



Facultad de Ciencias Jurídicas y Sociales
Licenciatura en Psicología

Trabajo de Integración Final

**Relaciones entre las estrategias de aculturación, el nivel de estrés aculturativo y
las estrategias de afrontamiento en estudiantes universitarios colombianos
residentes en Buenos Aires**

Valentina Amaya Méndez

LU: 1042364

Diciembre, 2016

Tutor: Lic. Murata, Cecilia

Agradecimientos

La realización de esta investigación fue posible gracias al apoyo incondicional de mi familia, que a pesar de la distancia me han acompañado en cada uno de los pasos que me han conducido hacia el inicio de mi carrera profesional. Agradezco inmensamente la ayuda y la disposición de mi tutora, Cecilia Murata, quien me ha incentivado la pasión y la fascinación por la complejidad de los fenómenos culturales. Gracias a cada uno de los colombianos que me colaboraron con su participación, y a cada una de las personas que me ayudaron con la difusión de esta investigación. Finalmente, ¡infinitas gracias a la Argentina por haberme abierto las puertas hacia el mundo culturalmente diverso y hacia mi propia aculturación!

Resumen

En este trabajo se analizan las relaciones entre las Estrategias de aculturación, el nivel de Estrés por aculturación y las Estrategias de afrontamiento en estudiantes universitarios colombianos residentes en el Área Metropolitana de Buenos Aires (AMBA). Para ello se administró la Escala de aculturación de Berry, adaptada por Piontkowski y Florack (1995), una versión adaptada de la Escala de Estrés de Aculturación Social, Actitudinal, Familiar, Ambiental (SAFE) de Mena y otros (1987), y el cuestionario COPE-28 (Carver, 1997) adaptado al español por Morán, Landero y González (2010), a una muestra de 181 estudiantes universitarios colombianos. También se analizó la distribución de estas variables según los factores que componen a cada una de ellas, y en función de las características sociodemográficas.

Los resultados obtenidos indican que no hay una relación unívoca entre las Estrategias de aculturación y el nivel de Estrés aculturativo, ni entre las Estrategias aculturativas y las Estrategias de afrontamiento, ni entre el nivel de Estrés y las Estrategias de afrontamiento desplegadas por los participantes. Asimismo, se halló una Estrategia aculturativa conceptualizada como Multicultural. Entre otras cosas, se determinó que el apoyo social y el apoyo emocional correlacionan negativamente con el estrés aculturativo, por lo que la clasificación de las Estrategias de afrontamiento entre adaptativas y desadaptativas limita la conceptualización situacional que las caracteriza. Estos resultados destacan la complejidad del fenómeno de aculturación.

Palabras clave: aculturación, estrategias aculturativas, estrés aculturativo, afrontamiento adaptativo, afrontamiento desadaptativo

Abstract

The purpose of this study was to analyze the relationships between Acculturation Strategies, Acculturation Stress and Coping Strategies in Colombian university students living at Buenos Aires Metropolitan Area (AMBA). To accomplish this purpose, a sample of 181 Colombian university students were assessed with the following instruments: Berry Acculturation Scale, adapted by Piontkowski and Florack (1995), an adapted and translated version of Social, Attitudinal, Family, and Environmental Acculturation Stress Scale (SAFE) by Mena et al. (1987), and the Spanish version of the COPE-28 questionnaire (Carver, 1997) adapted by Morán, Landero and González (2010).

The results indicate that there is no univocal relationship between Acculturation Strategies and Acculturation Stress, nor between Acculturative Strategies and Coping Strategies, nor between Stress level and Coping Strategies deployed by the participants. A Multicultural acculturative strategy was found. It was determined that social support and emotional support correlated negatively with Acculturation Stress, as well. Therefore, classification of adaptive and maladaptive Coping Strategies limits the situational conceptualization that characterizes them. These results highlight the complexity of Acculturation phenomenon.

Key words: acculturation, acculturative strategies, acculturative stress, adaptive coping, maladaptive coping

Índice

I.	Introducción	6
II.	Objetivos.....	9
A.	Objetivo general	9
B.	Objetivos específicos.....	9
III.	Estado del arte	9
IV.	Marco teórico.....	17
A.	Aculturación, Estrategias aculturativas y Estrés por aculturación	17
B.	Afrontamiento y Estrategias de afrontamiento	21
C.	Estrategias aculturativas, Estrés por aculturación y Estrategias de afrontamiento.....	24
V.	Metodología	26
A.	Diseño de investigación.....	26
B.	Participantes	26
C.	Instrumentos	27
D.	Procedimiento	29
VI.	Resultados	29
A.	Características de la muestra	29
B.	Estrategias aculturativas	32
1.	Correlaciones entre las Estrategias aculturativas.....	33
2.	Estrategias aculturativas según variables sociodemográficas.....	33
C.	Estrés por aculturación.....	36
1.	Correlaciones entre factores de Estrés aculturativo del SAFE	37
2.	Estrés por aculturación según variables sociodemográficas	38
3.	Niveles de Estrés aculturativo y Estrategias aculturativas.....	40
D.	Estrategias de afrontamiento.....	42
1.	Correlaciones entre las Estrategias de afrontamiento para COPE-28.....	43
2.	Correlaciones entre Estrategias de afrontamiento para SAFE	46
3.	Estrategias de afrontamiento según variables sociodemográficas	47
4.	Estrategias de afrontamiento según niveles de Estrés aculturativo.....	53
E.	Correlaciones entre Estrategias de aculturativas y Estrategias de afrontamiento.....	56
F.	Estrategias de afrontamiento según Estrategias aculturativas predominantes	58

G.	Correlaciones entre Estrés aculturativo y Estrategias de afrontamiento	61
1.	Factores de Estrés aculturativo y afrontamiento	63
VII.	Discusión.....	67
VIII.	Conclusiones.....	86
IX.	Referencias	92
X.	Anexos.....	95
A.	Instrumentos	95
-	Cuestionario Sociodemográfico	95
-	Escala de aculturación de Berry, adaptada por Piontkowski y Florack (1995).....	96
-	Escala de Estrés de Aculturación Social, Actitudinal, Familiar, Ambiental (SAFE) de Mena, Padilla y Maldonado (1987) traducida al español	97
-	Cuestionario COPE- 28 (Según el original de Carver, 1997, adaptado por Morán, Landero y González, 2010).....	98
B.	Tablas	100

I. Introducción

En la actualidad la migración se constituye como un proceso que cada vez se vuelve más extensivo a diferentes comunidades y por diferentes motivos. Algunos de los países que reciben un gran porcentaje de emigrantes son Estados Unidos, España, Alemania y Argentina como el país con mayor cantidad de inmigrantes en América Latina (Akhtar & Kröner-Herwig, 2015; Belizaire & Fuertes, 2011; Dirección Nacional de Migraciones, 2015; Falconier, Nussbeck & Bodenmann, 2013; Patiño Rodríguez & Kirchner Nebot, 2011; Sánchez, Dillon, Ruffin & De La Rosa, 2012). La Organización de Naciones Unidas (ONU) informó en el año 2013 que según la Organización Internacional para las Migraciones (OIM), la población del territorio argentino estaba compuesta por unos 1,8 millones de extranjeros, es decir el 4,5% de la población. Adicionalmente se encontró que del total de extranjeros que residen en Argentina el 85% de ellos son nativos de países limítrofes como Paraguay y Uruguay; incluyen también a la población proveniente de Perú. En la actualidad, uno de los principales motivos por los que hay tanta movilización hacia el país es de carácter laboral, es decir que en su mayoría aquellos que llegan como inmigrantes al territorio argentino lo hacen en búsqueda de su inserción laboral (Congreso Internacional de Migraciones, s.f., en Dirección Nacional de Migraciones, 2015; González, Jensen & Suárez Rodríguez, 2016; Melella, 2014). A pesar de que algunos organismos nacionales identifican esta causa de las migraciones, también es de real importancia el crecimiento de la movilidad estudiantil y la continua llegada de alumnos internacionales que viajan a la Argentina para estudiar carreras de grado, posgrado, y en algunos casos para aprender y/o perfeccionar el español (González et al., 2016; Melella, 2014; Observatorio de Comercio Internacional de Buenos Aires, 2013).

Recientemente, González y otros (2016), publicaron una investigación con el respaldo del Consulado de Colombia en Buenos Aires y la OIM, en donde se estudian las migraciones colombianas hacia la Argentina. Los autores afirman que la migración colombiana ha aumentado significativamente en la última década, y en comparación con otros grupos de extranjeros, ha sido la que más se ha incrementado. Tomando datos del censo del 2010, se evidencia que la gran mayoría de los colombianos residen en la Ciudad Autónoma de Buenos Aires y en la provincia de Buenos Aires. Se identifica, además, que el principal motivo de viaje de los colombianos hacia la Argentina es por estudios, seguido de las oportunidades laborales, y en última instancia por motivos familiares (González et al., 2016).

En consonancia con estos datos se encuentran los publicados por el Observatorio de Comercio Internacional de Buenos Aires (2013) en su estudio titulado *Estudiantes internacionales “quiénes son, de dónde vienen, qué hacen y qué opinan”*. En esta investigación diagnóstica realizada con 587 alumnos extranjeros residentes del AMBA, el 33% de los encuestados eran colombianos, es decir que son la nacionalidad con mayor población estudiantil; al margen de ellos se ubican los estadounidenses con casi la mitad de porcentaje (14%), Francia (7,5%), México (7%) y Venezuela (4%) (Observatorio de Comercio Internacional de Buenos Aires, 2013). Los datos dan cuenta de lo significativa que es la cantidad de colombianos en relación con las otras poblaciones de migrantes que se encuentran realizando sus estudios universitarios en la ciudad de Buenos Aires. Estos valores son indicativos de cuán importante es la presencia de esta población y cuán oportuno es estudiar, analizar e indagar las experiencias que tienen, cómo las vivencian y la significatividad que tiene en ellos acomodarse a la cultura argentina.

El proceso que atraviesan los colombianos, al igual que los otros inmigrantes, implica una transición del lugar de origen a un nuevo contexto en el que habrá que hacer reajustes culturales y sociales, y dentro de este marco pueden surgir nuevas experiencias y demandas que sean percibidas como estresantes (Achontegui, 2002, 2009, en Patiño Rodríguez & Kirchner Nebot, 2011). Es precisamente esta serie de transformaciones la que se conoce con el nombre de aculturación, en tanto “(...) Integración a una nueva cultura” (Berry, 1997, en Patiño Rodríguez & Kirchner Nebot, 2011, pág. 152). Ante el encuentro cultural, cada individuo del grupo inmigrante definirá la Estrategia aculturativa, o la forma para enfrentar la aculturación. El modo en el que lo hagan estará determinado tanto por el deseo de mantener la cultura de origen, como por la preferencia por el contacto cultural y la participación con grupos diferentes al propio (Berry, 1997). La elección de la Estrategia aculturativa también se relaciona con el nivel educativo máximo alcanzado, pues entre más alto sea el nivel educativo, mayor será el interés por relacionarse con la cultura de acogida y con sus miembros (Retortillo Osuna, 2010). Como parte de todo el proceso aculturativo, podrá surgir el *Estrés por aculturación* como consecuencia de percibir que las capacidades personales se encuentran excedidas por las nuevas demandas a las que se enfrenta cada individuo (Williams & Berry, 1991 en Ugalde Watson, Smith Castro, Moreno Salas & Rodríguez García, 2011). Ante la experiencia de estrés, las personas ponen a disposición diferentes estrategias que sirven para hacer frente a estos eventos (Lazarus & Folkman, 1984, en Belizaire & Fuertes, 2011).

