

TIPOS DE PÉRDIDAS Y ESTRATEGIAS DE AFRONTAMIENTO EN ESTUDIANTES DE ODONTOLOGIA

María de Jesús Ortega-Bañuelos*, Luz Patricia Falcón-Reyes, Christian Starlight Franco-Trejo,
Ana Karenn González-Álvarez, Nubia Maricela Chávez-Lamas, Juan Carlos Medrano-Rodríguez

Correo electrónico: *mariaorte@hotmail.com

RESUMEN

Introducción: El duelo es un proceso que se experimenta ante cualquier tipo de pérdida que los seres humanos atraviesan en alguna etapa de la vida, la adaptación y reorganización juega un papel importante, brindando estrategias de afrontamiento para avanzar durante el proceso. **Objetivo:** Establecer el tipo de pérdidas y estrategias de afrontamiento en estudiantes de sexto y octavo semestre de la Unidad Académica de Odontología, Universidad Autónoma de Zacatecas. **Materiales y métodos:** Se realizó un estudio observacional, descriptivo y transversal en estudiantes que realizaron su práctica clínica en la CLIMUZAC, durante enero - junio 2020, mediante un muestreo aleatorio estratificado con un total de 127 alumnos, 101 de octavo y 26 de sexto semestre, recopilando información mediante un cuestionario de elaboración propia con preguntas dicotómicas, realizando una base de datos en el paquete estadístico SPSS versión 22 para el procesamiento y análisis de la información. **Resultados:** Un 80.5% tuvo alguna pérdida durante sus estudios universitarios. Este porcentaje se divide en las siguientes pérdidas: por un ser querido 38.6%, por noviazgo 34.6%, por cambio de residencia 21.3%, de mascota 17%, de salud 14.2%, por secuestro 8.7%, por divorcio de padres 7.9%, de desaparición de un ser querido 4.7% y de amputación de algún miembro 3.1%. Las estrategias de afrontamiento que utilizaron los estudiantes fueron: ayuda terapéutica 52%, actividad física o deporte 54.3%, meditación o yoga 6.3%, hábito de la lectura 45.7%, ayuda espiritual 36.2%, ayuda mutua 6.3%, red de apoyo (cuenta con amigos, pareja, etc) 97.6%. **Conclusiones:** El tipo de pérdida por un ser querido durante su formación fue más alto al igual que el término de noviazgo; mientras las principales estrategias de afrontamiento fueron apoyo social, ayuda terapéutica, actividades físicas y deporte, hábitos de lectura y en un ser espiritual (apoyo en la religión que profese).

Palabras Clave: Tipo de pérdida, estrategias de afrontamiento, estudiantes universitarios.

ABSTRACT

Introduction: Grief is a process that is experienced in the face of any type of loss that human beings go through at some stage of life, adaptation and reorganization play an important role, providing coping strategies to advance during the process. **Objective:** To establish the type of losses and strategies to cope in sixth and eighth semester students of the Academic Unit of Dentistry, Autonomous University of Zacatecas. **Materials and methods:** An observational, descriptive and cross-sectional study was carried out in students who carried out their clinical practice at CLIMUZAC, during January - June 2020, through a stratified random sampling with a total of 127 students, 101 from the eighth and 26 from the sixth semester, collecting information through a self-elaborated questionnaire with dichotomous questions, making a database in the statistical package SPSS version 22 for the processing and analysis of the information. **Results:** 80.5% had some loss during their university studies. This percentage is divided into the following losses: by a loved one 38.6%, by courtship 34.6%, by change of residence 21.3%, pet 17%, health 14.2%, by kidnapping 8.7%, by divorce of parents 7.9%, disappearance of a loved one 4.7% and amputation of a limb 3.1%. The coping strategies used by the students were: therapeutic help 52%, physical activity or sport 54.3%, meditation or yoga 6.3%, reading habit 45.7%, spiritual help 36.2%, mutual

help 6.3%, support network (account with friends, partner, etc.) 97.6%. **Conclusions:** The type of loss for a loved one during their training was higher, as was the term of the courtship; while the main strategies to cope were social support, therapeutic help, physical activities and sports, reading habits and in a spiritual being (support in the religion that he professes).

