

Efecto de las estrategias de afrontamiento en trastornos psicológicos: un análisis SEM

Mauro Merma Paricahua¹, Diego Masías Jara Sánchez²,
Raul Injante Mendoza³ y Wilder Iván Lázaro Illatopa⁴

Universidad Científica del Sur (UCSUR), Perú

Universidad Peruana de Ciencias Aplicadas (UPC), Perú

Universidad Tecnológica del Perú (UTP), Perú

Universidad Peruana Cayetano Heredia (UPCH), Perú

Objetivo: conocer el potencial explicativo de las estrategias de afrontamiento sobre los síntomas de trastornos psicológicos en universitarios del Perú en el contexto de la COVID-19. **Metodología:** cuantitativa con un modelo de ecuaciones estructurales. Se aplicó el inventario multidimensional de estrategias de afrontamiento COPE y el cuestionario de autorreporte de síntomas de trastornos mentales SRQ a 699 estudiantes universitarios. **Resultados:** se desarrollaron tres modelos explicativos, el segundo modelo fue considerado porque obtuvo mejores índices de bondad de ajuste. Este modelo refleja que los síntomas de trastornos psicológicos se explican por las estrategias de evitación, ya que son factores de riesgo. Las estrategias de enfrentamiento son protectoras de trastornos psicológicos, vinculándose moderadamente con estrategias orientadas al bienestar social y emocional.

Palabras clave: afrontamiento, estrés, ecuaciones estructurales, pandemia, universidad.

Effect of coping strategies on psychological disorders: An SEM Analysis

Objective: to know the explanatory potential of coping strategies on the symptoms of psychological disorders in Peruvian university students in the context of COVID-19. **Methodology:** quantitative with a structural equation model. The multidimensional coping strategies inventory COPE and the self-report questionnaire of symptoms of mental disorders SRQ were applied to 699 university students. **Results:** Three explanatory models were developed; the second model was considered because it obtained better goodness-of-fit indices. This model reflects that symptoms of psychological disorders are explained by avoidance strategies, as they are risk factors. Coping strategies are protective of psychological disorders, being moderately linked with strategies oriented to social and emotional well-being.

Keywords: coping, stress, structural equations, pandemic, university.

Mauro Merma Paricahua  <https://orcid.org/0000-0001-9568-1176>

Diego Masías Jara Sánchez  <https://orcid.org/0000-0002-6603-8496>

Raul Injante Mendoza  <https://orcid.org/0000-0002-5016-4340>

Wilder Iván Lázaro Illatopa  <https://orcid.org/0000-0001-7566-8353>

Toda correspondencia concerniente a este artículo debe ser dirigido a Diego Jara.

Email: psidiego20@gmail.com

O efeito das estratégias de enfrentamento nos transtornos psicológicos: uma análise SEM

Objetivo: descobrir o potencial explicativo das estratégias de enfrentamento sobre os sintomas de transtornos psicológicos em estudantes universitários peruanos no contexto da COVID-19. Metodologia: quantitativa com um modelo de equação estrutural. O inventário multidimensional de estratégias de enfrentamento COPE e o questionário de autorrelato de sintomas de transtornos mentais SRQ foram aplicados a 699 estudantes universitários. Resultados: Foram desenvolvidos três modelos explicativos, sendo que o segundo modelo foi considerado por ter obtido melhores índices de adequação. Esse modelo reflete que os sintomas de transtornos psicológicos são explicados por estratégias de evitação, pois são fatores de risco. As estratégias de enfrentamento são protetoras dos transtornos psicológicos, estando moderadamente ligadas a estratégias orientadas para o bem-estar social e emocional. *Palavras-chave*: enfrentamento, estresse, equações estruturais, pandemia, universidade.

La Salud pública ha estado afrontando en estos últimos años una lucha permanente contra la pandemia del covid-19. Se definió como una emergencia global frente a los casos crecientes en China y demás países por el comité de la Organización Mundial de la Salud (2020). La pandemia afectó a gran parte a estudiantes universitarios. En la investigación de Pérez et al. (2020) se encontró que, en una población de 7143 universitarios de la carrera de medicina durante la fase de inicio de la pandemia, el 0.9% evidenció síntomas relacionados a una ansiedad grave, 2.7% moderado y 21.3% leve, incluso teniendo factores protectores favorables y más aún se acentuaba la ansiedad cuando tenían un conocido con covid-19.

En los tiempos de la cuarentena por la COVID-19 en el Perú, los universitarios no tuvieron clases presenciales, su rutina cambió de manera drástica y su educación pasó a la virtualidad, frente a ello las estrategias de afrontamiento (EA) al estrés que emplearon los estudiantes universitarios fueron la expresión emocional, auto focalización, evitación y búsqueda de apoyo social (Quispe- Molina, 2021). Por todo ello, el escenario académico se ha visto afectado por la covid-19 y por las nuevas exigencias de afronte por parte de los estudiantes (Balhara et al., 2020).

Los trastornos psicológicos son el conjunto de síntomas que se evidencia como alteración clínica y significativa de las cogniciones, emociones o comportamiento personal, reflejada en disfunción psicológica, biológica o del desarrollo en su actividad mental, y generalmente van relacionados a estrés o discapacidad social, laboral u otras actividades principales (DSM-5). Para el presente estudio se estudiará cómo se explican los síntomas de trastornos psicológicos en universitarios en el contexto de la pandemia.

Velar por la promoción y prevención de los trastornos psicológicos en los peruanos en el contexto de la pandemia, es un tema de salud pública vigente (Ministerio de Salud, 2022). Sin embargo, la evidencia no demuestra que esto ocurra, puesto que un total de 313455 personas

con depresión fueron atendidas durante el año 2021 por el estado, esto manifiesta un aumento de 12% en relación a la etapa anterior a la pandemia (Ministerio de Salud, 2022). Además, en ese mismo año, se atendieron 1300 000 casos relacionados a temas de salud mental, la mayoría de ellos presentaron problemas de ansiedad, depresión y otros trastornos mentales severos.