En este trabajo se utilizarán indistintamente los conceptos de Estrategias de aculturación y Estrategias aculturativas ya que aluden a la forma en la que los extranjeros asumirán la aculturación. De igual forma, los constructos de Estrés por aculturación y Estrés aculturativo, ya que la fuente del malestar se encuentra en la interacción constante entre culturas diferentes (Berry, Poortinga, Segall & Dasen, 2002).

Ya varios investigadores han indagado la relación entre las Estrategias de aculturativas, el Estrés por aculturación y las Estrategias de afrontamiento en diversas comunidades (Akhtar & Kröner-Herwig, 2015; Belizaire & Fuertes, 2011; Falconier et al., 2013; Kosic, 2004; Miranda & Matheny, 2000; Patiño Rodríguez & Kirchner Nebot, 2011; Sánchez et al., 2012; Sosa & Zubieta, 2010), pero hasta la fecha no se ha encontrado ninguna investigación que estudie y analice ambas variables en la población universitaria de colombianos que viven el AMBA, a pesar de ser la comunidad con mayor presencia en esta zona.

En este orden de ideas resulta relevante indagar ¿cuál es la relación entre las Estrategias aculturativas, el Estrés por aculturación y las Estrategias de afrontamiento de los estudiantes universitarios colombianos residentes en el Área Metropolitana de Buenos Aires? Con base en este problema de investigación se plantean las siguientes hipótesis:

1. Las Estrategias aculturativas se relacionan con el nivel de Estrés por aculturación de los estudiantes universitarios colombianos residentes en el AMBA.
 - Las Estrategias aculturativas de Separación y Marginación se asocian con un elevado nivel de Estrés por aculturación.
 - Las Estrategias aculturativas de Integración y Asimilación se asocian con un bajo nivel de estrés.
2. Las Estrategias aculturativas se relacionan con las Estrategias de afrontamiento utilizadas por los estudiantes universitarios colombianos residentes en el AMBA.
 - Las Estrategias aculturativas de Separación y Marginación se asocian con Estrategias de afrontamiento desadaptativas.
 - Las Estrategias aculturativas de Integración y Asimilación se asocian con Estrategias de afrontamiento adaptativas.
3. El nivel de Estrés por aculturación se relaciona con las Estrategias de afrontamiento de los estudiantes universitarios colombianos residentes en AMBA.
 - Un alto nivel de Estrés aculturativo se asocia con Estrategias de afrontamiento desadaptativas.

- Un bajo nivel de Estrés aculturativo se asocia con Estrategias de afrontamiento adaptativas.

II. Objetivos

Se definieron los siguientes objetivos teniendo como guía la pregunta de investigación y las hipótesis planteadas:

A. Objetivo general

Analizar la relación entre las Estrategias de aculturativas, el Estrés por aculturación, las Estrategias de afrontamiento desplegadas por los estudiantes universitarios colombianos para lidiar con el proceso de aculturación en el Área Metropolitana de Buenos Aires.

B. Objetivos específicos

- Estudiar las Estrategias de aculturativas desplegadas por los estudiantes universitarios colombianos.
- Estudiar los niveles de Estrés por aculturación en estudiantes colombianos universitarios.
- Estudiar las Estrategias de afrontamiento implementadas por la población universitaria colombiana durante el proceso de aculturación.
- Analizar la relación entre las Estrategias aculturativas y las Estrategias de afrontamiento utilizadas por los estudiantes universitarios colombianos.
- Analizar la relación entre el nivel de Estrés por aculturación y las Estrategias de afrontamiento de los estudiantes universitarios colombianos.
- Analizar la relación entre las Estrategias aculturativas y el nivel de Estrés por aculturación de los estudiantes universitarios colombianos.

III. Estado del arte

Para poder delinear más el problema de investigación, se consideran las investigaciones con contrastación empírica realizadas durante los últimos seis años (periodo 2010-2016) que tengan en cuenta las variables elegidas. Esta tarea se llevó a cabo con el empleo de las bases de datos EBSCO, Redalyc y la red social Research Gate, usando como palabras para la búsqueda avanzada *acculturative stress, coping, immigration, stress, acculturation strategies, aculturación,*

Relaciones entre las estrategias de aculturación, el nivel de estrés aculturativo y las estrategias de afrontamiento en estudiantes universitarios colombianos residentes en Buenos Aires

Amaya Méndez Valentina

Lic. en Psicología

Estrés aculturativo y afrontamiento. De los resultados obtenidos, se filtraron algunas publicaciones por la composición de la muestra (aquellas que trabajaban con niños o con adolescentes se dejaron de lado por no corresponder al rango etario pretendido), variables que aludían a conceptos del área médica y presentar objetivos que no se ajustaran a la intencionalidad de la investigación propuesta.

Los abordajes que más se relacionan con el propósito de este proyecto son el realizado por Belizaire y Fuertes (2011), y el de Patiño Rodríguez y Kirchner Nebot (2011). En ambos se hace foco sobre el estrés derivado del proceso migratorio y como tal de la aculturación, y sobre las formas en las que las personas afrontan las situaciones contenidas en estos fenómenos. Aunque la terminología que se utiliza puede ser variada, bien sea estrés migratorio, Estrés por aculturación o Estrés aculturativo, conceptualmente se apunta a los niveles de estrés que surgen de la migración como una transición que implica un impacto psicológico por los esfuerzos de adaptación a una nueva cultura (Belizaire & Fuertes, 2011; Patiño Rodríguez & Kirchner Nebot, 2011). Este shock cultural en el que se encuentran los inmigrantes, sumado a las Estrategias de afrontamiento empleadas (aproximación o evitación) puede llevar a que las personas implicadas en este proceso presenten determinada sintomatología, principalmente depresiva y ansiosa (Patiño Rodríguez & Kirchner Nebot, 2011). Partiendo de esta premisa, podría considerarse que la evaluación de la sintomatología depresiva realizada por Patiño Rodríguez y Kirchner Nebot (2011) en latinos residentes en Barcelona se contempla como una dimensión del constructo Calidad de Vida, estudiada por Belizaire y Fuertes (2011) en haitianos viviendo en Nueva York y en Miami.

En el caso del estudio de Patiño Rodríguez y Kirchner Nebot (2011), se tomó una Escala de Estrés Percibido (EEP, Cohen, Kamarck & Mermelstein, 1983), el Inventario de Respuestas de Afrontamiento de Adultos (Coping Response Inventory-Adult Form, Moss, 1993) y la Adaptación española hecha por González de Rivera, De las Cuevas, Rodríguez-Abuin y Rodríguez-Pulido (2002) del Listado de Síntomas Revisado SCL-90-R (Derogatis, 1977). Por su lado, Belizaire y Fuertes (2011) tomaron un cuestionario sociodemográfico, la Escala de Experiencias en Relaciones Cercanas de Brennan, Clarck y Shaver (1998), el Brief COPE (Carver, 1997), y el WHOQOL-BREF (Calidad de vida). Al entender la calidad de vida como constructo que incluye conceptos de la salud física y psicológica, relaciones sociales y entorno (WHO, 1998, en Belizaire & Fuertes, 2011), el indicador sobre sintomatología depresiva estaría informando sobre un detrimento en la salud psicológica de la población estudiada. Así pues, lo que se observa en

Relaciones entre las estrategias de aculturación, el nivel de estrés aculturativo y las estrategias de afrontamiento en estudiantes universitarios colombianos residentes en Buenos Aires

Amaya Méndez Valentina

Lic. en Psicología

estas investigaciones es una relación positiva entre depresión y estrés percibido, y una relación negativa entre Estrés por aculturación y Calidad de vida (Patiño Rodríguez & Kirchner Nebot, 2011; Belizaire & Fuertes, 2011). Esto implica que, ante un aumento del estrés percibido derivado del proceso de aculturación, podrán aumentar los niveles de sintomatología depresiva; y en consonancia con esto, disminuirá el nivel de calidad de vida de las personas.

Otra variable de no menor importancia estudiada por Belizaire y Fuertes (2011) fue el apego en el contexto de aculturación sabiendo que el sistema de apego se activa ante cambios significativos en la vida, por ejemplo, la aculturación. Usando la Escala de Experiencias en Relaciones Cercanas (Brennan, Clarck & Shaver, 1998) se determinaron los niveles de aproximación y de evitación que hacen a los tipos de apego. Los investigadores concluyeron que aquellos que contaban con un apego seguro estaban en la capacidad de reconocer el estrés y confiaban en que podrían encarar la situación. Por otro lado, las personas que manifestaban tener apegos no tan seguros, informaban mayores niveles de estrés y bajos índices de bienestar y de confianza en sí mismos (Belizaire & Fuertes, 2011). Es así como se puede considerar al apego como un mediador del Estrés por aculturación, pues si se cuenta con un sistema seguro, se podrá disminuir el nivel de Estrés por aculturación y se pondrán en práctica Estrategias de afrontamiento adaptativas (que sirvan para la disminución del estrés percibido y que procuren el bienestar).

Salvador, Pozo y Alonso (2010) desarrollaron una investigación en la que estudiaron las Estrategias aculturativas, la percepción de prejuicio ético, el apoyo social percibido de familia y amigos; la salud subjetiva y el bienestar conformado por: síntomas somáticos, la satisfacción con la vida, el estrés percibido y los niveles de depresión. Los autores enmarcan este conjunto de variables dentro de lo que se ha conceptualizado como el *Síndrome de Ulises*, es decir el conjunto de principales riesgos psicosociales que pueden sufrir los inmigrantes por las demandas del proceso de aculturación. Para este estudio la muestra estuvo conformada por inmigrantes argentinos, ecuatorianos y colombianos de la Provincia de Almería. Los resultados demuestran que en general los colombianos son el grupo cultural con mayores niveles de estrés. Adicionalmente, se encontró que cada grupo cultural estudiado se aculturaba en mayor o menor grado según los ámbitos a los que se hiciera referencia: trabajo, consumo, familia, formas de pensar, creencias y costumbres.

Los resultados de la investigación son contundentes al afirmar que, tanto para los inmigrantes ecuatorianos como colombianos el apoyo social es determinante para el bienestar, y particularmente para los ecuatorianos para la salud subjetiva (Salvador et al., 2010). Siguiendo a Navas Luque y otros (2004) y su Modelo Ampliado de Aculturación Relativa, demuestran que la aculturación es un fenómeno complejo por lo que no existe una única estrategia de aculturación, sino que depende del ámbito al que se refiera.

