

Estudio descriptivo de los sucesos de vida estresores en adolescentes

Descriptive study of stressful life events in adolescents

Gabriela Méndez

Unidad Educativa Sudamericano

Marco Guamán

Universidad de Cuenca.

Wilson Sigüenza

Universidad Técnica Particular de Loja

Antonio Espinoza

Universidad de Cuenca.

Autores para correspondencia: wgsiguenza@utpl.edu.ec, antonio.espinoza@ucuenca.edu.ec
marco.guamana.@ucuenca.ec

Fecha de recepción: 13 de Octubre 2017 - Fecha de aceptación: 15 de Febrero de 2018

Resumen: La adolescencia es una de las etapas de desarrollo en la que se experimentan problemas y dificultades que amenazan la armonía física y mental de los jóvenes en su entorno social. Uno de estos problemas son los sucesos estresantes que vivencian los adolescentes en este periodo de transición, reflejados en; consumo exagerado de alimentos, alcoholismo, vandalismo entre otros. Ante estas situaciones el presente estudio tuvo como objetivo principal determinar los sucesos de vida estresantes en estudiantes de bachillerato de una institución educativa de la ciudad de Cuenca. El enfoque utilizado fue cuantitativo con un tipo de diseño descriptivo, el muestreo fue probabilístico y la muestra estuvo conformada por 115 adolescentes de ambos sexos entre 16 y 18 años de edad. El instrumento utilizado fue el cuestionario de exploración de factores de estrés: Sucesos de Vida, de Lucio y Durán del 2004. Los sucesos de vida estresantes positivos más comunes que se registraron fueron: “Mejoraron mis relaciones con otras personas” 73.91%, “Conocí nuevos amigos” 69.56%, “Comparto más tiempo con mis amigos(as) o compañeros(as)” 68.69%. Respecto a los sucesos de vida estresantes negativos, los más frecuentes fueron: “Me deprimí” 57.39 %, “No he podido conseguir lo que he querido” 56.52%, “Tuve una desilusión amorosa” 54.78 %. También se destacan áreas negativas como el área familiar con un 39.13%, social con el 28.69% y de salud con el 26.95%, cuya prevalencia representan un mayor nivel de riesgo de alteraciones emocionales.

Palabras Claves: adolescencia; sucesos estresantes; estrés; desarrollo

Abstract: Adolescence is one of the stages of development in which problems and difficulties that threaten the physical and mental harmony of young people in their social environment are experienced. One of these problems are the stressful events experienced by adolescents in this period of transition, reflected in; excessive consumption of food, alcoholism, vandalism among others. Given these situations, the main aim of this study was to determine the life events stressful in high school students of an educational institution in the city of Cuenca. The approach used was quantitative with a type of design descriptive, sampling was probabilistic and the sample consisted

of 115 adolescents of both sexes between 16 and 18 years of age. The instrument used was the questionnaire for the exploration of stress factors: Life Events, by Lucio and Durán, 2004. The most common positive stressful life events recorded were: "Improved my relationships with other people" 73.91%, "I met New friends" 69.56%, "I share more time with my friends or partners" 68.69%. Regarding the life events negative stressful, the most frequent were: "I got depressed" 57.39%, "I could not get what I wanted" 56.52%, "I had a love disappointment" 54.78%. Negative areas such as the family area with 39.13%, social with 28.69%, and health with 26.95% are also highlighted, whose prevalence represents a higher level of risk of emotional alterations.

Key Words: adolescence; stressful life events; stress; development

Introducción

La familia, la sociedad y la cultura tienden a perfilar la interacción y el accionar de los seres humanos según el contexto en el que se desarrolla. Cuando estos espacios son difusos y alterados, los sujetos tienden a adoptar comportamientos, pensamientos y emociones según su realidad de interacción, situación que se torna contraproducente y dañina para su salud, según Plunkett (2000). Esto se debe a que tales hitos cuentan con el potencial suficiente para producir tensión y malestar en las personas, más aun si se encuentran atravesando la adolescencia. Florez (2014), concuerda con Plunkett (2000), al mencionar que los cambios biopsicosociales que se experimentan en la adolescencia incrementan la probabilidad de atravesar por episodios estresantes.