Los universitarios en el Perú, no son ajenos a esta realidad. Por ello, desde el Ministerio de Educación (2020) se aprobaron lineamientos para velar por la salud mental en las instituciones universitarias. Sin embargo, no se han encontrado cifras a nivel nacional sobre el estado de los estudiantes universitarios sobre este tema. Se encontró información de algunas universidades peruanas como el Consorcio de Universidades (2021), que detalla información de las cuatro universidades que la componen, señalando que se ha incrementado el índice de casos y atenciones de estudiantes con síntomas de ansiedad y depresión; el estudio tuvo como fin conocer el estado de salud mental de los universitarios, sin embargo, no se detallan las EA que tienen los universitarios para hacer frente al estrés. Frente a esta problemática es importante considerar el estudio de las EA, puesto que los universitarios deben manejar formas de enfrentarse al estrés en medio de la pandemia por la Covid-19.

Desde la perspectiva transaccional Lazarus y Folkman (1984) plantean que el afrontamiento representa un conjunto de esfuerzos conductuales y cognitivos que cambian permanentemente para controlar y gestionar las demandas externas o internas, las cuales son reconocidas como desbordantes de los recursos de una persona. Los mismos autores argumentan que el afrontamiento constituye una forma consciente de controlar y reducir el estrés (Fernández & Díaz, 2001). Basado en Lazarus y Folkman (1984), los autores Cassaretto y Chau (2016) organiza estas EA en tres factores principales: afrontamiento orientado a la tarea o enfrentamiento, social-sentimientos y evitativo.

El afrontamiento orientado a la tarea se centra en acciones dirigidas a solucionar el problema o reducir su impacto, involucrando estrategias proactivas y cognitivas (Cassaretto & Chau, 2016). Entre estas se encuentra el afrontamiento activo, que implica abordar directamente el

problema mediante acciones específicas para resolverlo, como cuando un estudiante organiza su espacio y tiempo para prepararse ante un examen final. También está la planificación, que consiste en diseñar un plan para manejar la situación estresante, por ejemplo, alguien que actualiza su currículum y busca nuevas oportunidades laborales tras perder su empleo. La supresión de actividades competentes se refiere a dejar de lado actividades menos prioritarias para enfocarse en resolver un problema principal, como reducir el tiempo en redes sociales para cumplir con un proyecto urgente. La postergación del afrontamiento implica esperar el momento adecuado para actuar, evitando decisiones impulsivas, como alguien que retrasa un cambio de empleo hasta tener una reunión clave con su jefe. La reinterpretación positiva y crecimiento implica ver la situación como una oportunidad de aprendizaje, como reflexionar sobre cómo mejorar las relaciones tras una ruptura amorosa. Finalmente, la aceptación supone reconocer la situación tal como es y ajustarse a ella, como al recibir un diagnóstico médico y seguir los tratamientos necesarios.

Las estrategias relacionadas a lo social-sentimientos se enfoca en gestionar las emociones relacionadas con el estrés y buscar apoyo externo (Cassaretto & Chau, 2016). Incluye estrategias como la búsqueda de apoyo social por razones instrumentales, que consiste en solicitar ayuda práctica o consejos, como cuando un estudiante pide orientación a un tutor para entender un tema complicado. La búsqueda de apoyo social por razones emocionales implica acudir a otros para obtener consuelo y empatía, por ejemplo, llamar a un amigo para hablar sobre una discusión familiar. Enfocar y liberar emociones se refiere a expresar los sentimientos acumulados, como escribir en un diario después de un día estresante para aliviar la tensión.

Las estrategias evitativas implican esquivar o minimizar el enfrentamiento directo con la situación estresante, a menudo mediante distracciones o negación (Cassaretto & Chau, 2016). Incluye estrategias como la negación, que supone rechazar la realidad del problema y actuar como si no existiera, esto se da cuando un estudiante universitario recibe múltiples notificaciones sobre su bajo desempeño académico y el riesgo de desaprobación un curso, pero elige ignorar la situación

y actúa como si no fuera un problema, dejando de asistir a clases o evitando revisar sus calificaciones en la plataforma virtual de la universidad. El desentendimiento conductual implica evitar el problema mediante la procrastinación o distracciones, como jugar videojuegos en lugar de estudiar para un examen. El desentendimiento mental, por su parte, se refiere a distanciarse psicológicamente del problema evitando pensar en él, como una persona que se sumerge en observar películas para no preocuparse por un conflicto laboral.

Por otro lado, los efectos del estrés académico son diversos. Saleh, Camart & Romo (2017) refieren que existen tres efectos: físicos (dolores de cabeza, problemas digestivos, insomnio, fatiga constante, excesiva sudoración); psicológicos, referidos a la función cognitiva o emocional (falta de concentración, dificultades para recordar, depresión, ansiedad); y del comportamiento (ausencia al centro de estudios, aburrirse en actividades académicas, aislarse), las repercusiones pueden ser desde el ausentismo hasta el abandono de la universidad, esto engloba diversas consecuencias personales (como la ansiedad), familiares (como el incumplimiento de expectativas de los miembros de la familia) y sociales (como estar en trabajos que no están acordes a su capacidad). En un estudio metaanalítico, se recoge la sistematización de ocho artículos de alto impacto referidos a la ansiedad en estudiantes de medicina, en esta plantea que los niveles de ansiedad se han mantenido, mientras que en la población en general este aumentó, una hipótesis es que los estudiantes tienen mayor información sobre la COVID-19 producto de los avances científicos alcanzados en estos meses (Lasheras et al., 2020).

Por tanto, se justifica la necesidad de investigar la relación explicativa entre las EA y su relación con indicadores de salud mental. Primero, no hay investigaciones nacionales sobre este tema. Segundo, conocer esta relación explicativa permitirá tomar medidas para fortalecer el tipo de EA que favorezcan la disminución de efectos psicológicos adversos. Tercero, los estudiantes universitarios que dejan la universidad por diversas razones, entre ellas, la salud mental, implican pérdida de capital humano, por ello, es necesario conocer su realidad subjetiva y velar por su bienestar (Yamada et al., 2012).

Las investigaciones explicativas que demuestran esta relación en el mundo se presentan a continuación. Maykrantz et al. (2021) demuestra en su investigación en adultos que los estilos de afrontamiento median los efectos del capital psicológico (optimismo, esperanza, resiliencia y autoeficacia) sobre la percepción del estrés. Lukasik et al. (2020) encontró, en un estudio con polacos entre 18 y 53 años, que las EA y la visión del mundo median entre el esfuerzo somático (relacionado con la supervivencia del organismo) y parental sobre el estrés percibido. Schetsche y Jaume (2020) también demuestran las relaciones causales de las EA sobre predictores de síntomas psicológicos en población alemana. Todas estas investigaciones se desarrollaron en base a un modelo de ecuaciones estructurales.