En función de este estudio se puede pensar que la medida de bienestar constituida en parte por el estrés percibido, en realidad apunta a medir el nivel de estrés asociado a la aculturación, sumado a otras circunstancias ajenas a la interacción cultural, tal como Patiño Rodríguez y Kirchner Nebot (2011) señalan. Así las cosas, el apoyo social como estrategia de afrontamiento, resulta adaptativa en tanto tiene la capacidad de reducir el estrés de los inmigrantes en el proceso de aculturación. Cabe resaltar que, dentro de los estudios conocidos más recientes sobre las temáticas abordadas, esta investigación de Salvador y otros (2010) es la única que incluye las Estrategias de aculturativas como una variable a medir. A su vez, llama la atención que se haya estudiado casi de manera aislada pues no se plantean asociaciones ni correlaciones con las demás variables. Esta situación plantea un desafío para intentar incorporar el estudio de las Estrategias de aculturativas en asociación con la presencia o no de niveles de estrés y la forma en la que las personas afrontan la experiencia migratoria.

Una investigación un poco más actual que incluye como variables el Estrés por aculturación, información sociodemográfica (influencias educacionales y culturales, manejo de idiomas, recursos económicos, entre otros) y estilos de afrontamiento, fue llevada a cabo por Akhtar y Kröner-Herwig (2015) con estudiantes internacionales en universidades alemanas. En este estudio se le dio gran importancia a determinar las variables sociodemográficas que se correlacionaban con un mayor grado de Estrés aculturativo, como respuesta la indicación de Folkman y Moskowitz (2004, en Akhtar & Kröner-Herwig, 2015), quienes postularon que aún hay desafíos para terminar de comprender el proceso de afrontamiento y sus resultados. Así toman la idea de indagar en cuestiones referidas a los aspectos sociales de cada individuo (Akhtar y Kröner-Herwig, 2015). Para estos fines utilizaron la Escala de Estrés por aculturación para Estudiantes Internacionales (ASSIS por sus siglas en inglés, Sandhu & Asrabadi, 1994), el Cuestionario de Estilos de Afrontamiento Enfocados en el Problema (PF-SOC, Heppner et al., 1995) y relevación de datos sociodemográficos. Con la información recabada y mediante análisis estadísticos llegaron a la conclusión que para los estudiantes internacionales que se encontraban

Relaciones entre las estrategias de aculturación, el nivel de estrés aculturativo y las estrategias de afrontamiento en estudiantes universitarios colombianos residentes en Buenos Aires

Amaya Méndez Valentina

Lic. en Psicología

en las universidades alemanas los estilos de afrontamiento explicaban solamente el 15% de la varianza. Es decir que los resultados se explican más por otros factores, en los que se incluyen la cultura de origen, experiencias previas de viajes interculturales, recursos económicos propios y edad. Adicionalmente afirman que los estudiantes latinoamericanos se sienten menos excluidos o rechazados que los africanos y los asiáticos por ser de una cultura diferente; esto lo explican por tener más cercanía cultural que los últimos (Akhtar & Kröner-Herwig, 2015). Con el Cuestionario de Estilos de Afrontamiento Enfocados en el Problema de Heppner y otros (1995) se plantean tres estilos: reflexivo (estudiar relaciones causales, planeamiento), supresivo (negación de los problemas y evitación de actividades de afrontamiento) y reactivo (respuestas emocionales fuertes, impulsividad y confusión cognitiva). Akhtar y Kröner-Herwig (2015) determinaron que los estilos supresivos y reactivos son los menos productivos porque no disminuyen el nivel de Estrés por aculturación, mientras que el estilo reflexivo es el más eficiente para sus participantes. Finalmente, concluyeron que aquellos estudiantes que estaban recién llegados al país presentaban niveles más elevados de estrés posiblemente por la necesidad y el apuro de tener la documentación al día y conocer los proveedores (almacenes, centros de salud) que satisfagan sus necesidades.

Otras conceptualizaciones y formas en las que las personas pueden afrontar una situación percibida como estresante son desarrolladas en las investigaciones de Sánchez y otros (2012) y Falconier y otros (2013), en ellas se indaga sobre el afrontamiento religioso y el afrontamiento diádico, respectivamente. Ambos estudios fueron realizados con latinos que residen en Estados Unidos, aunque en el primero es en el que se diferencia la población colombiana específicamente (18%), mientras que en el segundo se encontraría dentro de un 30,3% de la población estudiada (Falconier et al., 2013; Sánchez et al., 2012).

Al igual que en el estudio de Akhtar y Kröner-Herwig (2015), Sánchez y otros (2012) otorgan gran importancia a las variables sociodemográficas para explicar la asociación entre el afrontamiento religioso previo a la migración y el Estrés por aculturación luego de la migración. Los autores distinguen entre el afrontamiento religioso interno que incluye estrategias cognitivas y privadas, como la oración, y promueve la reevaluación de las situaciones problemáticas, el crecimiento espiritual y el aprendizaje. Por otro lado, el afrontamiento religioso externo implica buscar la asesoría de un líder religioso o involucrarse en actividades de la iglesia, dándole la posibilidad al individuo de buscar apoyo social, Integración y ayuda instrumental (Sánchez et al., 2012).

Luego de la aplicación de un cuestionario sociodemográfico, de la escala de Formas de Afrontamiento Religioso (Boudreaux et al., 1995) y de la versión en español validada de la Escala de Estrés para Hispanos (Cervantes, Padilla & Salgado de Snyder, 1990) se analizaron los datos obtenidos y así se determinaron una serie de conclusiones. En principio, se demostró que un bajo nivel educativo se asociaba con un mayor afrontamiento religioso externalizante; así como la situación migratoria en condiciones de ilegalidad se relacionaba con mayores niveles de estrés y menores ingresos. Se determinó que las personas que habían tenido un tipo de afrontamiento externalizante previo a la migración, presentaban mayores niveles de estrés post-inmigración. Esto puede suceder debido a que el afrontamiento religioso externo implica la asociación con redes de apoyo, y éstas se pierden al abandonar el país de origen; por lo tanto, el hecho de no encontrar un sustituto puede implicar un aumento de estrés por ausencia de este sostén. Por otro lado, no se encontró relación entre el afrontamiento religioso interno previo a la inmigración y el Estrés por aculturación (Sánchez et al., 2012). Desde esta perspectiva se ofrece otra posibilidad para entender la forma en la que las personas pueden encarar el proceso de aculturación teniendo como punto de referencia sus creencias y lo recordado de la experiencia previa a la migración.

Dentro de este marco se incluye entonces el estudio basado en el modelo sistémico transaccional del afrontamiento diádico. Este modelo plantea las estrategias positivas y negativas que las parejas usan de forma unida para lidiar con el estrés. Las de carácter positivo incluyen el afrontamiento diádico de apoyo (esfuerzos de la pareja por ayudar al otro en el afrontamiento de sus problemas), el afrontamiento diádico delegado (intentos de la pareja por asumir las tareas o el lugar del otro para aliviar la carga) y el afrontamiento diádico común (esfuerzos conjuntos de la pareja para afrontar el estrés, compartiendo ideas, sentimientos y comprometiéndose juntos) (Bodenmann, 2005, en Falconier, et al., 2013). Este constructo deja de pensar el afrontamiento como el conjunto de reacciones destinadas a posibilitarle a las personas encarar las situaciones que exacerban sus capacidades (Lazarus & Folkman, 1984, en Belizaire & Fuertes, 2011), para dar paso a un proceso en conjunto y que se vería influenciado por la participación de otro. Así pues, el objetivo de este estudio es determinar en qué medida el estrés migratorio se asocia con la satisfacción declarada por cada miembro de la relación. Adicionalmente, hay un interés particular por examinar si el afrontamiento diádico de apoyo y el común son moderadores de la relación entre los aspectos del estrés migratorio y la satisfacción de la relación (Falconier et al., 2013). Para seguir estos objetivos, los investigadores aplicaron la Escala de Demandas de la Emigración (Aroian et al., 1998), el Inventario de Afrontamiento Diádico (Bodenmann, 2008) y la

Relaciones entre las estrategias de aculturación, el nivel de estrés aculturativo y las estrategias de afrontamiento en estudiantes universitarios colombianos residentes en Buenos Aires

Amaya Méndez Valentina

Lic. en Psicología

Escala de Ajuste Diádico (Spanier, 1976) (Falconier et al., 2013). Luego del procesamiento de datos, se obtuvo como resultado que hay una asociación negativa entre el estrés migratorio y la satisfacción de la relación sólo en el caso de las mujeres. Adicionalmente, el afrontamiento diádico de apoyo y el común pueden ser moderadores de la relación entre el estrés migratorio y la satisfacción de la relación principalmente en las mujeres emigrantes. Este caso es contrario al de sus parejas (hombres), quienes no indicaron alta satisfacción de la relación en conexión con el estrés migratorio y el afrontamiento diádico común (Falconier et al., 2013). Los autores de esta investigación sugieren que los resultados pueden deberse a que las mujeres tienen una orientación más interpersonal e interdependiente, mientras que los hombres presentan una tendencia independiente (Falconier et al., 2013). Es así como se pueden comprender diferencias de género en cuanto a la preferencia por determinadas Estrategias de afrontamiento y que la pareja puede resultar un apoyo para encarar las situaciones estresantes que devengan del Estrés por aculturación.

El último estudio a analizar es el realizado por Ugalde-Watson y otros (2011) con colombianos refugiados en Costa Rica, que hace hincapié en el Estrés por aculturación que experimentan los colombianos en condición de refugiados, el apoyo social, la discriminación social y la salud mental de esta población. Si se entiende el apoyo social como “(...) el contacto social activo con elementos de soporte tales como las amistades y la familia” (Jasinskaja-Lahti et al., 2006, en Ugalde-Watson et al., 2011, pg. 761), podría estar en relación con el afrontamiento diádico desarrollado con anterioridad. Dentro de los objetivos planteados se encuentra el interés por caracterizar el Estrés por aculturación en refugiados colombianos en Costa Rica, y analizar el impacto relativo de la discriminación, las redes de apoyo y la salud mental. Para cumplirlos, Ugalde-Watson y otros (2011) tomaron una Escala de Estrés por aculturación diseñada por ellos mismos, un cuestionario sobre la percepción de la discriminación y por último diez reactivos de la lista de síntomas de Hopkins en la versión española de Álvaro, Torregrosa y Garrido (1992) (Ugalde-Watson et al., 2011). Los investigadores realizaron un análisis factorial exploratorio para determinar las dimensiones del Estrés por aculturación, obteniendo cuatro factores: adaptación a la sociedad receptora, adaptación al estatuto de refugiado, preocupaciones socioeconómicas y preparación para la emigración. Además de estos resultados, se llegó a la conclusión de la existencia de una correlación negativa entre la cantidad de años viviendo en Costa Rica y el estrés provocado por la adaptación a la nueva cultura, posiblemente debido a presentar menores exigencias con respecto a las costumbres. Esta misma relación entre las variables se presentó entre el apoyo social y el Estrés por aculturación pues a mayor cantidad de redes de apoyo social,

se reportó menor estrés por adaptación a la nueva sociedad (Ugalde-Watson et al., 2011). En suma, los autores indicaron que la discriminación sería el principal factor que explica la manifestación del Estrés por aculturación. De hecho, esto se plasma en otros estudios en donde ésta "(...) se ha visto empíricamente vinculada con salud física y mental disminuida" (Ugalde-Watson et al., 2011, pág. 770).