El estrés al decir de Armendáriz et al. (2012), es un proceso adaptativo fundamental para la subsistencia de los organismos, cuando este percibe y convierte las situaciones amenazantes como oportunidades de aprendizaje y de reorganización cognitiva. Según Seiffge-Krenke (1998) y Gore & Eckenrode (2000), el estrés puede ser percibido de dos maneras, por un lado, cuanto es visualizado como la reorganización de patrones conductuales que posibilitan el sobrellevar exitoso de los eventos estresores es considerado como un suceso estresante normativo. No obstante, cuando el estrés altera la homeostasis psíquica individual de los sujetos, originando la pérdida del control sobre la situación presente es denominado suceso estresante no normativo, caracterizado por ser eventos abrumadores, difíciles de predecir y que cuentan con la probabilidad de producir un desajuste crítico sobre todo en la población adolescente.

La adolescencia es una etapa de desarrollo, cuya cotidianidad se caracteriza por atravesar situaciones estresantes que rompen con la armonía mental alterando la conducta e interacción con el entorno social (Salotti, 2006). Autores como Gómez y Durán (2003), y Armendáriz et al. (2012), consideran que las situaciones estresantes en la adolescencia se encuentran relacionadas con: el área familiar (dinámica familiar del adolescente), el área social (pautas de interrelación entre el joven y las personas de su ambiente familiar-escolar), el área personal (circunstancias que refieren la condición física, vida emocional y sexual), el área de problemas de la conducta (problemas en relación con personas y la violación de normas), el área de logros y fracasos (alcance exitoso y/o fallido de metas y pérdidas materiales), el área de salud (salud afectada por estilos de vida) y con el área escolar (percances en el contexto). Esto es corroborado por la UNICEF (2012), y la OMS (2015), que indican que durante el término de la infancia y principios de la adolescencia la salud mental se encuentra amenazada por diversos acontecimientos

socioculturales al igual que transformaciones biopsicosociales que desestabilizan la simetría emocional de los jóvenes.

Los diversos estresores que se manifiestan en la etapa de la adolescencia pueden promover estilos de vida perjudiciales como: el consumo exagerado de alimentos, el abuso de café, tabaco, alcohol, drogas, suicidio, homicidio entre otros (Águila et al. 2014). Estas situaciones son evidenciadas en diferentes investigaciones como las de Orlandini (1986), como se citó en Orlandi (2012), cuyos resultados registraron circunstancias estresantes en adolescentes como; relaciones sentimentales insatisfactorias (56%), represión sexual (52%), abusos sexuales (41%), celos de pareja (14%), represión escolar (11%), represión policial (2%), victimado por perversos sexuales (5%), trastorno por incesto (3%) y violación (2%). El estudio de González & Forteza (1996), como se citó en Serrano & Flores (2005), refiere que los adolescentes varones reportan mayor incidencia de estresores familiares (problemas con los padres, calificaciones y nuevos hermanos), sociales (victimarios de críticas, ofensas), y en relación a su sexualidad (prejuicios, problemas de pareja). Mientras que las mujeres evidencian concentración sobresaliente de estrés en cuanto a las áreas familiar y social.

Según García, Tornel et al. (2011), el surgir de distintos conflictos y acontecimientos al mismo tiempo como: la búsqueda de identidad, el desarrollo de necesidades emocionales, su notorio cambio biológico y la relación con las normas del ambiente social generan situaciones estresantes que pueden repercutir en su dimensión psicológica. Los adolescentes experimentan cambios esenciales en todos los aspectos de su vida y su habilidad para hacerlo depende no solo de su fuerza intrínseca o del apoyo externo, sino también del momento en el que se presentan los estresores.

La adolescencia es una fase de transición y adaptación, cuyos efectos de inquietud y ansiedad inciden significativamente en su forma de percibir eventos vitales. Resulta fundamental según Jiménez, Amaríz, & Valle (2012), que los jóvenes dispongan de un variable y flexible uso de habilidades de afrontamiento, es decir, estrategias conductuales y cognitivas que permitan una acomodación factible del medio que permita comprender y superar preocupaciones relacionadas con los ámbitos: personal, familiar, social, escolar y afectivo.

En definitiva, los sucesos estresantes que se vivencian en la adolescencia son factores que motivan a la realización de este estudio, con la finalidad de determinar los sucesos de vida estresantes en adolescentes de bachillerato de una institución educativa de la ciudad de Cuenca. Pues se pretende estructurar posteriores investigaciones que tengan como propósito mejorar el bienestar de los adolescentes. Resulta muy útil según Walsh & Osipow (1990), medir los sucesos de vida estresantes ya que se puede orientar al diseño de programas con adolescentes que contribuyan a modificar sus percepciones y la forma de enfrentar los sucesos de vida adversos a fin de fortalecer la resiliencia y formas de afrontamiento constructivas y saludables. Los elementos subjetivos ayudan al adolescente, a entender su conducta desde su propio punto de vista (Gore & Eckenrode, 2000).