El problema de investigación es ¿cuál es el potencial explicativo de las estrategias de afrontamiento sobre los indicadores psicológicos de salud mental en universitarios peruanos? Esto permitirá evaluar un modelo predictivo de las EA sobre indicadores psicológicos de salud mental en universitarios en el contexto de la pandemia. Este estudio se desarrolló en discentes de una universidad privada peruana en el año 2021.

Método

El estudio es de tipo no experimental, cuantitativo y con diseño transversal (Hernández et al., 2014). De acuerdo con el objetivo, se determinó establecer un Modelo de Ecuaciones Estructurales (Vazquez, 2013).

Participantes

La población estaba representada por los discentes de una universidad privada peruana que cuenta con diversas sedes a nivel nacional. Los estudiantes que participaron en la investigación fueron 699. Acorde con las variables sociodemográficas (Tabla 1), se reportó que el 81.4% de los estudiantes se encontraron entre las edades de 18 a 29 años.

En su mayoría los participantes fueron del sexo femenino (64.7%), de las sedes de Lima Metropolitana (76.7%) y pertenecían a los cuatro primeros ciclos que representan los dos primeros años en la carrera universitaria (69%).

Tabla 1

Características de los participantes (n = 699)

Variables	n= 699	%
Edad (%)		
Hasta 17 años	76	(10.9)
Entre 18 y 20 años	331	(47.4)
Entre 21 y 24 años	173	(24.7)
Entre 25 y 29 años	65	(9.3)
De 30 a más años	54	(7.7)
Sexo		
Varón	240	34.3)
Mujer	452	(64.7)
Región		
Ciudad Lima	536	(76.7)
Ciudad Arequipa	53	(7.6)
Ciudad Chimbote	15	(2.1)
Ciudad Huancayo	57	(8.2)
Ciudad Ica	36	(5.2)
Ciudad Piura	2	(0.3)
Ciclo		
Primer ciclo	188	(26.9)
Segundo ciclo	111	(15.9)
Tercer ciclo	77	(11)
Cuarto ciclo	106	(15.2)
Quinto ciclo	56	(8)
Sexto ciclo	58	(8.3)
Sétimo ciclo	49	(7)
Octavo ciclo	33	(4.7)
Noveno ciclo	12	(1.7)
Décimo ciclo	9	(1.3)

Instrumentos

Se utilizaron dos instrumentos. El COPE es un inventario multidimensional que estima el afrontamiento. Por tanto, estima las diferencias personales en las respuestas para afrontar el estrés, fue elaborado por Carver et al. (1989). Está compuesto por 60 ítems, la calificación es en forma de Likert con una escala del 1 al 4, donde el puntaje 1 es equivalente a casi nunca lo hago, 2 significa a veces hago esto, 3 usualmente hago esto y 4 hago esto con mucha frecuencia. El instrumento cuenta con quince escalas, según Cassareto y Chau (2016), estas se pueden agrupar en tres factores: enfrentamiento activo (que engloba afrontamiento activo, supresión de actividades competentes, planificación, reinterpretación positiva y crecimiento, postergación del afrontamiento, y aceptación); afrontamiento orientado a lo social/sentimiento (búsqueda de apoyo social por razones instrumentales, enfocar y liberar emociones, y búsqueda de apoyo social por razones emocionales); y afrontamiento orientado a la evitación (desentendimiento conductual, negación, y desentendimiento mental). El alfa de Cronbach oscila entre 0.53 y 0.91 (Cassareto & Chau, 2016). En relación a las evidencias de validez, se halló la validez de contenido a través de la V-Aiken 0.88 y para analizar la confiabilidad utilizó el coeficiente Omega McDonald obteniendo un 0.96 (Polanco, 2019). Un estudio del instrumento de afrontamiento al estrés COPE (Cassaretto & Chau, 2016) encontró que el Análisis Factorial Exploratorio y Análisis Factorial Confirmatorio, en sus análisis discrepa sobre la posibilidad de la organización de los estilos de afrontamiento. Probaron tres modelos de organización, el Modelo A incluía 3 factores conformado por 4 escalas (emoción, centrado en el problema, y otras escalas), el Modelo B sugiere 4 factores (cognitivo, social-emocional, orientado a la tarea, y evitación) por último el modelo C organizado en 3 factores (estilo problema o enfrentamiento, social-emocional y evitativo). En los resultados finales el modelo A se desestima no se acerca a los requerimientos sugeridos y el Modelo B y C en ambos el indicador es aceptable y en relación a los indicadores GFI, AGFI y RMSR cumplen con las recomendaciones de los autores.

El SRQ-13 es un cuestionario de auto reporte de síntomas de ansiedad, depresión, angustia y otros aspectos psicopatológicos, fue elaborada por Harding et al (1980) y actualmente la OMS sigue recomendando su uso. En la presente investigación, se trabaja con una versión abreviada que sirve como tamizaje de diversos problemas de salud mental usado por el Ministerio de Salud del Perú (2020); tiene 13 preguntas de respuesta dicotómica (Sí/No), cuando se marca cinco o más ítems positivos se considera caso probable de problemas de salud mental o con síntomas de trastorno psicológicos.

Procedimiento

El proceso de investigación tuvo tres fases: i) la fase preparatoria de investigación, ii) especificación del modelo y análisis de la bondad de ajuste del modelo iii) valoración estructural del modelo. Respecto de la primera fase, previa validación del proyecto por el comité de ética, se seleccionó dos instrumentos tanto el COPE, como el SRQ-13. Los cuales se aplicaron, previa difusión vía online (vía email institucional), cabe señalar que se contó con el respectivo consentimiento informado y la aprobación del comité de ética universitario. Se aplicó el muestreo no probabilístico por conveniencia en los meses de noviembre y diciembre del 2021, del total respondieron 761, luego de verificar la data correcta y según los parámetros estadísticos, se contó con un total de 699 estudiantes universitarios de diversas carreras y ciclos, provenientes de diversas regiones del país.

