolver el problema; 3) esforzarse y tener éxito; 4) preocuparse; 5) invertir en amigos íntimos; 6) buscar pertenencia; 7) hacerse ilusiones; 8) falta de afrontamiento o no afrontamiento; 9) reducción de la tensión; 10) acción social; 11) ignorar el problema; 12) autoinculparse; 13) reservarlo para sí; 14) buscar apoyo espiritual; 15) fijarse en lo positivo; 16) buscar apoyo profesional; 17) buscar diversiones relajantes, y 18) distracción física. La consistencia interna reportada por el autor con un alfa de Cronbach de .90 y 92 para este estudio.

Procedimiento

Se solicitaron los permisos en la institución académica previo consentimiento y asentimiento informado a los padres y estudiantes. Los alumnos que contestaron las escalas fueron aquellos que aceptaron participar de forma voluntaria, anónima y confidencial. La aplicación de los cuestionarios se llevó a cabo de manera grupal en las aulas de la institución mediante formulario en Google Forms en presencia del profesor en turno y el apoyo de los orientadores para mantener el orden dentro de las aulas, en un tiempo aproximado de 40 minutos por grupo.

Se reportaron los resultados a la institución y se les ofreció el apoyo terapéutico si así lo deseaban por parte de los servicios de atención psicológica (CESPI) en la Universidad Autónoma del Estado de México. Se realizó el análisis de la información obtenida.

Esta investigación no presentó riesgos para los participantes, con base en la Declaración de Helsinki versión 2014 y la regulación para investigación en seres humanos. Fue considerada como una “investigación sin riesgo”, de acuerdo con los aspectos éticos del reglamento de la Ley General de Salud en Materia de Investigación (Gobierno de México, 2014), título segundo, capítulo 1, en donde se pone énfasis en el respeto a la dignidad, integridad y protección de sus derechos.

Se resguardó la privacidad de los participantes, quienes fueron informados de los métodos, objetivos y beneficios de la investigación. El protocolo de investigación cuenta con aval del Comité de Ética de la Facultad de Enfermería de la UAEMÉX (clave: 012/2023) y ante la DEA (DOCCSA-1223).

Análisis de la información

Se realizaron estadísticos descriptivos, medias y desviación estándar, análisis de correlación de r de Pearson para determinar las variables y t de Student para diferencias entre grupos, así como el efecto mediador de las variables y el cálculo del error de d de Cohen. Los análisis se realizaron mediante el programa estadístico SPSS versión 25, extensión Process Macro (Hayes, 2013).

Resultados

Respecto a los niveles de estrés, el 2.4% presentaron un nivel leve, el 25.4% nivel moderado, el 62% nivel severo y el 10.2% nivel grave. Para los niveles de ansiedad, el 16% de los participantes presentaron un nivel leve, el 22.8% nivel moderado y el 38.2% nivel severo. Acerca de los niveles de depresión, el 53.4% de los participantes presentaron un nivel bajo, el 14.8% nivel leve, el 18.2% nivel moderado y el 13.5% nivel severo; en cada una de las puntuaciones de las escalas sobresalieron las mujeres en comparación con los hombres. La estrategia más utilizada por los estudiantes fue la dirigida a la resolución de problemas ($M = 119.94$, $DE = 25.94$), seguida de la estrategia no productiva ($M = 75.12$, $DE = 16.03$) y la estrategia dirigida a la resolución con los demás ($M = 9.16$ y $DE = 3.68$).

Posteriormente se realizó un análisis de r de Pearson entre las variables. Se obtuvieron correlaciones estadísticamente significativas entre las variables estrés y depresión, así como entre la estrategia de afrontamiento no productiva en sentido positivo, lo que indica que, a mayor estrés en los estudiantes mayor es la ansiedad y la depresión, así como a mayor uso de la estrategia de afrontamiento no productiva mayor es el estrés, la ansiedad y la depresión en los estudiantes. Los puntajes totales de ansiedad y depresión se asocian negativamente con la estrategia dirigida a la resolución con los demás, y las dirigidas a la resolución de los problemas, las cuales van de bajas a moderadas (Tabla 1).