Métodos

Población de estudio

En esta investigación se trabajó con una población de 138 estudiantes de primero, segundo, y tercero de bachillerato de una institución educativa de la ciudad de Cuenca, de la provincia del Azuay-Ecuador. Los participantes fueron seleccionados mediante un muestreo aleatorio. El estudio fue descriptivo, transversal cuyo objetivo fue determinar los sucesos de vida estresantes en los estudiantes de bachillerato.

Muestreo y muestra

De acuerdo a listados oficiales de establecimientos educativos de instrucción secundaria, proporcionados por los distritos de educación 0101 y 0102, Zona 6 del Ministerio de Educación, en el cantón Cuenca existen alrededor de 90 instituciones educativas fiscales de nivel secundario. Todas ellas cuentan con bachillerato general unificado (BGU). Para el muestreo se utilizó el software “EPI INFO” (Destrezas Recolección de datos y análisis), cuyo nivel de confianza (N.C.) fue de 99% y un margen de Error (M.E.) de 5%, que dio como resultado 115 participantes de los cuales 59 eran hombres (51.3%) y 56 eran mujeres (49.6%).

Instrumento para la recolección de la información

La recolección de los datos fue posible mediante la aplicación de una ficha sociodemográfica, y la aplicación del cuestionario “Sucesos de Vida” de Lucio y Durán (2004), estructurado por 129 reactivos que evalúan siete áreas: Familiar, Social, Personal, Problemas de conducta, Logros y fracasos, Salud y Escolar, además el instrumento contempla una pregunta abierta y su respectiva hoja de respuestas.

Procedimiento de la recolección de la información

El estudio se desarrolló en cuatro etapas: En primer lugar, se visitó a la institución educativa para registrar datos generales de las autoridades, y el número aproximado de estudiantes de bachillerato. En un segundo momento, se entregó un oficio al rector solicitando la aplicación de instrumento de investigación. Como tercera etapa, se desarrolló un pilotaje de la encuesta a 60 estudiantes de edades de 15 y 18 años pertenecientes a una institución educativa de la ciudad de Cuenca diferente a la de esta investigación, los resultados del pilotaje evidenciaron un Alpha de Crombach de la encuesta de 0.755 lo que permitió constatar la validez del instrumento. Finalmente se aplicó el instrumento de evaluación para “Determinar los sucesos de vida estresores más frecuentes en adolescentes”. La aplicación tuvo lugar una vez seleccionado aleatoriamente los participantes, procurando un equilibrio entre el número de hombres y mujeres pues ello correspondería a la determinación muestral.

Procedimiento de análisis de los datos

El análisis de los resultados se dio en dos fases. En la primera fase se realizó un diagnóstico manual de las encuestas, empleando las plantillas de corrección de cada una de siete áreas. Las plantillas poseen un número determinado de ítems según el área a valorar, así como la respectiva valoración a los eventos estresores. Estas puntuaciones son: Suceso Normativo

Positivo (1), Suceso No Normativo Positivo (2), Suceso Negativo (3), y Suceso No Normativo Negativo (5).

La sumatoria de las valoraciones de acuerdo a su formalidad (Suceso Estresante Positivo, Suceso Estresante Negativo) da como resultado una puntuación natural que es registrada según el sexo en la hoja perfil del cuestionario.

Esta información fue emigrada a una matriz de datos en Microsoft Excel, preparada con anterioridad, considerando la puntuación de cada uno de los cuestionarios en las diferentes áreas y su nivel de riesgo. Se ingresó en la base de datos cada uno de los sucesos de vida presentes en el cuestionario por cada área, con la finalidad de identificar; los sucesos de vida estresantes más frecuentes en la población estudiada. Se obtuvo un total de participantes que se identificaban con cada una de las áreas presentadas por el cuestionario sucesos de vida. Posteriormente la información fue transformada a porcentajes. Respecto a las áreas de estudio propuestas en el cuestionario “Sucesos de Vida”, los autores Lucio y Durán, describen su consistencia.