Análisis de datos

Se procedió a analizar la base de datos mediante el software *R-Studio*. Cabe señalar que se eligió el Modelo de Ecuaciones Estructurales (Vazquez, 2013) considerando que es una familia de modelos estadísticos multivariantes que facilitan la estimación del efecto y las relaciones entre diferentes variables (estrategias de afrontamiento y síntomas de trastornos psicológicos), facilita la flexibilidad a diferencia de los modelos de regresión y que nos brinda la posibilidad de estudiar

los efectos directos e indirectos entre diferentes variables. Finalmente, se analizó tres tipos de modelos, considerando las variables EA y síntomas psicológicos. Luego de una rigurosa revisión, se estableció la segunda propuesta ya que cumplía con los criterios de bondad de ajuste del modelo.

Resultados

Primero se desarrolló un análisis de correlaciones. Respecto a la asociación entre las variables de la tabla 2, se muestra que presentar que los síntomas de trastornos psicológicos tienen una correlación moderada con tener EA evitativas ($r > 0,30$); sin embargo, esta variable presenta una asociación baja e inversa con las EA que implican enfrentar el problema ($r > 0,10$) y una asociación muy baja con las EA que implican el uso del entorno social y los sentimientos ($r \leq 0,10$). Sobre las dimensiones de las EA, las estrategias de enfrentamiento mostraron una asociación moderada con las estrategias enfocadas en el entorno social y los sentimientos ($r > 0,30$), pero una asociación muy baja con las estrategias evitativas ($r \leq 0,10$). Finalmente, las estrategias evitativas presentaron una asociación baja con las estrategias enfocadas en el entorno social y los sentimientos ($r \leq 0,10$).

Tabla 2

Asociación entre las variables (n = 699)

Variables	1	2	3	4
1. CPTM	-			
2. EN	-0.119**	-		
3. SS	0.091*	0.408***	-	
4. EV	0.323***	0.093*	0.297***	-

Nota. $p \leq .05^*$; $p \leq 0.01^{**}$; $p \leq 0.001^{***}$. CPTM = Síntomas de Trastornos psicológicos; EN = Enfrentamiento; SS = Social-Sentimiento; EV = Evitativo.

Tabla 3

Diseños de los modelos de ecuaciones estructurales (n= 699)

Modelos	n	X ²	X ² /df	CFI	TLI	RMSEA [90% CI]	SRMR
Modelo 1	699	1306.0	4.85	0.757	0.729	0.074 [0.070 - 0.078]	0.080
Modelo 2	699	839.5	3.74	0.851	0.834	0.063 [0.058 - 0.067]	0.070
Modelo 3	699	757.2	3.67	0.856	0.839	0.062 [0.057 - 0.067]	0.069

Nota. X² = chi-square; CFI = comparative fit index; TLI = Tucker-Lewis index; RMSEA = root mean square error of approximation; CI = confidence intervals; SRMR = standardized root mean square; df = Degrees of freedom.

El primer modelo predictivo para la presencia de un caso probable de trastorno mental y EA enfocadas en el enfrentamiento, el entorno social y los sentimientos y la evitación (Figura 1) obtuvieron bajos índices de bondad de ajuste. Ello llevó a reevaluar el modelo retirando aquellas asociaciones y regresiones que presentaron valores muy bajos, por lo que se obtuvo un segundo modelo que presenta índices de bondad de ajuste adecuados en la mayoría de indicadores (Figura 2). Finalmente, se consideró elaborar un tercer modelo considerando errores correlacionados entre dos dimensiones de las estrategias evitativas cuyos índices también se mostraron adecuados salvo algunos indicadores (CFI = 0,856; TLI = 0.839; SRMR = 0.069; RMSEA = 0.062) (Figura 3).