Tabla 1. Correlaciones de r de Pearson entre las variables estrés, ansiedad, depresión y estrategias de afrontamiento

<i>Variables</i>	<i>1</i>	<i>2</i>	<i>3</i>	<i>4</i>	<i>5</i>	<i>6</i>
1.Estrés	1					
2.Ansiedad	.36**	1				
3.Depresión	.25**	.69**	1			
4.ERP	.31**	-.04	-.15**	1		
5.ERD	.08	-.13**	-.17**	.39**	1	
6.ENP	.38**	.61**	.62**	.20**	.07	1

Nota: ERP = estrategia de afrontamiento dirigido a la resolución del problema, ERD = estrategia de afrontamiento dirigido a la resolución con los demás, ENP = estrategia de afrontamiento no productivo.

** . La correlación es significativa en el nivel .001 (bilateral).

Posteriormente se realizó un análisis de t de Student para comparar las posibles diferencias por sexo; de este análisis las mujeres obtuvieron medias más altas en comparación con los hombres en cada una de las variables evaluadas. Se comprobó el tamaño del efecto de las diferencias entre cada una de las medias de las variables medidas a través de la d de Cohen (2008). Se reportaron efectos pequeños ($d = .45$) a moderados entre ansiedad y sexo ($d = .46$) y efectos nulos entre la estrategia de afrontamiento dirigida a la resolución de problemas y sexo ($d = .02$), así como entre la estrategia de afrontamiento dirigida a la resolución de problemas entre hombres y mujeres (Tabla 2).

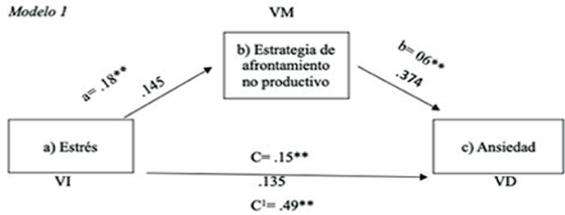
Tabla 2. Medias y DE de la prueba t de Student de las diferencias entre mujeres y hombres

<i>Variables</i>	<i>p</i>	<i>t</i>	<i>M</i> <i>Mujeres</i>	<i>DE</i>	<i>M</i> <i>Hombres</i>	<i>DE</i>
Estrés	<.001	5.24	191.72	30.94	176.97	34.29
Ansiedad	<.001	7.63	26.87	14.29	17.84	13.03
Depresión	<.001	5.33	17.73	12.58	12.34	10.69
ERP	<.001	.25	120.20	25.08	119.64	26.90
ERD	<.001	-.80	9.04	3.54	9.29	3.84
ENP	<.001	6.47	79.22	15.27	70.58	15.66

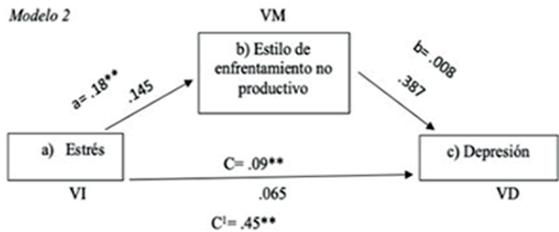
Nota: ERP = estrategia de afrontamiento dirigido a la resolución del problema, ERD = estrategia de afrontamiento dirigido a la resolución con los demás, ENP = estrategia de afrontamiento no productivo.

Respecto al análisis de mediación, se encontró que la estrategia no productiva ejerce un efecto negativo indirecto sobre el estrés y la ansiedad, e incrementa la aparición de la ansiedad. Asimismo, la estrategia no productiva tiene un efecto mediador indirecto entre el estrés y la depresión e incrementa la aparición de la depresión. Respecto a la estrategia de afrontamiento dirigida a la resolución de problemas, disminuye la ansiedad. En tanto que la estrategia dirigida a la resolución de problemas tiene un efecto mediador positivo en la ansiedad y la depresión, ya que reduce significativamente la aparición de la depresión (Figura 2).