- Área Familiar (Fam). Contiene sucesos relacionados con la comunicación y formas de interacción de los miembros de la familia con el joven.
- Área Social (Soc). Investiga los roles que este desempeña en los grupos.
- Área Personal (Per). Comprende los eventos relativos a la vida emocional, sexual, pasa tiempos, cambios físicos y psicológicos del adolescente.
- Área de problemas de conducta (Pco). Incluye desde normas relacionadas con la escuela, hasta aquellas que implican problemas legales.
- Área de logros y fracasos (LyF). Esta sección explora el alcance o no de metas del adolescente en diferentes actividades de su vida, así como pérdidas materiales.
- Área de Salud (Sal). Incluye situaciones relacionadas con hábitos e higiene personal.
- Área Escolar (Esc). Concerniente al desempeño académico, su relación con maestros y compañeros, con cambios dentro del ámbito escolar.

Resultados

Los resultados obtenidos de la población en estudio evidencian vulnerabilidad sobre todo en las dimensiones Social, Logros y Fracasos, Personal y el área Escolar. Estas difieren significativamente de las áreas Familiar, Problemas de conducta y Salud.

Tabla 1. Sucesos de vida estresantes para el área social

ÁREA SOCIAL	N	PORCENTAJE
Mejoraron mis relaciones con otras personas	85	73.91%
Conocí nuevos amigos(as)	80	69.56%
Comparto más tiempo con mis amigos(as) o compañeros(as)	79	68.69%
Tuve un reencuentro con mis amigos(as)	71	61.73%
Conocí a alguien que me da buenos consejos	69	60.00%
Empecé a tener novio(a)	63	54.78%
Participé en un evento deportivo	49	42.60%
Dejé de frecuentar malas compañías	41	35.65%

Cambié de novio(a)	34	29.56%
Ingresé a un nuevo equipo de juego	28	24.34%
Mejoraron las relaciones con mi novio(a)	21	18.26%
Dejé de ver a algunos amigos(as)	53	46.08%
Fui asaltado(a) o golpeado(a)	46	40.00%
Rompí con mi novio(a)	37	32.17%
Se fue mi mejor amigo(a) (se cambió)	34	29.56%
Murió un(a) amigo(a) cercano(a)	33	28.69%
Empeoraron las relaciones con mi novio(a)	31	26.95%
Empeoraron las relaciones con mis amigos(as)	25	21.73%
Me empecé a juntar con malas compañías	21	18.26%
Un amigo(a) de la familia se suicidó	15	13.04%
Un amigo(a) de la familia está muriendo	10	8.69%

En lo que concierne al área social, se registró una prevalencia de sucesos estresantes positivos, no obstante, también figuran sucesos estresantes negativos siendo el principal, Deje de ver a algunos amigo/as (46.08%), Fui asaltado/a o golpeado/a (40%) y Rompi con mi novio/a (32.17%). Probablemente esto se debe según Rice (2000), como se citó en Fragoso & Alcantara, (2012) a que existen en la adolescencia, seis necesidades importantes como son, la necesidad de formar relaciones afectivas significativas y satisfactorias, necesidad de ampliar las amistades de la niñez conociendo a personas de diferente condición social, experiencias e ideas.

Tabla 2. Sucesos de vida estresantes para el área Logros y Fracasos

ÁREA DE LOGROS Y FRACASOS	N	PORCENTAJE
Tuve un logro personal sobresaliente	64	55.65%
Salí de vacaciones	44	38.26%
Gané un premio deportivo importante	37	32.17%
Saqué mi certificado	16	13.91%
Dejé de consumir drogas	11	9.56%
Deje de robar	8	6.95%
Conseguí mi primer empleo de tiempo completo	6	5.21%
Obtuve mi permiso o licencia de manejo	5	4.34%
No he podido conseguir lo que he querido	65	56.52%
Tuve un fracaso (en la escuela, deportes o alguna otra actividad)	47	40.87%
Perdí algo muypreciado	47	40.87%
Abandoné mi trabajo	10	8.69%
Perdí mi empleo	4	3.478%

De la dimensión logros y fracasos, se refieren los ítems, No he podido conseguir lo que he querido (56.52%), Tuve un fracaso y Perdí algo muypreciado (40.87%) como estresores negativos con mayor prevalencia en los participantes. Posiblemente esto se encuentra relacionado con el afán propio de la adolescencia en conseguir lo propuesto pues ello está

sustentado en la premisa del “todo o nada” por lo que desarrollan habilidades, ejecutan valores aprendidos en la infancia y en general se esfuerzan sin considerar limitaciones (UNICEF, 2002).