Otro aspecto relevante de este estudio es que es el único encontrado que trabaja exclusivamente con colombianos. Al tener una muestra que es exclusivamente colombiana puede tomarse como punto de referencia sobre la forma en la que esta población experimenta el Estrés por aculturación. No obstante, no hay que dejar de lado que el estudio toma en consideración colombianos en situación de refugiados por lo que los resultados pueden variar si se comparan con población universitaria.

En líneas generales, se encuentra que las limitaciones de todos los estudios analizados son muy similares pues todos estos abren la posibilidad a nuevas líneas de investigación, nuevos métodos, nuevas herramientas y nuevas poblaciones para estudiar. Todos los autores tratados plantean como una limitación el hecho de ser un estudio transversal pues no se pueden estudiar los cambios de los fenómenos de interés. Además, surge la necesidad de tomar muestras más grandes y más variadas para poder generalizar los resultados. También se presenta como una limitación común a las investigaciones el hecho de que los tests sean cuestionarios de auto-reporte puede llevar a que ciertas respuestas estén sesgadas por deseabilidad social (Akhtar & Kröner-Herwig, 2015; Belizaire & Fuertes, 2011; Falconier et al., 2013; Patiño Rodríguez & Kirchner Nebot, 2011; Sánchez et al., 2012; Ugalde-Watson et al., 2011).

De la revisión de la literatura actual vale la pena resaltar la gran variedad de técnicas que sirven para determinar el grado de estrés que sobreviene por el proceso de aculturación, pues se va desde la Escala de Estrés Percibido (Cohen, Kamarck & Mermelstein, 1983) que se aplica a otros constructos, hasta la Escala de Estrés de Aculturación Social, Actitudinal, Familiar, Ambiental de Mena, Padilla y Maldonado (1987) o la Escala de Estrés por aculturación para Estudiantes Internacionales (Sandhu & Asrabadi, 1994), siendo éstas últimas más acotadas al constructo y en la población a la que se dirige. Con respecto a los participantes, se evidenció que en la gran mayoría de las investigaciones se incluye a población latina (Akhtar & Kröner-Herwig, 2015; Falconier et al., 2013; Patiño Rodríguez & Kirchner Nebot, 2011; Salvador et al., 2010; Sánchez et al., 2012; Ugalde-Watson et al., 2011); no obstante, llama la atención la escasa investigación

del proceso de aculturación de latinoamericanos en otros países de América Latina. Esto último abre aún más la posibilidad para indagar sobre las Estrategias de afrontamiento que se emplean en un proceso de aculturación marcado por el estrés derivado de esta transición, aún en países culturalmente cercanos.

IV. Marco teórico

A. Aculturación, Estrategias aculturativas y Estrés por aculturación

La Psicología Transcultural, surge como una disciplina que recibe aportes tanto de la antropología como de la psicología, dedicándose "(...) a describir y comprender la influencia de los factores culturales en el desarrollo del comportamiento humano y, por otra, a analizar la adaptación psicológica de los individuos cuando cambian de contexto sociocultural" (Navas Luque et al., 2004, p. 41). Desde esta perspectiva, se puede entender el fenómeno migratorio de los estudiantes universitarios de origen colombiano, considerando un concepto que tuvo su origen en estudios antropológicos con aborígenes y en investigaciones sociológicas con migrantes: la aculturación. Este constructo se refiere a intercambios sociales y psicológicos que ocurren cuando continuamente se dan encuentros entre personas de diferentes culturas, acarreando cambios para ambos grupos (Redfield, Linton & Herskovits, 1936, en Caplan, 2007).

Desde la década del 60 se han formulado una serie de modelos explicativos sobre la aculturación. El primero de estos fue elaborado por Gordon (1964, en Castellá Sarriera, 2003) y fue titulado como Modelo Unidireccional de Aculturación, según el cual hay un continuum lineal entre la cultura minoritaria (inmigrante) y la cultura mayoritaria. El autor planteaba que en la medida en que el individuo se aproxime más a una cultura, irá dejando a un lado las características y valores propios de la otra. Así pues, el éxito del proceso sería la Asimilación completa de las características de la cultura mayoritaria, y el biculturalismo (estar en la mitad del continuum) representaría un conflicto de valores culturales propios y ajenos, que deberá resolverse mediante la pérdida de los más antiguos. El modelo de Gordon (1964, en Castellá Sarriera, 2003) estuvo sujeto a varias críticas, entre las que se destaca el hecho de no considerar el impacto de la cultura minoritaria en la mayoritaria.

Frente a las críticas y al avance del conocimiento, para el año de 1980, Berry propone el Modelo Bidimensional de Aculturación, en el que incluye una valoración casi independiente entre los aspectos culturales que el individuo desea conservar, y aquellos a los que se identifica y pretende incorporar de la cultura de acogida (Castellá Sarriera, 2003; Navas Luque et al., 2004). Según Berry (1997), la aculturación en sí misma se refiere a los cambios culturales producidos por el encuentro de dos grupos con valores culturales distintos, mientras que la aculturación psicológica describe los cambios psicológicos y resultados eventuales que surgen como consecuencia de experimentar la aculturación.

La experiencia de aculturación se puede presentar de distintas formas según el grado de voluntad, la movilidad y la permanencia. La primera categoría estaría conformada por los inmigrantes quienes han entrado en el proceso aculturativo de manera voluntaria, mientras los refugiados fueron forzados a abandonar su cultura de origen. En esta distinción cabe mencionar los factores *pull* y *push* que pueden llevar a la migración. Entre los factores *pull* se encuentran aquellos que resultan un atractivo para los inmigrantes bien sea por el contacto con una nueva cultura, las oportunidades de crecimiento personal y de vivir experiencias nuevas; correspondería a los motivos de los inmigrantes voluntarios. Los factores *push* refieren al deseo de escapar de adversidades en el país de origen debido a problemas personales, económicos, políticos o familiares y coinciden con los motivos de los inmigrantes involuntarios (Berry, Kim, Minde & Mok, 1987, en Fajardo, Patiño & Patiño, 2008). Según la movilidad estarían aquellos grupos que han migrado hacia un nuevo lugar, en contraposición a quienes han recibido una cultura nueva sin moverse de su territorio original (indígenas). Finalmente, la permanencia resulta ser una variable que distingue entre los inmigrantes que deciden permanecer de forma duradera inmersos en una nueva cultura, de los *sojourners*. Este grupo está constituido por personas que deciden hacer una movilización voluntaria y temporaria por un periodo entre seis meses a cinco años para realizar una tarea definida, como es el caso de los estudiantes internacionales (Ady, 1995, en Castro Solano, 2011; Benatuil & Laurito, 2010; Berry, 1997). Además de estas variables que caracterizarán la aculturación para cada grupo, se han identificado otros factores asociados como los aspectos culturales, políticos, económicos y sociales de la cultura de origen y de la de acogida. También, las características individuales como variables sociodemográficas, características de personalidad, y factores motivacionales y sociocognitivos. En estos últimos se incluyen las Estrategias de afrontamiento y las Estrategias de aculturativas (Kosic, 2004).

Uno de los aportes teóricos más importantes de Berry (1997), es el de las Estrategias aculturativas, las cuales serían la forma en la que los individuos de cada grupo determinan cómo va a transcurrir la experiencia de la aculturación. Estas responden principalmente a dos cuestiones: la importancia dada a mantener las propias características culturales, y la importancia del contacto y la participación con otros grupos culturales. Según cómo se configure lo anterior, se presentarán actitudes y comportamientos que constituyan una estrategia determinada. La *Integración* es la estrategia más utilizada por diferentes grupos culturales pues se conservan características de origen mientras se busca la participación de forma integral con el otro grupo cultural. La *Asimilación* es la modalidad en la que no hay interés en conservar elementos de la propia cultura y se prefiere el contacto con otros grupos culturales, principalmente el de la sociedad de acogida. La *Separación* es la estrategia que se caracteriza por el deseo que preservar totalmente la cultura de origen mientras que se evita en lo posible el contacto con otras culturas. Por último, está la *Marginalización* en donde no hay interés por preservar o adquirir características culturales (propias o ajenas) (Berry, 1997; Kosic 2004; Sosa, 2011; Sosa & Zubieta, 2010).

En los trabajos más recientes de Berry (2005) se encuentra con mayor claridad el hecho de que la aculturación no sólo se limita al grupo cultural minoritario que entra en contacto con el grupo de acogida. Ahora la aculturación incluye el impacto que tiene el encuentro cultural para ambos grupos (minoritario y mayoritario), por lo que también se han estudiado las Estrategias aculturativas en la sociedad mayoritaria. El multiculturalismo, el *melting pot*, la segregación y la exclusión son las formas en las que se configuran las estrategias del grupo mayoritario en función de las relaciones buscadas entre grupos y el deseo por conservar la cultura y la identidad.

En definitiva, se espera que la aculturación psicológica para el grupo minoritario implique la adaptación psicológica y sociocultural a la sociedad de acogida. Para que esto suceda es necesario el aprendizaje de un nuevo repertorio de conductas, acompañado de una pérdida u olvido de los comportamientos antiguos que resulten desajustados para el nuevo contexto cultural. En el caso que haya incompatibilidad entre estos tipos de conductas, o que el individuo no logre adquirir un nuevo repertorio de conductas apropiadas para la interacción, puede surgir un conflicto cultural que deberá ser concebido desde la perspectiva del Estrés por aculturación (Berry, 1997; Berry et al., 2002; Crockett, Iturbide, Torres Stone, McGinley & Raffaelli, 2007; Torres & Rollock, 2004).

En el año de 1970, Berry fue el primer autor en introducir este concepto para poder entender el impacto en la salud mental de los estresores vividos por los inmigrantes, incluyendo la discriminación percibida, el estrés por el contacto intercultural, la nostalgia y en general el estrés psicosocial que abarca el proceso migratorio (Berry, 2002; Collazos, Qureshi, Antonin & Tomas-Sabado, 2008; Revollo, Qureshi, Collazos, Valero & Casas, 2011). Este constructo también está definido por la percepción que cada individuo tenga sobre su incapacidad o falta de medios para lidiar con los estresores ya mencionados, que resultan de la interacción cultural (Berry, 1997; Torres & Rollock, 2004). Desde esta postura, el Estrés aculturativo se define como una reacción de estrés ante los eventos enmarcados en la experiencia de aculturación (Berry, 1997). Esto implica pensarlo como una relación particular entre la persona y su entorno intercultural, que es percibido como amenazante para el bienestar individual al sentir que excede los recursos con los que dispone cada sujeto (Berry, 1997; Lazarus & Folkman, 1984 en Cuadrado, Tabernero & Briones, 2014).