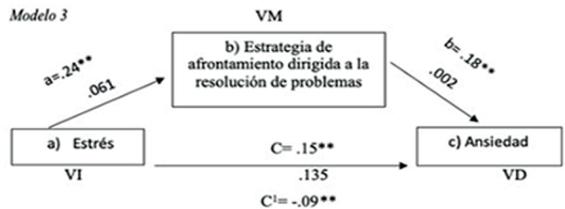
Figura 2. Efecto mediador entre las variables estrés, ansiedad, depresión y estrategias de afrontamiento



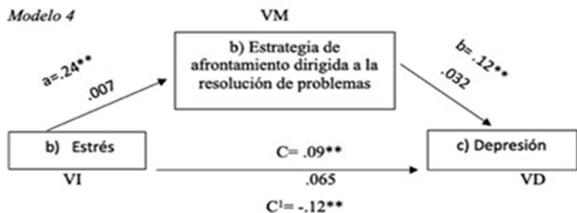
Modelo 1. Efecto mediador entre la estrategia de afrontamiento no productiva (variable mediadora) ante el estrés (variable independiente) y la ansiedad (variable dependiente).



Modelo 2. Efecto mediador entre la estrategia de afrontamiento no productiva (variable mediadora) ante el estrés (variable independiente) y la depresión (variable dependiente).



Modelo 3. Efecto mediador entre la estrategia de afrontamiento dirigida a la resolución de problemas (variable mediadora) ante el estrés (variable independiente) y la ansiedad (variable dependiente).



Modelo 4. Efecto mediador entre la estrategia de afrontamiento dirigida a la resolución de problemas (variable mediadora) ante el estrés (variable independiente) y la depresión (variable dependiente).

Discusión

El presente estudio tuvo como objetivo determinar el efecto mediador de las estrategias de afrontamiento no productivo y dirigidas a la resolución de problemas entre estrés, ansiedad y depresión, así como comparar los niveles de estrés, ansiedad y depresión entre hombres y mujeres. Los datos descriptivos señalan que los participantes manifestaron niveles de moderados a severos de ansiedad y depresión, y graves en estrés, sobresaliendo las mujeres, lo que coincide con resultados similares obtenidos por Morales y Díaz (2021), lo que posiblemente se relaciona con la conducta de los padres y problemas familiares, la presencia de estresores sociales, exigencias académicas, acontecimientos adversos, en especial la percepción cognitiva-afectiva y por lo tanto, la incapacidad de autorregularse, lo que lleva a la necesidad de continuar indagando respecto a estos posibles factores de riesgo. En cuanto a las estrategias de afrontamiento utilizadas, sobresalieron estrategias dirigidas a la resolución de problemas, las mujeres son quienes las utilizan en mayor medida en comparación con los hombres, esto se atribuye a que las mujeres comparten sus problemas y buscan ayuda para solucionarlos, a diferencia de los hombres, que tienden a evadirlos y negarlos, de modo que estos resultados son similares a los de González y Landero (2008).

Se comprobó que la implementación de las estrategias de afrontamiento no productivas tiene un efecto mediador, ya que aumentan los niveles de ansiedad y depresión en los estudiantes, debido a que se posponen las necesidades de ordenar y solucionar activamente las situaciones (Klimenko *et al.*, 2023). En tanto que el uso de las estrategias dirigidas a la resolución de problemas disminuye la ansiedad y la depresión, lo que es similar a Jiménez (2023), ya que consiste en actuar para resolver el problema de forma optimista y tranquilo, enfocándose en tener éxito, fijarse en lo positivo, buscar diversiones relajantes y distracción física, como lo cual es más probable la disminución de los trastornos del estado de ánimo.

Es importante detectar aquellos factores individuales y socioculturales que favorecen la manifestación de síntomas ansiosos y depresivos en los adolescentes, a través de los efectos de las estrategias de afrontamiento para comprender que el estrés no es la causa directa de los problemas

de ansiedad y depresión, sino del tipo de estrategia que se utiliza para afrontar las circunstancias del día a día (González *et al.*, 2018). Estos hallazgos permiten comprobar las hipótesis y son consistentes con Pozos *et al.* (2022), pues el efecto psicológico adverso de un acontecimiento estresante es mediado por las estrategias de afrontamiento y su eficacia, por ello es importante el uso de distintas estrategias funcionales de acuerdo con el acontecimiento.

Por tanto, las estrategias de afrontamiento favorecen la disminución de la sintomatología ansiosa y depresiva, y propician la salud mental del individuo, esto dependerá de su uso (Velo *et al.*, 2010). En cuanto a las diferencias por sexo, se confirma que las mujeres presentan mayor estrés, ansiedad y depresión (González *et al.*, 2008). De acuerdo con los resultados de Cabanach *et al.* (2013), son las mujeres quienes suelen utilizar con mayor frecuencia estrategias para resolver los problemas en comparación con los hombres, quienes actúan en lugar de preocuparse, lo que lleva a pensar que el uso de estrategias adaptativas y funcionales tienen que ser aún más eficaces para una mayor regulación de sus estados de ánimo, por ello es indispensable dar un seguimiento al respecto para verificar si se mantiene esta tendencia.