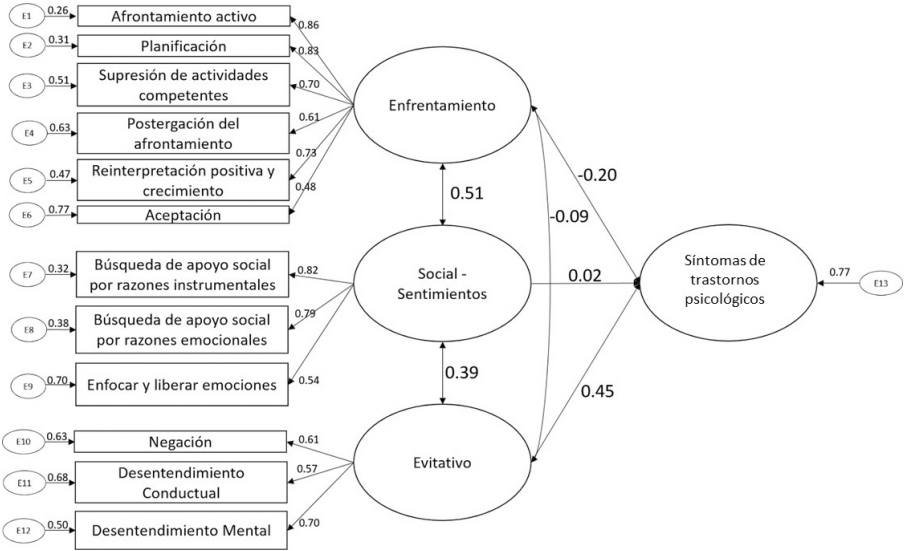


Figura 1. Modelo 1

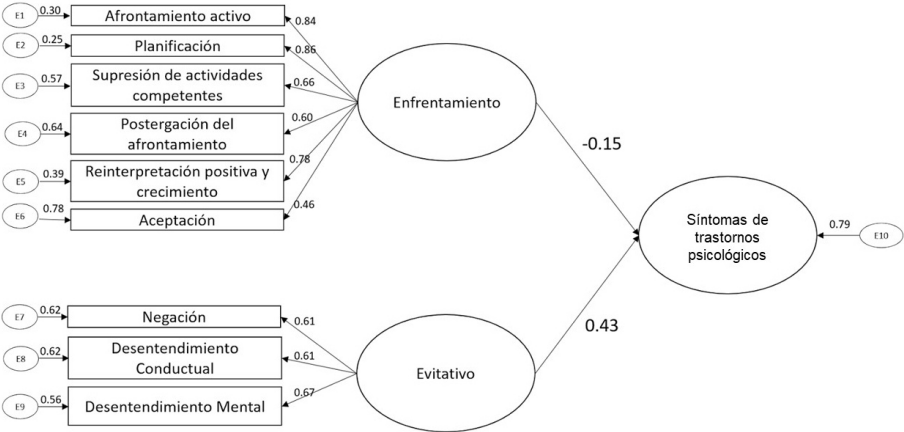


Figura 2. Modelo 2

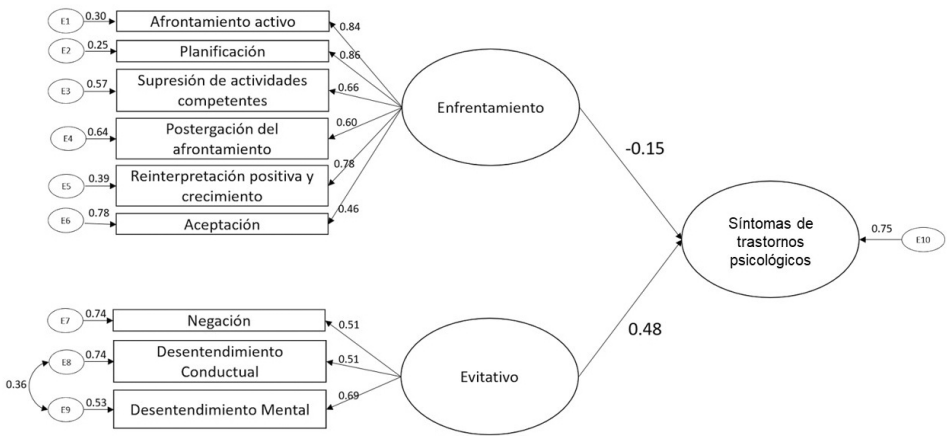


Figura 3. Modelo 3

El presente estudio elaboró un modelo explicativo acerca de la aparición de un posible caso de síntomas de trastorno mental a partir de las EA que emplean los universitarios a lo largo de su carrera profesional. Ello implica que las estrategias de enfrentamiento se comportan como un factor de protección, mientras que las estrategias de evitación actúan como un factor de riesgo para la posible aparición de casos de trastornos mentales.

Discusión

El modelo explicativo refleja que los síntomas de trastornos psicológicos se explican por las estrategias de evitación, ya que son factores de riesgo. En cambio, las estrategias de enfrentamiento se comportan como un factor protector que evita la aparición de los trastornos mencionados. La presente investigación refleja la necesidad de explicar un modelo sobre la aparición de síntomas de trastornos psicológicos, a partir del uso de las EA, específicamente, en universitarios. Se encontró evidencia de estudios previos que confirman altos niveles de estrés

en la vida universitaria. Berrío y Mazo (2012) señalan que en la vida universitaria es usual que los discentes experimenten altos niveles de estrés a causa de las responsabilidades académicas que frecuentemente incluyen exceso de tareas y actividades, evaluaciones constantes de los profesores, esto puede producir ansiedad y afectar su desempeño académico (González-Arias et al., 2023). Por tanto, es necesario desarrollar estrategias que permitan hacer frente a estas situaciones.

Sobre las estrategias de enfrentamiento activo, la evidencia muestra que estas pueden disminuir los síntomas de problemas psicológicos (Marín et al., 2023). En este caso, el afrontamiento funciona como agente regulador de la perturbación emocional; su efectividad permitirá que no se presente dicho malestar (Lazarus & Folkman, 1984; Pereyra et al., 2019); si esto no ocurre, la salud puede verse afectada de forma negativa, acrecentando el riesgo de mortalidad y morbilidad (Peña Muñante & Pozo- Muñoz, 2024).

El presente estudio se realizó en el contexto de la pandemia, en el que subieron los niveles de estrés universitario y se tuvieron que desarrollar clases obligatorias virtuales (Ministerio de Educación [MINEDU], 2020). También, se relaciona con la personalidad, puesto que los instrumentos indican la forma de comportamiento y cogniciones para confrontar situaciones de conflicto y estrés. Además, otros factores que repercuten en esta problemática son la edad, forma de ser y cultura, por ello, hay estudios que confirman esta información tal como Romanova (2020) en su análisis sobre la relación entre miedo y afrontamiento en estudiantes de secundaria y universidad, menciona que los miedos están determinados no solo por la edad, los rasgos de personalidad, las normas culturales, sino también por el período de desarrollo histórico. Los miedos de los jóvenes en los años veinte del siglo XXI difieren de los miedos de los jóvenes de los ochenta en su contenido con mayor intensidad y énfasis en el miedo a la responsabilidad, esto difiere de los miedos naturales de los jóvenes por el contagio de la covid-19 o la afectación a la familia que puede causar este virus. Por ello, la estrategia de afrontamiento adaptativa implica aceptar responsabilidades en contextos complejos como la pandemia, esto implica alta tensión o estrés

durante el período universitario (Morel & Vizioli, 2022). Con respecto al autocontrol y planificación para resolver problemas, estas EA son más utilizadas activamente por los jóvenes para superar las dificultades y la ansiedad en situaciones de incertidumbre durante su transición a la edad adulta. Las EA no siempre dan el efecto deseado de aliviar la ansiedad debido a la alta tensión desadaptativa del contexto.

Para el presente estudio se plantearon tres modelos, el modelo 1 con tres factores (enfrentamiento, social- sentimiento y evitación), el modelo 2 utilizó dos factores (enfrentamiento y evitación) y el modelo 3 utilizó dos factores (enfrentamiento y evitación) con errores correlacionados en el factor de evitación, sin embargo, los índices de ajuste de los modelos 2 y 3 no tuvieron cambios significativos, por lo que se optó por emplear el modelo 2 para mantener la parsimonia. Un antecedente de este estudio se encontró en Cassaretto y Chau (2016).

Las dimensiones de las estrategias de enfrentamiento mostraron una asociación moderada con las estrategias enfocadas en el entorno social y los sentimientos, esto explica que al confrontar un problema se busca dar respuesta para obtener un equilibrio social y emocional. Además, las estrategias evitativas presentaron una asociación baja con las estrategias enfocadas en el entorno social y los sentimientos, esto fundamenta que la evitación no es factor protector, puesto que altera el equilibrio social y emocional.