El estudio del Estrés aculturativo desde la perspectiva procesual del estrés planteada por Lazarus y Folkman (1986) implica que es dinámico, por lo que se han identificado una serie de fases o etapas que atraviesan los sujetos que se esfuerzan por lograr la adaptación cultural (Berry, 1997; Cuadrado, Tabernero & Briones, 2014). En un primer momento los inmigrantes pueden encontrarse en una fase de entusiasmo al sentir alivio y esperanza por llegar a una cultura nueva. Pero luego de un tiempo se verán enfrentados a distintos estresores que los llevarán incluso a cuestionarse sobre la decisión de haber emigrado; este segundo momento sería de desilusión al confrontar las expectativas con la realidad. Posteriormente, y en el caso de haber superado el Estrés por aculturación, los sujetos estarán en condiciones de reorganizar la experiencia, ajustándose a las pérdidas o desafíos propios del proceso. Así, lograrán la reaproximación de las esperanzas y la adaptación propiamente dicha (Akhtar & Kröner-Herwig, 2015; Berry, 1997; Castellá Sarriera, 2003; Castro Solano & Lupano Perugini, 2013; Smart & Smart, 1995).

Unas de las primeras investigaciones sobre las dimensiones del Estrés por aculturación en estudiantes universitarios, han sido las lideradas por Padilla (1985, en Mena et al., 1987) y Mena y otros (1987). En estos estudios se utilizó la escala Social, Actitudinal, Familiar y Ambiental (SAFE, por sus siglas en inglés) para evaluar los estresores y los distintos contextos en los que se manifiesta el Estrés aculturativo (Belizaire & Fuertes, 2011; Cuadrado, Tabernero & Briones, 2014; Mena et al., 1987; Miranda & Matheny, 2000). Estudios más recientes han identificado distintas dimensiones que componen al Estrés aculturativo específicamente para poblaciones

latinas. Se puede tomar como base la estructura obtenida por Caplan (2007), quien reconoció las dimensiones de estresores instrumentales, interpersonales y sociales. En la primera categoría se encuentran las variables financieras, el lenguaje, la falta o dificultad en acceder a servicios de salud y la educación, el desempleo y vivir en zonas peligrosas. Esta dimensión se corresponde con el factor de choque cultural de Collazos y otros (2008), es decir todo aquello que implica la construcción de una vida nueva, o en palabras de Revollo y otros (2011), sería el estrés psicosocial general de la aculturación. Los estresores interpersonales (Caplan, 2007) son la pérdida de redes sociales y del estatus social, los conflictos familiares e intergeneracionales, así como los cambios de roles de género. Serían pues, todas las pérdidas que surgen como consecuencia de dejar el país de origen, surgiendo nostalgia por el estrés derivado del contacto intercultural (Collazos et al., 2008; Revollo et al., 2011; Smart & Smart, 1995). Por último, la dimensión social alude a la discriminación, el estatus legal/migratorio y los eventos políticos e históricos que han formado la percepción que los mismos latinos tienen de su posición en la sociedad (Caplan, 2007; Collazos et al., 2008; Revollo et al., 2011).

Toda la experiencia de la aculturación, y en sí mismo del Estrés aculturativo, ejercen un impacto en la salud mental y física de los inmigrantes (Berry, 1997; Berry et al., 2002). Si los estresores van en aumento o no fueron superados es muy común encontrar altos niveles de ansiedad y de depresión, enfermedades psicosomáticas, sentimientos de aislamiento, consumo de alcohol e ideación suicida (Belizaire & Fuertes, 2011; Crockett, et al., 2007; Gómez, Miranda & Polanco, 2011; Orozco Vargas, 2013).

B. Afrontamiento y Estrategias de afrontamiento

El afrontamiento es un constructo que ha sido investigado desde principios del siglo XX y desde distintas perspectivas teóricas. Inicialmente fue estudiado desde el modelo médico, donde se entendía que el afrontamiento era la capacidad de darse cuenta que el entorno era predecible y controlable para escapar, impedir o dominar todo lo que fuese nocivo para el individuo (Macías, Madariaga Orozco, Valle Amarís & Zambrano, 2013). Mientras tanto, para la década de 1930, el psicoanálisis definía al afrontamiento como un conjunto de pensamientos y actos reflexivos que buscaban la reducción del estrés (Macías et al., 2013).

Ya para la década del 1980, la conceptualización cognitivo conductual fue la más acogida. Parte de la base de entender que un individuo experimentará estrés psicológico cuando evalúe que algo que lo incumbe está en riesgo no puede ser resguardado adecuadamente por los recursos de los cuales disponga. Así pues, se define al afrontamiento como los esfuerzos cognitivos y comportamentales realizados para manejar las demandas internas y/o externas que excedan los recursos de la persona (Macías et al., 2013; Folkman, 1982). En pocas palabras, es un proceso constante en el que se lidia con el estrés psicológico, habiendo una relación cambiante entre la persona y el ambiente (Lazarus, 1993). En esta relación han de tenerse en consideración todo lo que esté en juego para la persona, bien sean creencias, valores, objetivos o seguridad física (evaluación primaria), y la disponibilidad de los recursos apropiados para afrontar la situación estresante (evaluación secundaria) (Folkman, 1982).

Junto con la evolución del constructo, surgieron en la literatura dos conceptualizaciones teóricas sobre el afrontamiento, entendiéndolo por un lado como estilos (disposiciones/características) que tienen las personas para encarar aquello estresante que se les presente. Por otro lado, se lo concibe como un proceso mediado por variables contextuales y temporales, es decir desde una mirada situacional (Lazarus, 1993).

A partir del enfoque cognitivo conductual y de estas aproximaciones teóricas, han surgido distintas taxonomías del afrontamiento. Lazarus y Folkman (1986) clasifican el afrontamiento según la función que cumple, es decir puede estar orientado hacia la resolución del problema, u orientado hacia el control de la emoción asociada con la situación (Folkman, 1982; Lazarus, 1993; Lazarus & Folkman, 1984, en Berry, 1997; Ojeda García, Cuenca Vázquez & Espinosa Garduño, 2008). Las Estrategias de afrontamiento orientadas en el problema procuran la resolución del mismo, haciendo algo que modifique la fuente de estrés en pro del alivio del malestar (Kosic, 2004; Ojeda et al., 2008). La planificación, la aceptación, la confrontación y el autocontrol son ejemplos de este tipo de estrategias (Macías et al., 2013). Según Kosic (2004), distintos estudios han sugerido que este tipo de afrontamiento está asociado a una exitosa resolución del problema identificado. Las Estrategias de afrontamiento orientadas en la emoción tienen el objetivo de reducir el nivel de estrés emocional asociado a la situación estresante (Kosic, 2004; Lazarus & Folkman, 1984, en Berry, 1997). Ejemplos de estas estrategias serían la búsqueda de apoyo social, el replanteamiento positivo y la rumiación (Macías et al., 2013; Patiño Rodríguez & Kirchner Nebot, 2011).

Lazarus y Folkman (1986) no sólo ofrecieron esta clasificación, sino que para 1980 afirmaron que, tanto las Estrategias de afrontamiento orientadas en el problema y en la emoción, incluían estrategias cognitivas y comportamentales. Las estrategias cognitivas estarían asociadas con el análisis de la situación problemática, mientras que las estrategias comportamentales tendrían como objetivo la realización de acciones que impacten en la fuente de estrés (Berry, 1997). Tomando este antecedente teórico, Moos y Schaefer (1993, en Mikulik & Crespi, 2008) proponen categorizar el afrontamiento desde dos dimensiones distintas: la orientación o foco (aproximación o evitación) y el método (cognitivo o conductual). Para estos autores, el afrontamiento por aproximación estaría conformado por el análisis lógico, la revalorización positiva, la resolución de problemas y la búsqueda de orientación y apoyo; éstas estrategias se centran en la resolución del problema. Mientras tanto, el afrontamiento por evitación se centra en la emoción y tiene como objetivo evitar pensar en el estresor y en sus consecuencias. Las estrategias que Moos y Schaefer (1993, en Mikulik & Crespi, 2008) distinguen son la evitación cognitiva, la aceptación/resignación, la búsqueda de gratificaciones alternativas y la descarga emocional. A partir de la combinación de estas categorías se presenta el afrontamiento de aproximación conductual y el de aproximación cognitiva; a su vez, el afrontamiento de evitación conductual y el de evitación cognitiva (Mikulik & Crespi, 2008).

Carver, Scheier y Weintraub (1989) también proponen una clasificación para las Estrategias de afrontamiento del estrés, tomando como base la teoría de Lazarus y Folkman (1986). Este grupo de investigadores clasifican las estrategias entre afrontamiento activo y afrontamiento evitativo. A su vez, consideran que en general hay Estrategias de afrontamiento adaptativas y otras disfuncionales o desadaptativas para el sujeto. No desconocen el enfoque situacional, pero admiten que en la mayoría de los casos hay algunas estrategias que impiden el ajuste del sujeto a determinadas circunstancias y/o se puede exacerbar el nivel de malestar. Se considera que las estrategias más adaptativas serían el afrontamiento activo, la planificación, la reevaluación positiva, la aceptación, el humor, la religión, el apoyo social y el apoyo emocional. Por otro lado, las Estrategias de afrontamiento desadaptativas serían la autodistracción, la negación, el desahogo, el uso de sustancias, la desconexión y la autoinculpación (Belizaire & Fuertes, 2011; Carver, 1997; Carver Scheier & Weintraub, 1989; Crockett et al., 2007).

Según Lazarus (1983), la medición del afrontamiento como proceso y de los resultados del mismo deberán efectuarse separadamente. Esto es así ya que el término *afrontamiento* es utilizado indistintamente de las características del proceso (estable/inestable,

Relaciones entre las estrategias de aculturación, el nivel de estrés aculturativo y las estrategias de afrontamiento en estudiantes universitarios colombianos residentes en Buenos Aires

Amaya Méndez Valentina

Lic. en Psicología

adaptativo/desadaptativo, exitoso/fallido, estable/cambiante) y siempre es particular a cada persona, a cada situación y según la modalidad del resultado (moral, física o funcionamiento social).

C. Estrategias aculturativas, Estrés por aculturación y Estrategias de afrontamiento

En el proceso de la aculturación de los inmigrantes, las Estrategias aculturativas resultan un eje fundamental sobre el que se configurará la experiencia de contacto e intercambio con grupos culturalmente distintos, en tanto se refiere cómo se van a aculturar (Berry, 1997). No obstante, el modo en el que se dé la aculturación para los extranjeros no sólo se determinará por sus preferencias, sino que también intervendrán el grado de aceptación generalizado que la sociedad de acogida tenga sobre la diversidad cultural, y sus Estrategias aculturativas frente al grupo de inmigrantes (Berry et al., 2002).

Desde el modelo de aculturación de Berry (1997), y Berry y otros (2002) se considera que las Estrategias aculturativas son factores moderadores pues afectan la medida en la que se relacionan las experiencias y estresores propios del proceso, con la experiencia del Estrés por aculturación. Esto implica que según la forma en la que un individuo o grupo decida asumir la aculturación, distintos eventos se vincularán en mayor o menor medida con el desarrollo del estrés derivado por el contacto cultural. De hecho, distintas investigaciones han sostenido que optar por la Integración es la estrategia que menos se asocia con el Estrés por aculturación y es la más preferida, mientras que la Asimilación y la Separación tiene una relación intermedia con el mismo fenómeno. En última instancia está la Marginalización, siendo la estrategia que menos éxito le trae a la persona por los elevados niveles de Estrés aculturativo que se le asocian, y por la dificultad para encarar la adaptación al nuevo contexto (Berry 2005; Kotic, 2004; Sosa, 2011; Orozco Vargas, 2013; Zlobina, Basabe, Páez & Furham, 2006).