Key Words: Type of loss, coping strategies, university students.

INTRODUCCIÓN

El duelo es considerado como una reacción emocional que se experimenta ante cualquier pérdida ya sea de un ser querido o de algún elemento que tenga un significado sobresaliente en la vida de la persona, este se manifiesta en ciertas etapas con diferentes sensaciones fisiológicas, psicológicas y sociales. Bowlby (1980) citado en Chaparro Díaz (2017). Nomen (2017). Menciona que cuando las personas tienen una pérdida, inician lo que se denomina «proceso de duelo», que es la forma en que la mente se sanará tras el dolor provocado. Por todo ello, conocer el proceso de duelo, su evolución y lo que puede dificultar su desarrollo proporcionará las herramientas para afrontarlo.

Neimeyer (2002), describió que existen diferentes fases que conllevan a tener un proceso más saludable para ir superando esta pérdida, cuando el duelo es muy intenso y no se lleva adecuadamente puede desencadenar en un duelo patológico afectando sus áreas de ajuste y dificultando la adaptación a las diferentes actividades que anteriormente realizaba.

El duelo incluye componentes emocionales, cognitivos y relacionales, y su elaboración dependerá de numerosas variables. La pérdida de un ser querido se puede considerar como una de las mayores crisis que enfrenta el ser humano, causando dificultades en distintas áreas de su cuerpo. Es así como la adaptación y la reorganización tanto en el área emocional como de círculo familiar, juega un papel importante en la aceptación de la pérdida brindando posibles estrategias de afrontamiento para avanzar en este proceso. Folkman L. (1986) citado en Chaparro Díaz (2017)

Las estrategias de afrontamiento surgen como un medio de respuesta para el ser humano, en cuanto a la adaptación y desarrollo personal,

social, familiar y cultural. Estos mecanismos de afrontamiento se ejecutan mediante estímulos internos como externos del sujeto, dependiendo además de la experiencia pasada que se haya tenido con dichas situaciones. Rivero (2018)

Chaparro y col. (2017) hicieron un estudio cualitativo, una vez realizado el proceso de entrevista con la adolescente se identificó la transición y vivencia de cada una de las etapas del duelo basados en la teoría de Bowlby bajo la cual exponen las cuatro fases tras la experiencia de la pérdida: Entorpecimiento e incredulidad, la añoranza y búsqueda, desorganización y desesperanza y nivel de reorganización. Se concluyó que se puede evidenciar que existe una relación entre los planteamientos teóricos y la experiencia del proceso de duelo vivenciado por el adolescente, haciendo un reconocimiento de las fases por las que se debe atravesar durante el proceso de duelo, según el planteamiento teórico de Bowlby e identificación de las diversas estrategias de afrontamiento empleadas para dar manejo a dicha experiencia.

Lazarus y Folkman (1986) en (Arroyave y Flórez 2019), definen al afrontamiento como esfuerzos cognitivos y conductuales constantemente cambiantes que se desarrollan para operar las demandas específicas externas y/o internas que son evaluadas como excedentes o desbordantes de los recursos del individuo.

Los autores antes mencionados entienden el afrontamiento como un proceso que está en constante cambio y con fines adaptativos, donde el sujeto y el ambiente están en relación constante, por otro lado, el afrontamiento es definido por Everly (1989) “como un esfuerzo para reducir o mitigar los efectos aversivos del estrés, esfuerzos que pueden ser psicológicos o conductuales”. En la misma línea, Fryden-

berg y Lewis (1997) citado en (Arroyave y Bedoya, 2019) definen al afrontamiento como “las estrategias conductuales y cognitivas para lograr una transición y una adaptación efectivas”.

Valadez y col. (2011) mediante un estudio descriptivo fue Identificar el tipo de estrategia de afrontamiento empleada con mayor frecuencia por docentes de educación superior. Se realizó una adaptación al Inventario de Estilos de Afrontamiento de Lazarus y Folkman, de los resultados obtenidos, los docentes emplean estrategias poco funcionales: confrontación 3%, distanciamiento 15% y huida-evitación 0.5%. Algunas estrategias facilitadoras: búsqueda de apoyo social 44.9%, planificación 55% y reevaluación positiva 32.8%, son las que se emplean con mayor frecuencia. Las mujeres emplean con mayor frecuencia la estrategia de búsqueda de apoyo social en comparación a los varones.