Tabla 3. Sucesos de vida estresantes para el área personal

ÁREA PERSONAL	N	PORCENTAJE
Tengo más responsabilidades	67	58.26%
Empiezo a cambiar físicamente	60	52.17%
Tengo más libertades	50	43.47%
Tuve relaciones sexuales por primera vez	33	28.69%
La curiosidad sexual me llevó a mi primera relación sexual	29	25.21%
Menstrué por primera vez	26	22.60%
Empecé a trabajar medio tiempo	20	17.39%
Me deprimí	66	57.39%
Tuve una desilusión amorosa	63	54.78%
No duermo lo suficiente	63	54.78%
Casi no tengo tiempo libre	56	48.69%
No tengo dinero	53	46.08%
Tuve cambios negativos en mi forma de ser	49	42.60%
Siento rechazo de algunos maestros	28	24.34%
He pensado en matarme	18	15.65%
Abusaron sexualmente de mí o fui violada(o)	8	6.95%
Soy lastimado(a) o alguien abusa de mí físicamente	8	6.95%
Tuve un aborto provocado (si eres mujer) o mi novia tuvo un aborto provocado (si eres hombre)	8	6.95%
Me embaracé (si eres mujer)	6	5.21%
Tuve un hijo	5	4.34%
Me casé	3	2.60%
Tuve contacto sexual con una persona de mí mismo sexo	1	0.87%

Entorno al área personal, pudo registrarse el predominio de eventos estresores negativos como depresión (57.39%), desilusión sentimental y descanso insuficiente (54.78%). Martínez (2012), explica que tales acontecimientos surgen por los varios cambios que se experimentan en esta etapa, a nivel biológico con los cambios sexuales primarios y secundarios, el cognitivo con su razonamiento abstracto e idealista y el psicosocial con el anhelo de demostrar que son capaces, fuertes e independientes.

Tabla 4. Sucesos de vida estresantes para el área Escolar

ÁREA ESCOLAR	N	PORCENTAJE
Empecé la secundaria o la preparatoria	62	53.91%
Participé en un evento académico	52	45.21%
Tuve problemas en la escuela con algún(os) maestro(s)	56	48.69%
Reprobé un examen o un curso importante	14	12.17%

Reprobé o repetí un año escolar	12	10.43%
Abandoné la escuela	4	3.47%

En lo que refiere al área escolar, se registró una mayor prevalencia de sucesos estresores positivos, los cuales no se diferencian significativamente de los estresores negativos como, Tuve problemas en la escuela con algún maestro (48.69%), Reprobé un examen o un curso importante (12.17%) y, Reprobé o repetí un año escolar (10.43%). Esto permite inferir que en tanto ingresan al bachillerato se sienten motivados por involucrarse en el ámbito académico y desempeñarse como estudiantes de preparatoria.

Tabla 5. Sucesos de vida estresantes para el área familiar

ÁREA FAMILIAR	N	PORCENTAJE
Me dieron permiso de salir con un(a) muchacho(a) por primera vez	36	31.30%
Nacimiento de un hermano	29	25.21%
Mis abuelos vinieron a vivir por primera vez en mi casa	14	12.17%
Mis papás, que estaban separados, se volvieron a casar o volvieron a vivir juntos	7	6.08%
Tuve serios desacuerdos con mi papá (mamá) o con ambos	57	49.56%
Disminuyeron los ingresos de la familia	50	43.47%
No me dan permiso de salir con mis amigos	41	35.65%
Me castigaron injustamente	38	33.04%
Un miembro de la familia tiene una enfermedad grave	36	31.30%
Se murió mi mascota	29	25.21%
Mi mamá empezó a trabajar fuera de casa	28	24.34%
Muerte de algún(a) abuelo(a)	28	24.34%
Mi mascota se enfermó	28	24.34%
Empecé a realizar una actividad que no me gustaba, sólo por darle gusto a mis papás	24	20.87%
Los pleitos entre mis papás empeoraron	22	19.13%
Fui golpeado por algún miembro de mi familia	22	19.13%
El trabajo de mi papá cambió y está más tiempo fuera de casa	21	18.26%
Mi papá o mamá fue hospitalizado(a) por una enfermedad seria	19	16.52%
Mis padres se separaron o divorciaron	18	15.65%
Mi padre tuvo una enfermedad importante o estuvo enfermo por un largo período	18	15.65%
Mi padre se fue de la casa	14	12.17%
Un miembro de la familia se está muriendo	14	12.17%
Algún hermano(a) se fue de la casa	12	10.43%