Al introducir el concepto de Estrés por aculturación, Berry (1997) se basa en los paradigmas desarrollados por Lazarus y Folkman (1986) sobre el estrés, el afrontamiento y la adaptación (Belizaire & Fuertes, 2011). Así pues, el Estrés por aculturación puede ser entendido como un proceso en el que un individuo evalúa que sus recursos personales se encuentran excedidos por la relación particular que establece con el ambiente intercultural novedoso, afectando el bienestar

Relaciones entre las estrategias de aculturación, el nivel de estrés aculturativo y las estrategias de afrontamiento en estudiantes universitarios colombianos residentes en Buenos Aires

Amaya Méndez Valentina

Lic. en Psicología

de la persona (Berry, 1997; Ugalde-Watson, et al., 2011). En este orden de ideas, esta forma de estrés surgirá cuando las situaciones derivadas del intercambio cultural sean percibidas como amenazas, cambios o desafíos que no podrán ser resueltos con facilidad (Berry, 2005, en Cuadrado, Taberero & Briones, 2014).

Ante las evaluaciones que los individuos hagan sobre su situación en el contexto de la aculturación y surja la experiencia del estrés, se desplegarán distintas Estrategias de afrontamiento, es decir continuos esfuerzos cognitivos y conductuales para resolver el problema y/o para aliviar el afecto negativo desencadenado (Berry 1997; Berry et al., 2002; Folkman, 1982; Lazarus, 1993). En el modelo de Berry (1997) las Estrategias de afrontamiento son concebidas como moderadoras en el proceso de aculturación, pues según la forma en la que las personas encaren y lidien con los estresores, es que se irán evaluando las experiencias y se irá aumentando o aliviando el estrés.

De manera general, Berry (1997) y Schmitz (1992, en Berry, 1997) afirman que hay una relación entre Estrategias de aculturativas (Integración, Asimilación, Separación, Marginalización) y las Estrategias de afrontamiento para lidiar con el Estrés por aculturación (Berry, 1997). Según esto, se espera que quienes opten por la Integración y la Asimilación desplieguen estrategias más adaptativas, que aquellos que elijan la Separación o la Marginalización como Estrategias aculturativas. Adicionalmente, la percepción de estrés será mínima en la medida en la que ambos tipos de estrategias conduzcan sin dificultades a los cambios necesarios en el repertorio de conductas, o cuando los problemas se hayan podido resolver con el paso del tiempo. Por otro lado, si las situaciones propias de la aculturación no han sido afrontadas ni reevaluadas como menos estresantes la persona se sentirá estresada; incluso puede presentarse sintomatología depresiva y ansiosa si los problemas aculturativos son abrumadores y continúan excediendo los recursos de la persona (Berry, 1997).

Los conceptos de Estrés aculturativo y de Estrategias de afrontamiento fueron desarrollados en conjunto por Mena y otros (1987) en la elaboración de la Escala de Estrés de Aculturación Social, Actitudinal, Familiar, Ambiental (SAFE). Estos autores entienden que el Estrés por aculturación sucede cuando existen conflictos que tengan como base las diferencias culturales que se encuentran entre la sociedad de acogida y el grupo de inmigrantes. Justamente, los individuos intentarán resolver estos conflictos mediante Estrategias de afrontamiento conceptualizadas desde el paradigma situacional del afrontamiento. En su investigación incluyen un listado con respuestas específicas de afrontamiento que se evalúan en simultáneo con los estresores

particulares del proceso aculturativo. Si bien este tipo de evaluación se mantiene fiel al modelo procesual del estrés e incluye aspectos propios del fenómeno de la aculturación, los autores reconocen que para comprender a cabalidad el proceso aculturativo habría que considerar otras variables como los recursos internos con los que cada individuo cuente y los recursos realmente efectivos que tenga a disposición para encarar la adversidad (Mena et al., 1987). Lo anterior da cuenta de la complejidad de los procesos que intervienen en el encuentro cultural al ser fenómenos multifactoriales.

V. Metodología

A. Diseño de investigación

La investigación que se llevará a cabo es de finalidad aplicada pues se pretende estudiar la forma en la que el Estrés por aculturación y las Estrategias de afrontamiento se manifiestan en la realidad, para luego poder aplicar los resultados y el análisis elaborado en la mejora ampliación del conocimiento sobre las variables estudiadas. En consonancia con los objetivos la investigación a realizar es correlacional, transversal y no experimental con fuentes primarias. Se estudiará la relación existente entre las variables elegidas, se hará una evaluación en un tiempo único, tomando como punto de referencia la forma en la que se presentan las variables en el contexto natural de cada unidad de análisis. Con base en esto, la orientación teórico-metodológica será de tipo cuantitativo porque según como se pretende obtener la información se determinarán las herramientas a utilizar y además en función del diseño descrito se analizará si la hipótesis se ajusta a los resultados.

B. Participantes

La población de esta investigación abarca estudiantes universitarios colombianos que residan en el Área Metropolitana de Buenos Aires (AMBA). De esta población, la muestra cumple con los siguientes criterios de inclusión: ser de nacionalidad colombiana, actualmente estar en condición de estudiantes universitarios y vivir en el AMBA. Los criterios de exclusión son haber comenzado a vivir en Buenos Aires antes de los 12 años de edad, tener menos de un mes viviendo en la ciudad y ser refugiado. Se implementó un muestreo no probabilístico por conveniencia, en cadena (bola de nieve) y circunstancial, a través del acceso mediante las redes sociales, referidos y conocidos que cumplan con los criterios determinados.

C. Instrumentos

Para llevar a cabo la investigación se utilizaron los siguientes instrumentos:

- **Cuestionario sociodemográfico.** En este cuestionario se indagó la nacionalidad, la realización de estudios universitarios en la actualidad, la edad, el género, el estado civil, el motivo de viaje a la Argentina y el tiempo de residencia en el país. También se preguntó sobre el nivel educativo máximo alcanzado, familiares cercanos nacidos en la Argentina, el estatus migratorio, el grupo de convivencia y la fuente principal de ingresos.
- **Escala de aculturación de Berry, adaptada por Piontkowski y Florack (1995).** Esta escala tiene por objetivo indagar las Estrategias aculturativas de la muestra estudiada. Consta de cuatro ítems, uno para cada una de las estrategias, planteando tanto el deseo por participar en la sociedad argentina y el deseo por mantener las características culturales de origen de los latinoamericanos. La puntuación de esta escala es mediante una escala tipo Likert de cinco categorías, siendo 1 *muy en desacuerdo o nada* según el caso, y 5 *muy de acuerdo o mucho* (Navas Luque et al., 2006).
- **Escala de Estrés de Aculturación Social, Actitudinal, Familiar, Ambiental (SAFE) de Mena y otros (1987).** Este instrumento es una versión corta de la escala original que constaba de 60 ítems. Esta escala fue diseñada específicamente para ser empleada con inmigrantes con el objetivo de evaluar el Estrés por aculturación en sus cuatro dimensiones: social, actitudinal, familiar y ambiental. consta de 24 ítems que deben ser puntuados por los participantes por medio de una escala tipo Likert de 0 a 5, en donde el cero significa que la situación descrita no ha sido vivida, el 1 equivale a *no es estresante*, y el 5 a *extremadamente estresante*. Además de estos ítems, los autores presentan una lista con nueve Estrategias de afrontamiento, de la cual cada participante deberá elegir la que usen con más frecuencia en la situación planteada por cada ítem (Mena et al., 1987).

Fuertes y Westbrook (1996) presentaron una solución de cuatro factores que representaban el nombre del instrumento presentado por Mena y otros (1987). El factor *Ambiental* agrupa ítems que reflejan diferentes actos de racismo, presión para asimilar la nueva cultura y sentir

barreras en el nuevo país de residencia (α de Cronbach = .88). El factor *Actitudinal* contiene ítems sobre la Separación de la familia y amigos, así como de la cultura y del país de origen (α de Cronbach = .73). El factor *Social* agrupa las preguntas que se refieren a la calidad de relaciones personales y dificultades para expresarse, hacer amigos y sentirse como en casa (α de Cronbach = .71). El cuarto factor, el *Familiar*, indaga por los conflictos entre los valores, las expectativas y las aspiraciones personales del evaluado, y las de su familia (α de Cronbach = .70).

Para el uso del SAFE y de la lista de Estrategias de afrontamiento, fue necesario realizar una adaptación de la versión original en inglés, a una versión en español que se ajustara a las características de la muestra. Adicionalmente, se eliminó un ítem del cuestionario sobre estrés que hacía referencia específicamente al idioma inglés. Las puntuaciones irán entonces, desde 0 hasta un máximo de 115 puntos siendo este puntaje el nivel de estrés máximo.

Las propiedades psicométricas del test demuestran coeficientes de confiabilidad que van desde .87 a .97 en diferentes investigaciones (Belizaire & Fuertes, 2011; Cuadrado, Tabernero & Briones, 2014; Fuertes & Westbrook, 1996; Mena et al., 1987; Miranda & Matheny, 2000). Fuertes y Westbrook (1996) indicaron que era un instrumento válido luego de haber realizado un análisis factorial exploratorio para determinar qué ítems correspondían a cada factor, y luego de haber medido la validez convergente con tres preguntas adicionales.

- **COPE-28 (Carver, 1997, adaptado al español por Morán, Landero & González, 2010).** El cuestionario COPE-28 es la versión breve del cuestionario COPE desarrollado por Carver, Scheier & Weintraub (1989) como una continuación de la línea teórica de Lazarus y Folkman, siendo a la vez una alternativa al inventario de Formas de Afrontamiento elaborado y revisado por última vez por Folkman y Lazarus (1988) (Morán; Landero & González, 2010). Es un instrumento con 28 ítems que miden las formas de respuesta al estrés para un afrontamiento efectivo o ineficaz, al puntuar cada reactivo mediante una escala ordinal con cuatro alternativas: el 0 equivale a *nunca hago esto* y el 3 a *siempre hago esto*. El cuestionario abarca 14 subescalas (afrontamiento activo, planificación, apoyo instrumental, uso de apoyo emocional, auto-distracción, desahogo, desconexión conductual, reinterpretación positiva, negación, aceptación, religión, uso de sustancias, humor y auto-inculpación) (Morán, Landero

& González, 2010). Es un instrumento que ha sido empleado en varias investigaciones (Belizaire & Fuertes, 2011; Crockett et al. 2007), y además fue sugerida para ser usada por Sánchez y otros (2012). La confiabilidad de la escala ha sido reconocida por varios autores, y puntualmente Belizaire y Fuertes (2011) reportaron coeficientes de .89 y de .81 en su investigación.