Entre los límites del estudio, están el tipo de muestreo y el hecho de ser un estudio transversal, que representa ser cautelosos en las conclusiones y dar una dirección futura hacia la implementación de programas psicoeducativos en apoyo de la salud mental para promover y asegurar el bienestar emocional y mental.

Referencias bibliográficas

- Ardilla, Y., Lara, C., y Perugache, A. (2013). Relación entre niveles de depresión y estrategias de afrontamiento en mujeres con riesgo gestacional. *Universidad y Salud*, 15(2), 150-164.
- Basantes, D., Villavicencio, L., Alvear, L., Arteño, R., y Valdés, E. (2021). Ansiedad y depresión en adolescentes. *Revista Boletín Redipe*, 10(2), 182-189. <https://doi.org/10.36260/rbr.v10i2.1205>

- Cabanach, R., Fariña, F., González, C., y Del Mar Ferradas, P. (2013). Diferencias en el afrontamiento del estrés en estudiantes universitarios hombres y mujeres. *European Journal of Education and Psychology*, 6(1), 19-32.
- Chávez, M., Contreras, O., y Velázquez, M. (2014). Afrontamiento y depresión: Su relación con pensamiento constructivo y no constructivo en universitarios. *Revista Intercontinental de Psicología y Educación*, 16(2), 31-49. [https://doi.org/10.1016/1569-1993\(6\)80332-2](https://doi.org/10.1016/1569-1993(6)80332-2)
- Corea, M. (2021). La depresión y su impacto en la salud pública. *Revista Médica Hondureña*, 89(1), 51-68. <https://doi.org/10.5377/rmh.v89iSupl.1.12047>
- Gaeta, M., y Martín, P. (2009). Estrés y adolescencia: Estrategias de afrontamiento y autorregulación en el contexto escolar. *Revista de Humanidades*, 25, 327-344.
- Gobierno de México. (2014). Reglamento de la Ley General de Salud en Materia de Investigación para la Salud. *Diario Oficial de la Federación*. <https://www.gob.mx/conamer/prensa/reglamento-de-la-ley-general-de-salud-en-materia-de-investigacion-para-la-salud>
- Gómez, M., Salvatierra, B., Sánchez, G., y Ramírez, D. (2023). Factores relacionados con la sintomatología depresiva en mujeres en edad reproductiva de Chiapas, México. *Acta Universitaria*, 33, 3609. <https://doi.org/10.15174/au.2023.3609>
- González, M., y Landero, R. (2008). Confirmación de un modelo explicativo del estrés y de los síntomas psicósomáticos mediante ecuaciones estructurales. *Revista Panamericana de Salud Pública*, 23(1). <https://doi.org/10.1590/S1020-49892008000100002>
- González, S., Pineda, A., y Gaxiola, J. (2018). Depresión adolescente: Factores de riesgo y apoyo social como factor protector. *Pontificia Universidad Javeriana*, 17(3), 1-10. <https://doi.org/10.11144/Javeriana.upsy17-3.daftr>
- Guajardo, E., Rivera, M., y Solís, A. (2021). Ansiedad en estudiantes de nivel medio superior universitario y estrategias de afrontamiento. *European Scientific Journal, ESJ*, 17(12), 73. <https://doi.org/10.19044/esj.2021.v17n12p73>