Un miembro de la familia se suicidó	12	10.43%
Mi papá tuvo un problema emocional que requirió tratamiento	12	10.43%
Mi mamá perdió su trabajo	11	9.56%
Mi mamá tuvo un problema emocional que requirió tratamiento	11	9.56%
Mi papá perdió su trabajo	10	8.69%
Una hermana soltera se embarazó o un hermano soltero embarazó a una chica.	10	8.69%
Mi papá fue enviado a prisión por un año o más	9	7.82%
Mi hermano(a) fue encarcelado(a)	6	5.21%
Un(a) hermano(a) fue hospitalizado(a) por una enfermedad seria	6	5.21%
Me fui de la casa	6	5.21%
Mi papá se casó de nuevo	5	4.34%
Mi madre se fue de la casa	4	3.47%
Mi mamá se casó de nuevo	4	3.47%
Murió un(a) hermano(a)	4	3.47%
Mi mamá fue enviada a prisión por un año o más	3	2.60%
Murió mi papá	3	2.60%
Murió mi mamá	3	2.60%
Me corrieron de la casa	2	1.73%

Referido al área familiar, los participantes afirman haber experimentado más sucesos de vida estresantes negativos que positivos. Así lo confirma el 49.56% de prevalencia entorno a desacuerdos con los padres, un 43.47% respecto a la disminución de los ingresos familiares y el 35.65% referente a negaciones de permisos para salir con amigos. Respecto a ello, Martínez, Cumsille & Molina (2009) explican que esto sería resultado del desarrollo psicoafectivo adolescente, caracterizado por el adquirir paulatino de autonomía, empoderamiento y toma creciente de decisiones que generan un distanciamiento de los padres.

Por su lado, la disminución de ingresos familiares figura como un estresor en medida de que entre marzo del 2015 y marzo del 2016 según el Instituto Nacional de Estadísticas y Censos (INEC) en el Ecuador la tasa de desempleo de 282. 967 casos, ascendió a 448.990 desempleados.

Tabla 6. Sucesos de vida estresantes para el área de Problemas de Conducta

ÁREA DE PROBLEMAS DE CONDUCTA	N	Porcentaje
Me peleé en la escuela	43	37.39%
Me fui de pinta (me rancle)	40	34.78%
Perdí la calma y le hice daño a alguien	39	33.91%
Me sorprendieron haciendo trampa	32	27.82%
Tomé drogas	23	20.00%
Provoqué un accidente	12	10.43%
Estoy en libertad condicional	11	9.56%
Robé algo valioso	9	7.82%
Estuve condicionado(a) en la escuela	9	7.82%

Me suspendieron de la escuela	7	6.08%
Me castigaron por haber robado	6	5.21%
Me expulsaron de la escuela o de algún curso	2	1.73%
Fui encarcelado por robar	2	1.73%

En lo que respecta a la dimensión Problemas de conducta, los sucesos estresantes positivos, me peleé en la escuela (37.39%), me fui de pinta (34.78%) y el hacer daño a alguien (33.91%) evidencian supremacía. Seguramente esto se debe según Fernández y Olmedo (1999), a que los trastornos del comportamiento perturbador en la adolescencia engloban oposición a normas sociales y a avisos de las figuras de autoridad, cuya consecuencia es el malestar crónico en la convivencia sostenida entre padres, profesores, compañeros de clase y personas desconocidas.

Tabla 7. Sucesos de vida estresantes para el área Salud

ÁREA DE SALUD	N	PORCENTAJE
Dejé de fumar	29	25.21%
Me enviaron con un psicólogo o terapeuta	27	23.47%
Subí mucho de peso	37	32.17%
Abusé del alcohol	32	27.82%
Tuve un accidente	30	26.08%
Empecé a fumar	28	24.34%
Me enfermé seriamente y pasé un tiempo en el hospital	24	20.87%
Bajé mucho de peso	21	18.26%
Empecé a consumir drogas	18	15.65%
Mis amigos (as) me indujeron a las drogas	18	15.65%
Tengo problemas con las drogas	9	7.82%
Me hospitalizaron por sobre dosis	2	1.73%

Respecto al área de Salud, los factores estresores, subí de peso (32.17%), abusé del alcohol (27.82%) y tuve un accidente (26.08%) se destacan como los eventos negativos mayormente experimentados por los participantes. Calvete (2008), argumenta ante ello que se debe a la exposición e influencia de estereotipos de género que yacen en el contexto patriarcal.