D. Procedimiento

Se elaboró una versión *online* del protocolo de investigación. De esta forma se obtuvo un link con el que se podía facilitar la difusión de los cuestionarios por redes sociales, apelando al muestreo descrito.

La información suministrada por ellos fue transcrita y procesada con el programa estadístico IBM SPSS Statistics, versión 21 en español.

VI. Resultados

A. Características de la muestra

La muestra está compuesta por 181 sujetos, de los cuales el 61,9 % son mujeres ($n = 112$) y el 38,1% restante son hombres, es decir 69 individuos (Ver Gráfico 1). Según el rango etario, la mayoría se encuentra entre los 20 y 25 años, seguidos de los que se ubican entre los 25 y los 30 años (ver Gráfico 2), con una media de 25,98 años ($DE = 4,69$). El 88,4% de los sujetos son solteros, y el porcentaje restante se distribuye entre quienes se encuentran en convivencia, casados y separados (ver Gráfico 3).

Gráfico 1: Distribución de la muestra según género

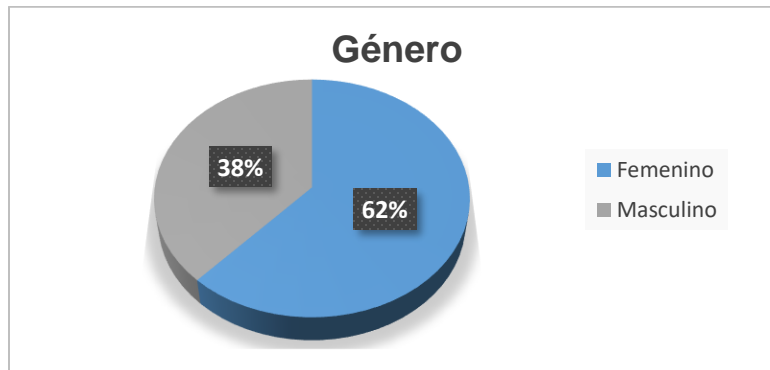


Gráfico 2: Distribución de la muestra según rango etario

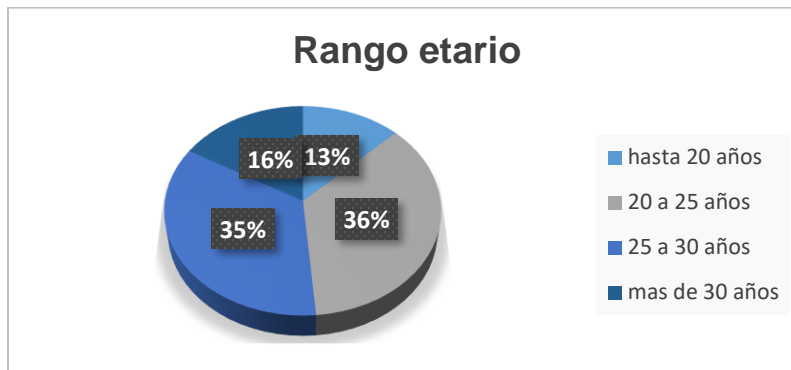
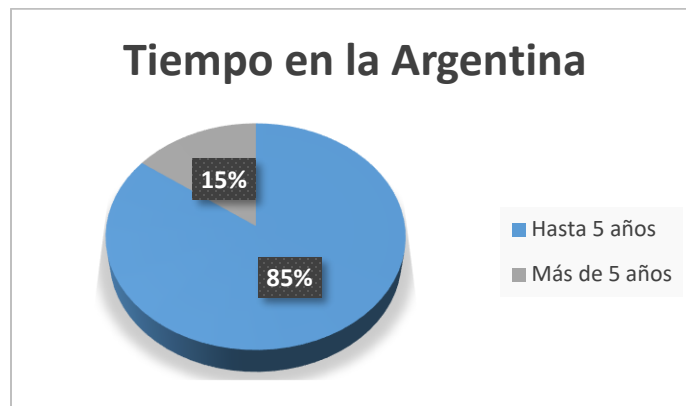


Gráfico 3: Distribución de la muestra según estado civil



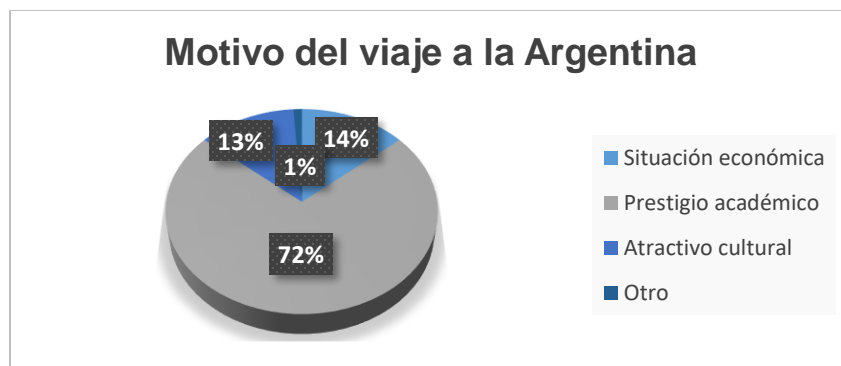
Con respecto al tiempo que llevan en la Argentina se encuentran diferencias que oscilan entre un poco menos de un año hasta los siete años. Sintetizando, el 85,1% (n=154) de los encuestados reside en la Argentina desde hace menos de cinco años, y el 14,9% restante (n=27) se encuentra viviendo en el país hace más de cinco años. (Gráfico 4)

Gráfico 4: Distribución de la muestra según el tiempo en la Argentina



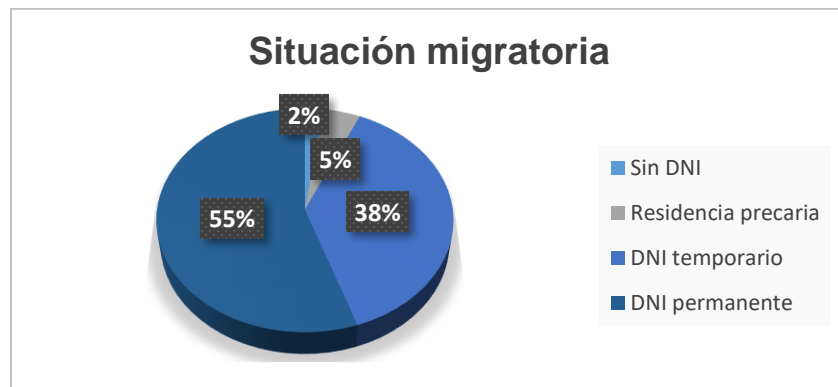
La mayoría de los participantes (72%) informaron que el principal motivo del viaje fue el prestigio académico, seguido por la situación económica de algunos de ellos (14%) y el atractivo cultural del país (13%); sólo el 1% de los sujetos informó que su motivo de viaje correspondía a otra situación distinta a las opciones dadas (Gráfico 5).

Gráfico 5: Distribución de la muestra según el motivo de viaje



Por último, se indagó sobre la situación migratoria actual de los participantes, quienes en su gran mayoría tienen regularizado su estatus migratorio al contar con residencia precaria (4,4%), documento de identidad temporario (38,1%) o documento de identidad permanente (55,2%). Sólo el 2,2% de la muestra no cuenta con ningún trámite o documento que informe sobre su condición de inmigrante (Gráfico 6).

Gráfico 6: Distribución de la muestra según situación migratoria



B. Estrategias aculturativas

En la Tabla 1 se presentan los resultados sobre las Estrategias aculturativas predominantes en función de las respuestas a las cuatro preguntas sobre la preferencia de mantener la cultura de origen y sobre la preferencia por el contacto con otros grupos culturales. Los resultados generales son claros en cuanto a que el 70,2% de la muestra (n = 127) prefiere integrarse a la cultura argentina, es decir “Los inmigrantes latinoamericanos que viven en Argentina deberían mantener su cultura y a la vez adoptar la cultura argentina.”. En segunda instancia se encuentra la estrategia de Separación (19,3%), es decir la preferencia por preservar la cultura de origen sin mezclarla con la cultura argentina. En menor medida los estudiantes universitarios prefieren la Marginalización (3,3%) es decir que toman una postura distante con respecto a la propia cultura y hacia la cultura argentina; y tan sólo un 2,2% de la muestra prefiere la Asimilación de la cultura argentina por sobre la cultura propia.

Tabla 1: Distribución de la muestra según Estrategia de aculturación predominante

Estrategia de aculturación predominante		
Estrategia de aculturación	Frecuencia	Porcentaje
Integración	127	70,2
Separación	35	19,3
Asimilación	4	2,2
Marginalización	6	3,3
Multicultural	9	5,0

En el procesamiento de datos se encontró una estrategia diferente a las planteadas teóricamente, al encontrar puntuaciones iguales en cada una de las preguntas, es decir que no se identificaba con claridad una estrategia predominante. A los evaluados que presentaron este tipo de respuestas se los categorizó bajo la estrategia Multicultural en tanto no hay preferencias por alguna cultura y el contacto cultural pareciera no incomodarles ni agradecerles. Esta nueva estrategia es preferida por 9 sujetos, es decir por el 5% de la muestra.

1. Correlaciones entre las Estrategias aculturativas

Se evaluaron las correlaciones entre las Estrategias aculturativas. Se encontraron correlaciones negativas y con significatividad estadística entre las Estrategias aculturativas de Integración y Separación ($r = -,235$; $p = ,001$), y entre la Integración y la Marginalización ($r = -,167$; $p = ,025$). También hay una correlación positiva y altamente significativa entre las estrategias de Asimilación y la Marginalización ($r = ,494$; $p = 0$). (Ver Tabla 2)

Tabla 2: Correlaciones entre las Estrategias aculturativas

	Integración	Separación	Asimilación	Marginalización
Integración	1	-,235** ($p = ,001$)	-,046 ($p = ,538$)	-,167* ($p = ,025$)
Separación		1	,075 ($p = ,313$)	,116 ($p = ,121$)
Asimilación			1	,494** ($p = 0$)
Marginalización				1

** . La correlación es significativa al nivel 0,01 (bilateral).
 * . La correlación es significativa al nivel 0,05 (bilateral).