Con relación a los antecedentes del modelo planteado en el presente estudio, existe una investigación previa (Schetsche, 2022) que confirma que las estrategias de enfrentamiento muestran un efecto inverso en la aparición de síntomas depresivos y ansiosos. Además, las estrategias que implican una desvinculación con el problema reportan efectos directos en la posible aparición de los trastornos mentales. Dentro de las estrategias de enfrentamiento, quienes mostraron mayores evidencias fueron el afrontamiento activo y la planificación siendo semejante con la resolución de problemas y reestructuración cognitiva del estudio previo. Sobre las estrategias evitativas, el desentendimiento conductual fue quien reportó mayor evidencia a diferencia de la autocrítica, retraimiento social y el ocultamiento social (Schetsche, 2022); sus índices

de bondad de ajuste fueron adecuados. Estos resultados, tienen una estrecha relación con el presente estudio.

La relación entre EA y trastornos mentales en estudiantes es esencial, ya que el manejo inadecuado de situaciones estresantes, como los exámenes finales, puede incrementar niveles de estrés severo y favorecer el desarrollo de trastornos mentales (Ticona et al., 2006). La preferencia por estrategias emocionales, como la negación y la reinterpretación positiva, en lugar de estrategias de resolución de problemas, destaca cómo la falta de enfrentamiento directo a las fuentes de estrés intensifica respuestas emocionales adversas, aumentando el riesgo de ansiedad y depresión (Ticona et al., 2006). Investigaciones han señalado que el afrontamiento enfocado en resolver problemas y el apoyo social contribuyen a reducir el estrés y la ansiedad, mejorando el estado de ánimo y el rendimiento académico (D’Zurrilla & Nezu, 2007). En contraste, las estrategias de evitación, como la evitación cognitiva y conductual, se asocia con una mayor incidencia de síntomas psicológicos y bienestar negativo, lo cual puede derivar en conductas patológicas como el abuso de alcohol y la ideación paranoide (Gustems-Carnicer & Calderón, 2013). Por otra parte, la pandemia de COVID-19 también generó repercusiones en esta problemática, evidenciando una correlación débil entre ciertas estrategias y síntomas de depresión, ansiedad y estrés. Los estudiantes más jóvenes tienden a emplear estrategias como la aceptación de responsabilidades, aunque esta puede generar ansiedad, mientras que aquellos de menores ingresos muestran una tendencia a la reevaluación positiva, a pesar de sus vínculos con peores condiciones de salud mental. Las mujeres presentan niveles más altos de depresión y ansiedad, posiblemente debido a roles de género, y los estudiantes que trabajan reportan menos síntomas que aquellos que no lo hacen, sugiriendo que el empleo ofrece una sensación de seguridad. La religiosidad se asocia con menos síntomas de depresión, y los estudiantes de instituciones públicas son más vulnerables a problemas mentales en comparación con sus pares de instituciones privadas. Estrategias como el autocontrol y la gestión emocional emergen como efectivas, mientras que la interrupción de los estudios presenciales incrementa la ansiedad,

resaltando la necesidad de un diálogo continuo sobre el afrontamiento y su impacto en la salud mental estudiantil (Patias et al., 2021).

Los estudios de revisión sistemática (Compas et al., 2017) refieren que la evitación, también se relaciona con síntomas de problemas psicológicos. La evitación se asocia de manera significativa y positiva con síntomas de internalización de emociones frustrantes y no se encontró asociación con síntomas de externalización, por tanto, es difícil expresar sus preocupaciones. Además, se identificó que los estudiantes de medicina enfrentan un riesgo elevado de depresión, ansiedad y agotamiento debido a las exigencias académicas y emocionales. Las estrategias activas de afrontamiento, junto con el apoyo social de amigos y familiares, han demostrado ser las más efectivas, mientras que las estrategias de evitación, como el aislamiento, son menos útiles y en ocasiones perjudiciales, resaltando la necesidad de fomentar el apoyo y las actividades recreativas en la formación médica para promover el bienestar (Sattar et al., 2022).

Una recomendación importante, es plantear que los docentes y orientadores universitarios conozcan las EA de los estudiantes, de esta manera tendrán un gran referente para dar soporte, incluso analizar si hay diferencias en el uso de EA en relación al sexo. Según Reyes et al. (2020), se evidenciaron diferencias estadísticamente significativas entre varones y mujeres en la intensidad emocional, y las mujeres evidenciaron una mayor intensidad, no hubo diferencias en las EA agresivo-defensivas, evasión y búsqueda de apoyo; pedir ayuda es un indicador que evidencia el reconocimiento de un problema que supera sus recursos personales en ese tiempo específico. Reconocer las emociones que vivencian y las EA que utilizan los estudiantes, permiten que el personal que orienta y enseña tenga mayor información para promover el éxito académico. Asimismo, es esencial adoptar un enfoque preventivo mediante programas de adaptación a la vida universitaria que incluyan talleres sobre manejo del estrés y desarrollo de EA, ayudando a los estudiantes a enfrentar de manera efectiva los desafíos académicos y personales desde el inicio de su formación.

Este estudio presenta limitaciones que deben ser consideradas al interpretar los resultados. En primer lugar, el perfil de la muestra es predominantemente femenino, con una mayor representación de

estudiantes de Lima y de los primeros ciclos de la carrera (de 1ero a 4to ciclo), lo que limita la generalización de los hallazgos a la totalidad de la población estudiantil universitaria en el contexto peruano. Además, no se abordaron variables externas que podrían influir en los resultados, como el contexto socioeconómico de los participantes o factores ambientales que afectan la salud mental. Considerando estas limitaciones, se sugiere que futuros estudios aborden una muestra más diversa y representativa, y que incluyan variables adicionales que podrían enriquecer la comprensión de los factores que afectan la salud mental en el contexto universitario.

Conclusiones

Primero, los síntomas de trastornos mentales tienen una correlación moderada con el uso de estrategias de afrontamiento evitativas. Asimismo, esta variable presenta una asociación baja e inversa con las EA que implican enfrentar el problema y una asociación muy baja con las EA que implican el uso del entorno social y los sentimientos.

Segundo, las dimensiones de las EA y enfrentamiento mostraron una asociación moderada con las estrategias enfocadas en el entorno social y los sentimientos. Las estrategias evitativas presentaron una asociación baja con las estrategias enfocadas en el entorno social y los sentimientos.