Discusión

El estudio permitió determinar cuáles son los sucesos de vida estresantes en adolescentes de una institución educativa de la ciudad de Cuenca Ecuador. Las situaciones que generan mayor estrés según su percepción de los adolescentes son: El área social; visualizada en los espacios de dejar de ver a un amigo, ser asaltado o terminar con una relación amorosa. El área personal; los adolescentes se ven mayormente afectados puesto que se genera en ellos depresión cuando han tenido decepciones amorosas, situaciones que alteran sus espacios de descanso (dormir lo suficiente). En cuanto al área de Logros y fracasos, la situación que genera mayor estrés en los jóvenes es no poder conseguir lo anhelado y, haber fracasado en la escuela, en un deporte o en cualquier actividad que hayan estado realizando. El área escolar es otro de los factores que genera estrés en el grupo investigado, sobre todo cuando presentan problemas con algún maestro, el reprobar un examen o perder un año escolar. Esto guarda similitud a lo encontrado por

Orlandini (1999), quien registro en sus jóvenes participantes problemas como represión escolar (11%), y relaciones sentimentales insatisfactorias (56%) como factores que desencadenan confusión y estrés.

Al decir de Arito (2009), cuando un adolescente se ve envuelto en frecuentes experiencias o sucesos estresantes pueden generar en estas alteraciones emocionales que posiblemente se correlacionarían con problemáticas de su salud mental, contribuyendo al deterioro de la salud general de los jóvenes reflejados en, consumo de psicoactivos, manifestaciones de violencia y en el peor de los casos manifestaciones de conductas suicidas.

Los datos e información obtenida del presente estudio suponen un acercamiento a la vivencia estresante que experimentan muchos adolescentes del contexto cuencano, con la finalidad de incentivar a futuras investigaciones, a evaluar a este grupo etario (adolescentes de 15 a 18 años) con un muestra ampliada para identificar posibles síntomas patógenos y diseñar un adecuado proceso de intervención vinculados a incentivar el desarrollo de la resiliencia, habilidades de afrontamiento, que motiven la formación del bienestar individual y general de los adolescentes.

Conclusión

Los resultados de este estudio evidencian las áreas en la que los adolescentes son mayormente vulnerables al estrés. Como dimensiones preocupantes se han registrado las áreas: Social, Personal, Logros y Fracaso y Escolar, diferenciadas significativamente de, problemas de conducta, salud y familiar. Esto ocurre en razón al creciente interés por proclamarse independientes en desarrollo de actividades, así como a la interacción con los demás y el lograr sus propósitos y metas personales. La sucesión de tales circunstancias, permiten pensar en el desarrollo de líneas de acción que conformen programas preventivos al estrés en la adolescencia que promuevan hábitos saludables, así como el fortalecer de autoconfianza, asertividad y empoderamiento en la toma de sus decisiones.

Agradecimientos

Los autores refieren sus sinceros agradecimientos a todos los integrantes del Proyecto “Factores estresores y se relación con estrategias de afrontamiento en adolescentes de la ciudad de Cuenca” A la Mgt. Miriam Ordoñez Sub-Decana de la Facultad de Psicología de la Universidad de Cuenca por el apoyo académico brindado en esta investigación.

Bibliografía

- Águila, B., Calcines, M., Monteagudo, R., y Nieves Z., (2014). Estrés Académico. *Revista EduMecentro*. 7(2), 163 – 178. Disponible en <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=5023824>
- Arito, S. (2001). “Cuestión Social y salud mental: una relación implicada en la intervención profesional” *Boletín Electrónico Surá. Escuela de Trabajo Social. Universidad de Costa Rica*, en <http://www.ts.ucr.ac.cr>