En esta investigación, se identificó el tipo de pérdidas y las estrategias de afrontamiento en estudiantes de sexto y octavo semestre, con práctica clínica en la CLIMUZAC de la Universidad Autónoma de Zacatecas, Unidad Académica de Odontología durante el periodo enero - junio 2020.

MATERIAL Y MÉTODO

Se realizó un estudio de tipo observacional, descriptivo y transversal en estudiantes que realizaron su práctica clínica en la CLIMUZAC, mediante un muestreo aleatorio estratificado con un total de 127 alumnos, 101 de octavo y 26 de sexto semestre, recopilando información mediante un cuestionario de elaboración propia con 10 preguntas de tipo dicotómicas sobre los tipos de pérdidas y 7 preguntas de tipo dicotómicas sobre las estrategias de afrontamiento, los datos se recopilaron previo consentimiento informado, la aplicación del cuestionario fue en los tiempos libres que tuvieron los estudiantes, se les aplicó en un espacio donde no hubiera interrupciones y con las menores distracciones para que la información fuera más confiable. Realizando una base de datos en el paquete

estadístico SPSS versión 22, para el procesamiento y análisis de la información.

RESULTADOS

Un 80.5% ha tenido una pérdida durante sus estudios universitarios. Este porcentaje se divide en las siguientes pérdidas: por un ser querido 38.6%, por noviazgo 34.6%, por cambio de residencia 21.3%, de mascota 17%, de salud 14.2%, por secuestro 8.7%, por divorcio de padres 7.9%, de desaparición de un ser querido 4.7% y de amputación de un miembro 3.1%.

Tabla 1. Tipo de Pérdidas en Estudiantes Universitarios

	SI	NO
¿Has tenido una pérdida significativa en el transcurso de tu formación universitaria?	102 (80.5%)	25 (19.7%)
Pérdida por noviazgo	44 (34.6%)	83 (65%)
Pérdida por separación o divorcio de sus padres	10 (7.9%)	117 (92.1%)
Pérdida por amputación o función de un miembro del cuerpo	4 (3.1%)	123 (96.9%)
Pérdida de salud	18 (14.2%)	108 (84%)
Pérdida por desaparición forzada de un ser querido	6 (4.7%)	121 (95.3%)
Pérdida por secuestro	11 (8.7%)	116 (91.3%)
Pérdida de mascota	22 (17.3%)	105 (82.7%)
Pérdida por cambio de residencia	27 (21.3%)	100 (78.7%)

Los alumnos utilizan diferentes actividades como estrategias de afrontamiento: ayuda terapéutica 52%, actividad física o deporte 54.3%, meditación o yoga 6.3%, hábito de la lectura 45.7%, ayuda espiritual 36.2%, ayuda mutua 6.3%, red de apoyo (cuenta con amigos, pareja, etc) 97.6%.

Tabla 2. Estrategias de Afrontamiento en Estudiantes Universitarios

	SI	NO
¿Usted considera que necesita ayuda terapéutica?	66 (52 %)	61 (41.0%)
¿Usted realiza alguna actividad física o deporte?	69 (54.3%)	58 (45.7%)
¿Usted practica la técnica de meditación o yoga?	8 (6.3%)	119 (93.7%)
¿Usted tiene el hábito de la lectura?	58 (45.7%)	69 (54.3%)
¿Usted podría considerarse un ser espiritual?	46 (36.2%)	81 (63.8%)
¿Usted forma parte de algún grupo de ayuda mutua	8 (6.3%)	119 (93.7%)
¿Cuenta con una red de apoyo (amigos, familia, pareja, etc.)?	124 (97.6%)	3 (2.4%)

DISCUSIÓN

Veloso y col. (2010) mediante un estudio expost facto retrospectivo, para evaluar las estrategias de afrontamiento utilizadas por los

adolescentes. Concluyó que los adolescentes enfrentan sus dificultades recurriendo a diversiones relajantes como escuchar música o ver televisión, o a través de la distracción física como el deporte, al igual que en el estudio de la UAO, ya que el 53.3% realizan alguna actividad física o deporte.