Tercero, se plantea un modelo explicativo acerca de la aparición de síntomas de trastornos psicológicos a partir de las EA que emplean los estudiantes universitarios a lo largo de su carrera profesional, estas estrategias de enfrentamiento se comportan como un factor de protección, mientras que las estrategias de evitación actúan como un factor de riesgo para la posible aparición de casos de trastornos mentales.

Financiación

Esta investigación recibió financiamiento de una universidad privada peruana denominada Universidad Tecnológica del Perú. No se evidencia conflicto de intereses que se deben manifestar.

Referencias

- Asociación Estadounidense de Psiquiatría. (2013). *Manual diagnóstico y estadístico de los trastornos mentales* (5ª ed.).
- Balhara, Y.P., Kattula, D., Singh, S., Chukkali, S., & Bhargava R. (2020). Impact of lockdown following COVID-19 on the gaming behavior of college students. *Indian J Public Health*, 64, Suppl. S2, 172-6. https://doi.org/10.4103/ijph.IJPH_465_20
- Berrio García, N., & Mazo Zea, R. (2012). Estrés académico. *Revista de Psicología Universidad de Antioquia*, 3(2), 55-82. <https://revistas.udea.edu.co/index.php/psicologia/article/view/11369>
- Carver, C., Scheier, M., & Weintraub, J. K. (1989). Assessing Coping Strategies: A theoretically based approach. *Journal of Personality and Social Psychology*, 56(2), 267-283. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.56.2.267>
- Cassareto, M., & Chau, C. (2016). Afrontamiento al estrés. Adaptación del Cuestionario COPE en universitarios de Lima. *Revista Iberoamericana de Diagnóstico y Evaluación*, 42(2), 95-109. <https://www.aidep.org/sites/default/files/articles/R42/Art9.pdf>
- Compas, B. E., Jaser, S. S., Bettis, A. H., Watson, K. H., Gruhn, M. A., Dunbar, J. P., Williams, E., & Thigpen, J. C. (2017). Coping, emotion regulation, and psychopathology in childhood and adolescence: A meta-analysis and narrative review. *Psychological Bulletin*, 143(9), 939-991. <https://doi.org/10.1037/bul0000110>
- Consorcio de Universidades. (2021). *Salud mental de los universitarios del Consorcio de Universidades durante la pandemia*. Consorcio de universidades. <https://www.consorcio.edu.pe/wp-content/uploads/2021/10/SALUD-MENTAL-CONSORCIO-DE-UNIVERSIDADES.pdf>
- D'Zurilla, T., & Nezu, A. (2007). *Problem-solving therapy: a positive approach to clinical intervention* (3rd ed.). Springer.
- Fernández, M. D., & Díaz, M. A. (2001). Relación entre estrategias de afrontamiento, síndromes clínicos y trastornos de personalidad

- en pacientes esquizofrénicos crónicos. *Revista de Psicopatología y Psicología Clínica*, 6(2), 129-135. <https://doi.org/10.5944/rppc.vol.6.num.2.2001.3910>
- González-Arias, M., Barraza Panta, J., Barrientos Yáñez, P., Contreras-Díaz, H., Marín Jara, E., & Martínez Reyes, B. (2023). Afectividad, síntomas somáticos y dolor psicológico como dimensiones del bienestar: un modelo de senderos en estudiantes universitarios chilenos. *Revista de Psicología*, 41(2), 787-821. <https://doi.org/10.18800/psico.202302.007>
- Gustems-Carnicer, J., & Calderón, C. (2013). Coping strategies and psychological well-being among teacher education students. Coping and well-being in students. *European Journal of Psychology of Education*, 28, 1127-1140. <https://doi.org/10.1007/s10212-012-0158-x>
- Harding, T. W., De Arango, V., Baltazar, J., Climent, C. E., Ibrahim, H. H. A., Ladrado-Ignacio, L., & Wig, N. N. (1980). Mental disorders in primary health care: a study of their frequency and diagnosis in four developing countries. *Psychological Medicine*, 10(02), 231.
- Hernández Sampieri, R., Fernández Collado, C., Baptista Lucio, M. d., Méndez Valencia, S., & Mendoza Torres, C. P. (2014). *Metodología de la investigación* (6ta ed.). (McGraw-Hill, Ed.) México D. F., México: McGraw-Hill / Interamericana Editores, S.A. DE C.V. <http://observatorio.epacartagena.gov.co/wp-content/uploads/2017/08/metodologia-de-la-investigacion-sexta-edicion.compressed.pdf>
- Lasheras, I., Gracia-García, P., Lipnicki, D.M., Bueno-Notivol, J., López-Antón, R., de la Cámara, C., Lobo, A., & Santabábara, J. (2020). Prevalence of Anxiety in Medical Students during the COVID-19 Pandemic: A Rapid Systematic Review with Meta-Analysis. *Int J Environ Res Public Health*, 17(18), 6603.
- Lazarus, R. S., & Folkman, S. (1984). Coping and adaptation. En W. D. Gentry (Ed.), *The handbook of behavioral medicine* (pp. 282-325). Guilford.

- Łukasik, A., Wołpiuk-Ochocińska, A., & Borawski, D (2021). Testing the indirect effects of somatic and parental effort on stress: the roles of worldviews and coping strategies. *Curr Psychol*, 40, 1476-1489. <https://doi.org/10.1007/s12144-018-0065-7>
- Marín Medina, C. E., Jorquera Silva, Y. X., & La Banca Ledesma, H. (2023). Relación del bienestar psicológico con las estrategias de afrontamiento y la satisfacción familiar en universitarios durante la pandemia. *Revista de Psicología*, 41(2), 823-858. <https://doi.org/10.18800/psico.202302.008>
- Maykrantz, S. A., Nobiling, B. D., Oxarart, R. A., Langlinais, L. A., & Houghton, J. D. (2021). Coping with the crisis: The effects of psychological capital and coping behaviors on perceived stress. *International Journal of Workplace Health Management*, 14(6), 650-665.
- Ministerio de Educación (2020). *Lineamientos para el cuidado integral de la salud mental en las universidades*. Ministerio de educación.
- Ministerio de Salud (2020). *Guía Técnica Cuidado de la salud mental del personal de la salud en el contexto del COVID*. RM No 180-2020-MINSA. Ministerio de Salud. <http://bvs.minsa.gob.pe/local/MINSA/5000.pdf>
- Ministerio de Salud (2022). *Más de 300 mil casos de depresión fueron atendidos durante el 2021*. Ministerio de Salud. <https://www.gob.pe/institucion/minsa/noticias/575899-minsa-mas-de-300-mil-casos-de-depresion-fueron-atendidos-durante-el-2021>
- Ministerio de Salud (2022). *Más de 300 mil casos de depresión fueron atendidos durante el 2021*. Ministerio de Salud.
- Morel González, C. E., & Vizioli, N. (2022). Perfiles de afrontamiento y su relación con la ansiedad ante exámenes en estudiantes de Psicología. *Revista de Psicología*, 41(1), 165-183. <https://doi.org/10.18800/psico.202301.007>
- Organización Mundial de la Salud. (2020). Alocución de apertura del Director General de la OMS en la rueda de prensa sobre la COVID-19 celebrada el 11 de marzo de 2020. <https://www.who.int/es/>