- Armendáriz, N., Villar, M., Alonso, M., Oliva, N., (2012). Eventos estresantes y su relación con el consumo de alcohol en estudiantes universitarios. *Revistas Científicas de América Latina, el Caribe, España y Portugal*. 14(2), 97 – 112. Disponible en <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=145226758007>
- Calvete, E., (2008). Justification of violence and grandiosity schemas as predictors of antisocial behavior in adolescents. *Journal of Abnormal Child Psychology*, 36(7), 108 – 1083. Disponible en <https://link.springer.com/article/10.1007/s10802-008-9229-5>
- Fernández, E., y Olmedo, M., (1999). *Trastorno del comportamiento perturbador*. España: UNED-FUE, 302pp.
- Fondo Internacional de Emergencia de las Naciones Unidas para la Infancia. (2002). *Unicef informe anual 2002*. 53pp. Disponible en https://www.unicef.org/spanish/publications/index_3684.html
- Fragoso, T., Alcantara, M., (2012). *Influencia de los factores estresantes en el rendimiento escolar en alumnos de segundo de secundaria*. 9pp. Disponible en http://www.udlondres.com/revista_psicologia/articulos/factores.htm
- García, S., Miret, P., Cabré, Flaquer, Ll., Berg, K., Roca, G., Elzo, J., Lailla, J., (2011). *El adolescente y su entorno en el siglo XXI*. España: FAROUS, 136pp.
- Gore, S. Eckenrode, J., (2000). *Context and process in research on risk and resilience*. Nueva York: University Press. 292pp.
- Instituto nacional de estadística y censos. (2016). *INEC publica cifras del mercado laboral de junio 2016*, 2pp. Disponible en <http://www.ecuadorencifras.gob.ec/inec-publica-cifras-del-mercado-laboral-de-junio-2016/>
- Jiménez, M., Amaríz, M., y Valle, M., (2012). Afrontamiento en crisis familiares. *Revista Salud Uninorte*. 28(1), 99 – 112. Disponible en <http://www.scielo.org.co/pdf/sun/v28n1/v28n1a10.pdf>
- Kavsek, M. & Seiffge-Krenke, I. (1996). The differentiation of coping traits in adolescence. *International Journal of Behavioral Development*, 19, 651–668.
- Lucio, E., Barcelata, B., Durán, C., y Villafranca, L., (2004). Sucesos de Vida Estresantes: Un estudio transcultural de adolescentes venezolanos y mexicanos. *RIDEP*. 17 (1), 123-138. Disponible en http://www.aidep.org/03_ridep/R17/R176.pdf
- Molina, M., Martinez, L., y Cumsille, P., (2009). Expresión del desacuerdo y obediencia en la relación padres – adolescentes en la relación con comportamientos agresivos y autoconcepto. *Revista Mexicana de psicología*. 26(2), 163-174. Disponible en <http://www.redalyc.org/pdf/2430/243016315003.pdf>

Monroy, A., (2002). *Salud y sexualidad en la adolescencia y juventud*, México, Editorial Pax México. 365pp.

Organización Mundial de la Salud. (2015). *Salud de la madre, el recién nacido, del niño y del adolescente*, 2pp. Disponible en http://www.who.int/maternal_child_adolescent/topics/adolescence/dev/es/

Orlandini, A., (2012). *El estrés, Qué es y Cómo evitarlo*, México: Fondo de cultura económica. 148pp.

Plunkett, S., Radmacher, K., Kimberly, A., Moll-Phanara, D. (2000). Adolescent life events, stress and coping: A comparison of communities and genders. *Professional School Counseling*. 3(5), 356 – 367. Disponible en https://www.researchgate.net/publication/234571764_Adolescent_Life_Events_Stress_and_Coping_A_Comparison_of_Communities_and_Genders

Salotti, P., (2006). *Estudio sobre estrategias de afrontamiento y bienestar psicológico en una muestra de adolescentes de Buenos Aires*. Tesis de pregrado, 59pp. Universidad de Belgrano, Belgrano, Argentina. Disponible en <http://repositorio.ub.edu.ar/handle/123456789/223>

Seiffge-Krenke, I. (1998). *Adolescents' health: a developmental perspective*, Londres: Mahwah, NJ: Lawrence Erlbaum Associates, Inc. 262pp.

Serrano, M., Flores, M., (2005). Estrés, respuestas de afrontamiento e ideación suicida en adolescentes. *Revistas Científicas de América Latina y el Caribe, España y Portugal*. 15(2), 221 – 230. Disponible en <http://revistas.uv.mx/index.php/psicysalud/article/viewFile/806/1461>

Walsh, O., Osipow, S., (1990). *Career Counseling: Contemporary Topics*, New york: ISBN, 292pp.