Castañón y León (2010), describieron las estrategias de afrontamiento en una muestra de 162 estudiantes. Estos autores expresan que los alumnos su mayor utilización de estrategias de afrontamiento que más prevaleció fue la de buscar apoyo social 63%, al igual en este estudio el 97.6% los estudiantes de la UAO/UAZ cuentan con una red de apoyo (amigos, familia, pareja, etc) del 97.6%.

Pargament y Koenig (1997) citados por Yoffe, L. (2007) desarrollaron el concepto de afrontamiento religioso como el “tipo de afrontamiento donde se utilizan creencias y comportamientos religioso con el tipo de afrontamiento para prevenir y/o aliviar las consecuencias negativas de sucesos de vida estresante, tanto como para facilitar la solución de problemas”. Así mismo en este estudio se identificó el apoyo en la religión como una estrategia de afrontamiento en los estudiantes.

CONCLUSIONES

La prevalencia del tipo de pérdida por un ser querido durante su formación fue más alta junto con la de pérdida de noviazgo. Las principales estrategias de afrontamiento fueron apoyo social, ayuda terapéutica, actividades físicas y deporte, hábitos de lectura y en un ser espiritual (apoyo en la religión que profese). Los síntomas de una pérdida pueden ser un reflejo de la percepción personal de adaptarse o no ante alguna pérdida significativa a lo largo de la vida. Los resultados fueron consistentes con los antecedentes teóricos y empíricos expuestos, en tanto los afrontamientos más utilizados se ajustan a las características de las pérdidas experimentadas.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

Arroyave Correa, L. M., & Bedoya Flórez, M.

(2019). Estudio de caso del proceso de adaptación psicosocial de personas con amputación de miembro inferior por accidente con mina antipersonal (Doctoral dissertation, Corporación Universitaria Lasallista).

Castañón y León (2010). Estrategias de afrontamiento del estrés y estilos de conducta interpersonal. Universidad de Extremadura España. https://www.redalyc.org/pdf/560/56017095004.pdf?fbclid=IwAR3arr6dv03hrHXdZ0qkGJUgUIXQYV RK8MpbjZSiH0zYmRtQ9i4Vdeu9_M8

Chaparro, Hernándezy Murcia. (2017) Descripción de las estrategias de afrontamiento del duelo por pérdida de la figura materna en una adolescente de 19 años estudio de caso. Facultad de ciencias Humanas y sociales seminario sobre manejo de duelo 2017. <http://hdl.handle.net/20.500.12494/14617>

Neimeyer, R. (2002). Aprender de la pérdida. Una guía para afrontar el duelo. Barcelona: Paidós.

Neimeyer, R. (2012). Aprender de la pérdida. Una guía para afrontar el duelo. y Worden, J. William El tratamiento del duelo. Asesoramiento psicológico y terapia [fecha de acceso julio 2012]. URL: <http://gemma.atipic.net/pdf/332AD10607C.pdf>

Riveros Rosas, Angélica (2018). Los estudiantes universitarios: vulnerabilidad, atención e intervención en su desarrollo. Revista Digital Universitaria (RDU). Vol. 19, núm. 1 enero-febrero. DOI: <http://doi.org/10.22201/codeic.16076079e.2018.v19n1.a6>

Valadez, Bravo, Vaquero, Ortega y Escamilla (2011) Empleo de estrategias de afrontamiento en docentes de educación superior. UNAM Facultad de estudios superiores Iztacala Mexico. https://www.researchgate.net/publication/265641754_EMPLEO_DE ESTRATEGIAS_DE_AFRONTAMIENTO_EN_DOCENTES_DE_EDUCACION_SUPERIOR

Veloso, Caqueo, Muñozy Villegas (2010) Estrategias de afrontamiento en adolescentes. Departamento de Psicología Universidad de Tarapacá. 22, 23-34. <https://www.scielo.br/j/fractal/a/xLc9HtJS8PdgdRhCvRf7MNM/?lang=es>

Yoffe, L. (2007). Efectos positivos de la religión y la espiritualidad en el afrontamiento de duelos. *Psicodébate*, 7, 193-206