- Hayes, A. (2013). Introducción a la mediación, moderación y análisis de procesos condicionales: Un enfoque basado en regresión. *Journal of Educational Measurement*, 51(3), 335-337. <https://doi.org/10.1111/jedm.12050>
- Jiménez, R. (2023). Influencia de la ansiedad y depresión en las estrategias de afrontamiento frente al estrés en adolescentes de Lima Norte. *PsiqueMag: Revista Científica Digital de Psicología*, 12(1), 45-57. <https://doi.org/10.18050/psiquemag.v12i1.2464>
- Klimenko, O., Hernández, N., Álvarez, J., y Paniagua, K. (2023). La ansiedad y su relación con las estrategias de afrontamiento en una muestra de universitarios en el marco de la pandemia de covid-19. *Revista Psicoespacios*, 17(30). <https://doi.org/10.25057/21452776.1503>
- Lazarus, R., y Folkman, S. (1986). Procesos de estrés y sintomatología depresiva. *Revista de Psicología Anormal*, 95(2), 107-113. <https://doi.org/10.1037/0021-843X.95.2.107>
- Montalvo, A., y Simancas, M. (2019). Estrés y estrategias de afrontamiento en educación superior. *Panorama Económico*, 27(3), 665-674. <https://doi.org/10.32997/2463-0470-vol.27-num.3-2019-2586>
- Montalvo-Prieto, A., Blanco-Blanco, K., Cantillo-Martínez, N., Castro-González, Y., Downs-Bryan, A., y Romero-Villadiego, E. (2015). Estrés académico en los estudiantes del área de la salud en una universidad pública, Cartagena-Colombia. *Rev.cienc.biomed.*, 6(2), 309-318. <https://doi.org/10.32997/rcb-2015-2959>
- Morales, M., y Díaz, D. (2022). Variables personales y contextuales predictoras de salud mental en adolescentes: Estrés, ansiedad, depresión e impulsividad. *Revista de Ciencias Sociales y Humanidades*, 7(33). <http://doi.org/10.46652/rgn.v7i33-955>
- Organización Mundial de la Salud. (2019). *Salud mental en adolescentes*.
- Palet, D., Juica, N., Puellas, H., Layana, N., Munizaga, R., Román, F., y Haeger, P. (2023). Estrés, estrategias de afrontamiento y consumo de alimentos no saludables durante la pandemia de covid-19 en estudiantes universitarios. *Revista Chilena de Nutrición*, 50(3), 305-311. <http://dx.doi.org/10.4067/s0717-75182023000300305>
- Pozos, R., Preciado, M., Plascencia, C., Acosta, M., y Aguilera, M. (2022). Estrategias de afrontamiento ante el estrés de estudiantes

de medicina de una universidad pública en México. *Investigación en Educación Médica*, 11(41), 18-25. <https://doi.org/10.22201/fm.20075057e.2022.41.21379>

Sanjuán, P., y Magallanes, A. (2007). Estilos explicativos y estrategias de afrontamiento. *Clínica y Salud*, 18(1), 83-98.

Veloso, C., Caqueo, W., Caqueo, A., Muñoz, Z., y Villegas, F. (2010). Estrategias de afrontamiento en adolescentes. *Revista Fractal de Psicología*, 221(1). <https://doi.org/10.1590/S1984-02922010000100003>

Vinicio, R., y Gavilanes, F. (2023). Ansiedad y calidad de vida en estudiantes universitarios. *Revista Latinoamericana de Ciencias Sociales y Humanidades*, 4(2). <https://doi.org/10.56712/latam.v4i2.774>

Las dinámicas interpersonales son cruciales para entender el bienestar social y personal, especialmente en un país como México, donde los problemas de violencia, desigualdad y fragmentación social son prominentes. Este libro examina las relaciones familiares, de pareja, laborales y comunitarias desde un enfoque interdisciplinario, resaltando su papel esencial en la prevención de violencias y la reconstrucción del tejido social mediante intervenciones psicosociales.

Los capítulos exploran cómo las relaciones afectan el desarrollo emocional y psicológico, actuando tanto como fuente de conflicto como de crecimiento. Se abordan contextos donde se requiere cuidado a poblaciones vulnerables, la prosocialidad, y las interacciones digitales o de pareja contemporáneas. Además, se reflexiona sobre el impacto de las normas de género, subrayando cómo estas perpetúan desigualdades y proponiendo relaciones más equitativas y respetuosas.

Asimismo, se destacan las relaciones laborales y ambientales como claves para una sociedad más justa, señalando la necesidad de condiciones laborales adecuadas y acceso a recursos esenciales. Este libro ofrece estudios que promueven intervenciones basadas en la empatía, autorregulación y apoyo social, esenciales para enfrentar la violencia y fortalecer los lazos comunitarios. En conjunto, es una contribución relevante para promover una sociedad equitativa, segura y solidaria en Latinoamérica.

ISBN 978-84-10470-27-9



9 788410 470279



UNIVERSIDAD DE
GUADALAJARA
Red Universitaria e Institución Benemérita de Jalisco