- director-general/speeches/detail/who-director-general-s-opening-remarks-at-the-media-briefing-on-covid-19---11-march-2020
- Patias, N., Hohendorff, J., Cozzer, A., Flores, P. & Scorsolini-Comin, F. (2021). Mental Health and Coping Strategies in Undergraduate Students During COVID-19 Pandemic. *Trends in psychology*, 29, 414-433. <https://doi.org/10.1007/s43076-021-00069-z>
- Peña-Muñante, G., & Pozo-Muñoz, C. (2024). Duelo por ruptura amorosa y florecimiento en estudiantes: El rol mediador de la autocompasión. *Revista de Psicología*, 42(1), 305-330. <https://doi.org/10.18800/psico.202401.011>
- Pérez Abreu, M. R., Gómez Tejeda, J. J., Tamayo Velázquez, O., Iparraguirre Tamayo, A. E., & Besteiro Arjona, E. D. (2020). Alteraciones psicológicas en estudiantes de medicina durante la pesquisa activa de la COVID-19. *MEDISAN*, 24(4), 537-548. http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1029-30192020000400537&lng=es&tlng=es.
- Pereyra Girardi, C. I., Páez Vargas, N., del Valle Ronchieri Pardo, C., & Agustina Trueba, D. (2019). Validación de la Escala de Autoeficacia para el Afrontamiento del Estrés en estudiantes universitarios. *Revista de Psicología*, 37(2), 473-493. <https://doi.org/10.18800/psico.201902.005>
- Pineda, D. (2012). *Estrés parental y estilos de afrontamiento en padres de niños con trastornos del espectro autista* [Tesis de Licenciatura en Psicología, Pontificia Universidad Católica del Perú]. <http://hdl.handle.net/20.500.12404/1659>
- Polanco, J. (2019). *Adaptación del inventario de afrontamiento COPE en adultos pertenecientes a la población económicamente activa de Lima Metropolitana* [Tesis de Licenciatura en Psicología, Universidad de Lima]. https://repositorio.ulima.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12724/9994/Polanco_Cano_Jocelyn.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Quispe-Molina, G. (2021) Relación entre las características del aislamiento social por la pandemia de COVID-19 con el estrés y el afrontamiento al estrés en estudiantes universitarios de Arequipa

- 2020 [Tesis de Licenciatura en Psicología Clínica, Pontificia Universidad Católica del Perú]. <https://tesis.pucp.edu.pe/repositorio/handle/20.500.12404/689>
- Romero-Montes, A. D., Sánchez-Chávez, F. N., Lozano-Vargas, A., Ruíz-Grosso, P., & Vega-Dienstmaier, J. (2016). Estructura de la sintomatología psiquiátrica según el SRQ-18 en pacientes ambulatorios con trastornos mentales evaluados en un hospital general de Lima. *Revista de Neuro-Psiquiatría*, 79(3), 142-151. http://www.scielo.org.pe/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0034-85972016000300003&lng=es&tlng=es.
- Saleh, D., Camart, N., & Romo, L. (2017) Predictors of Stress in College Students. *Front. Psychol.* 8:19.
- Sattar, K., Yusoff, M., Arifin, W., & Nor, M. (2022). Effective coping strategies utilized by medical students for mental health disorders during undergraduate medical education-a scoping review. *BMC Medical Education*, 22(121), 1-13. <https://doi.org/10.1186/s12909-022-03185-1>
- Schetsche, C., & Jaume, L. C. (2020). Un modelo causal de ecuaciones estructurales para describir el proceso conductual en el manejo de estrategias de afrontamiento. XII Congreso Internacional de Investigación y Práctica Profesional en Psicología. XXVII Jornadas de Investigación. XVI Encuentro de Investigadores en Psicología del MERCOSUR. II Encuentro de Investigación de Terapia Ocupacional. II Encuentro de Musicoterapia. Facultad de Psicología - Universidad de Buenos Aires, Buenos Aires. <https://www.aacademica.org/000-007/913>
- Ticona, S., Paucar, G., & Llerena, G. (2006). Nivel de estrés y estrategias de afrontamiento en estudiantes de la Facultad de Enfermería - UNSA Arequipa. 2006. *Revista electrónica cuatrimestral de Enfermería*, 1(19), 1-18.
- Vazquez, J. (2013). *Modelos de ecuaciones estructurales en Psicología* [Trabajo de fin de Máster, Universidad Politécnica de Valencia]. https://riunet.upv.es/bitstream/handle/10251/44523/Vazquez_Molina_Joan_TFM_Investmat.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Yamada, G., Castro, J. F., & Rivera, M. (2012). *Educación superior en el Perú: retos para el aseguramiento de la calidad*. SINEACE. [http://repositorio.minedu.gob.pe/bitstream/handle/20.500.12799/937/563.%20Educaci%
c3%b3n%20superior%20en%20el%20Per%c3%ba%20retos%20para%20el%20aseguramiento%20de%20la%20calidad.pdf?sequence=1&isAllowed=y](http://repositorio.minedu.gob.pe/bitstream/handle/20.500.12799/937/563.%20Educaci%c3%b3n%20superior%20en%20el%20Per%c3%ba%20retos%20para%20el%20aseguramiento%20de%20la%20calidad.pdf?sequence=1&isAllowed=y)

Recibido: 06/02/2024

Revisado: 28/10/2024

Aceptado: 24/02/2025