2. Estrategias aculturativas según variables sociodemográficas

En el Gráfico 7 se presentan los resultados según la estrategia de aculturación predominante y género. Lo que se observa es que la Integración es la estrategia aculturativa predominante tanto de hombres como de mujeres; no obstante, más del doble de mujeres la prefieren, por encima de los hombres. Por otro lado, casi la misma cantidad de hombres y mujeres adoptan la Separación como la estrategia de aculturación predominante, ubicándose como la segunda estrategia más usada por la muestra. Siguiendo con el orden en cuanto a la preferencia total de la muestra, sigue la estrategia Multicultural que se distribuye en su mayoría en el sexo masculino, contando con una muy poca preferencia en el caso de las mujeres. La Marginalización, en cuarto lugar, se presenta exactamente en la misma proporción en ambos sexos. Por último, predomina

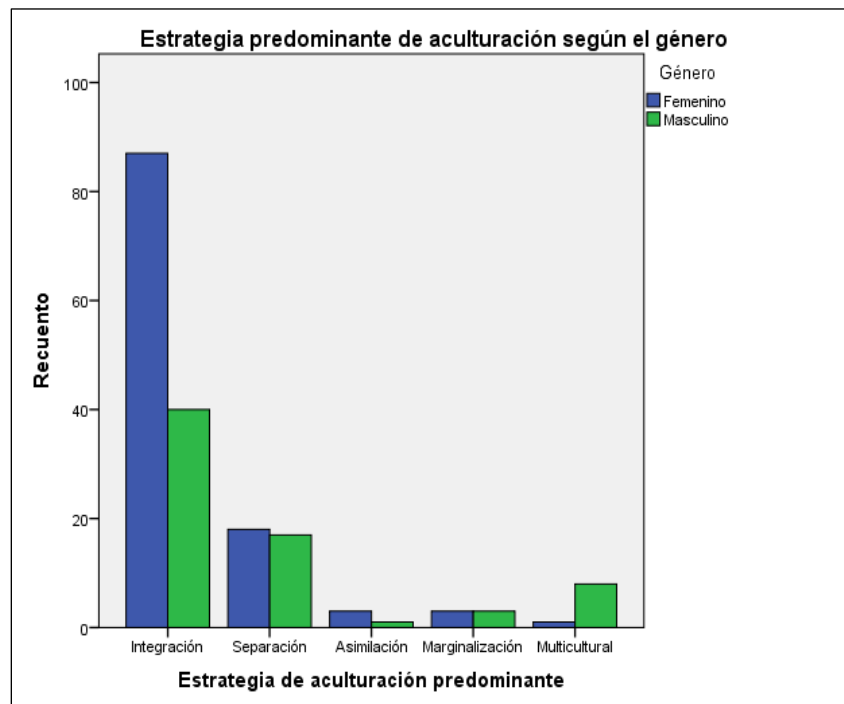
Relaciones entre las estrategias de aculturación, el nivel de estrés aculturativo y las estrategias de afrontamiento en estudiantes universitarios colombianos residentes en Buenos Aires

Amaya Méndez Valentina

Lic. en Psicología

en las mujeres la Asimilación, sin embargo, no es una forma representativa sobre la forma en la que los participantes asumen la aculturación.

Gráfico 7: Distribución estrategias predominantes de aculturación según género



La distribución de la muestra según estrategia de aculturación y rango etario se encuentra en la Tabla 3. En los más jóvenes ($n = 23$) las Estrategias aculturativas predominantes incluyen la Integración y en segunda instancia la Separación. Ninguno de ellos elige asimilarse a la cultura argentina y tan solo un participante asume la Marginalización y otro la estrategia Multicultural. La misma cantidad de sujetos entre los 20 y los 25 años, y entre los 25 y los 30 años optan por integrar elementos de la cultura argentina a la cultura colombiana. Datos importantes para estos grupos etarios son que para el grupo de los 20 a los 25 años ningún individuo asume una estrategia Multicultural, mientras que el grupo de los 25 a los 30 años es el que cuenta con más sujetos que se adhieren a esta forma de asumir el proceso aculturativo. Finalmente, la mayoría de los sujetos de mayor edad de la muestra se integran; la misma cantidad de sujetos ($n = 3$) asumen la Separación y la estrategia Multicultural, y tan solo un participante opta por asimilarse y otro por estar marginalizado.

Relaciones entre las estrategias de aculturación, el nivel de estrés aculturativo y las estrategias de afrontamiento en estudiantes universitarios colombianos residentes en Buenos Aires

Amaya Méndez Valentina

Lic. en Psicología

Tabla 3: Distribución de la muestra según Estrategias aculturativas predominantes y el rango etario

		Rango etario				Total
		Hasta 20 años	20 a 25 años	25 a 30 años	Más de 30 años	
Estrategia de aculturación predominante	Integración	17	44	44	22	127
	Separación	4	16	12	3	35
	Asimilación	0	3	0	1	4
	Marginalización	1	2	2	1	6
	Multicultural	1	0	5	3	9
Total		23	65	63	30	181

La Tabla 4 presenta la distribución según las Estrategias aculturativas predominantes y el motivo de viaje a la Argentina. Lo primero que se puede observar es que quienes llegaron al país debido a su situación económica prefieren (en orden de proporción) la Integración, seguida de la Separación, la estrategia Multicultural y la Marginalización; ninguno de los sujetos que ingresan a la Argentina por este motivo eligen la Asimilación. El prestigio académico es el principal motivo del viaje para los participantes de la investigación. De los 131 sujetos que migraron por esta razón, 90 se integraron, 27 prefirieron la Separación, 5 sujetos presentan una estrategia Multicultural y la misma cantidad asume la Marginalización. En este grupo se encuentran todos los sujetos de la muestra que encararon la aculturación desde la Asimilación. Los sujetos que viajaron debido al atractivo cultural del país eligen principalmente la Integración. Sólo 4 de ellos se separan de la cultura argentina y preservan a toda costa la cultura colombiana, y 2 de ellos encaran la experiencia desde la estrategia Multicultural. Por otro lado, quienes viajaron por algún otro motivo deciden integrarse.

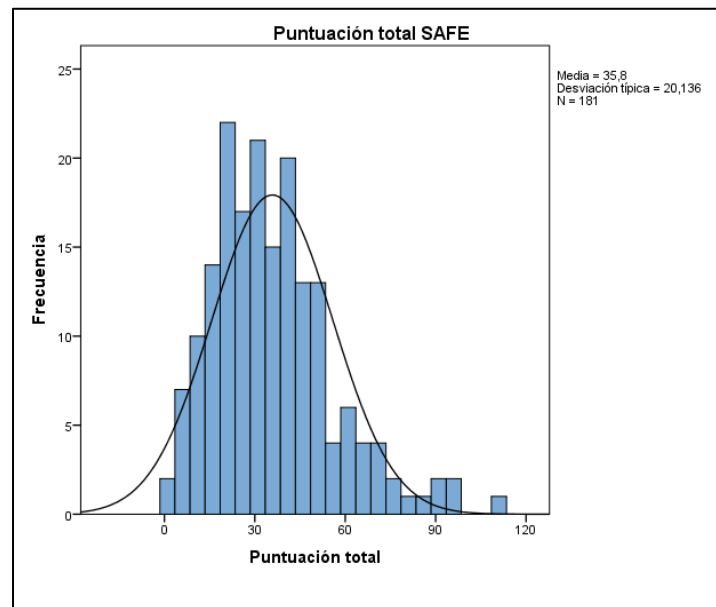
Tabla 4: Distribución de la muestra según Estrategias aculturativas predominantes y el motivo de viaje a la Argentina

		Motivo del viaje a la Argentina				Total
		Situación económica	Prestigio académico	Atractivo cultural	Otro	
Estrategia de aculturación predominante	Integración	18	90	17	2	127
	Separación	4	27	4	0	35
	Asimilación	0	4	0	0	4
	Marginalización	1	5	0	0	6
	Multicultural	2	5	2	0	9
Total		25	131	23	2	181

C. Estrés por aculturación

Los valores del Estrés por aculturación (SAFE) tuvieron como valor mínimo 1, como valor máximo la puntuación de 110, y una media de 35,8 puntos ($DE = 20,13$). En el Gráfico 8 se presentan las distribuciones según los puntajes totales de los sujetos evaluados. En este Gráfico se observa que la mayoría de la muestra presenta valores totales dentro de la curva normal de distribución, es decir con puntajes bajos a moderados.

Gráfico 8: Distribución según el puntaje total de Estrés aculturativo (SAFE)



Según los rangos teóricos de la escala de Estrés aculturativo (SAFE), el nivel de estrés fue categorizado en *bajo* (puntaje entre 0 y 41), *moderado* (puntaje entre 42 y 82) y *alto* (puntaje entre 83-115). Se encontró un 96,1% de la muestra que presenta puntuaciones de bajas a moderadas, es decir puntuaciones totales entre 1 y 82. Tan sólo el 3,9% de la muestra presenta niveles altos de Estrés por aculturación en los contextos social, actitudinal, familiar y ambiental.

Tomando los factores de Estrés aculturativo de Fuertes y Westbrook (1996) se observa que el factor actitudinal con una media de 1,8486 ($DE = 1,1523$) es el que tiene mayores niveles. A éste le sigue el factor ambiental con una media de 1,5657 ($DE = 1,0109$), el factor social con una media de 1,3384 ($DE = 1,0414$), y finalmente el factor familiar con una media de 1,2946 ($DE = 1,1346$). Esto representa que es un poco estresante la Separación de la familia y amigos, así como de la cultura y el país de origen para los colombianos que participaron de la investigación (Ver Tabla 5).

Tabla 5: Estadísticos descriptivos de los factores del Estrés aculturativo

	Media	Desv. típ.	Mínimo	Máximo
Factor 1: Ambiental	1,5657	1,01091	0,1	5
Factor 2: Actitudinal	1,8486	1,15232	0	5
Factor 3: Social	1,3384	1,04139	0	5
Factor 4: Familiar	1,2946	1,13458	0	4,67

Con respecto a las Estrategias de afrontamiento evaluadas con el SAFE se encuentra que la estrategia predominante es la que corresponde a la afirmación “No me preocupo. Probablemente todo va a salir bien.”, con un porcentaje del 60,2% de la muestra. A continuación, se ubica con un 17,1% la estrategia que refiere a hablar con otros sobre el problema, y con un 14,9% la estrategia que corresponde a tomar una actitud activa, acciones positivas y planificadas (Tabla 6).

Tabla 6: Distribución según las Estrategias de afrontamiento de SAFE

Estrategia	Frecuencia	Porcentaje
A. Trato activamente de averiguar más sobre la situación y tomar alguna acción positiva y planificada.	27	14,9
B. Hablo con otros sobre el problema (amigos, parientes).	31	17,1
C. No me preocupo. Probablemente todo va a salir bien.	109	60,2
D. Me involucro con otras actividades para mantener mi mente lejos del problema.	2	1,1
G. Aprendo de mis experiencias pasadas, quizás situaciones similares puedan ayudar.	4	2,2
H. Busco apoyo de miembros de mi grupo cultural.	5	2,8
I. Trato de reducir la tensión (como, tomo, me drogo, fumo, más ejercicio).	3	1,7

1. Correlaciones entre factores de Estrés aculturativo del SAFE

Se consideraron las correlaciones entre los factores del SAFE. El factor actitudinal tiene una correlación positiva y moderada con el factor ambiental ($r = ,619$; $p = 0$), una correlación alta, positiva y significativa con el factor social ($r = ,718$; $p = 0$), y una correlación más baja con el factor familiar ($r = ,388$; $p = 0$). Por su parte, el factor social correlaciona positiva y de forma moderada con el factor ambiental ($r = ,718$; $p = 0$), mientras tiene una correlación baja, positiva e igualmente significativa con el factor familiar ($r = ,270$; $p = 0$). Finalmente, se observa una correlación moderada, positiva y significativa entre los factores familiar y ambiental ($r = ,459$; $p = 0$). (Ver Tabla 7)

Tabla 7: Correlaciones entre factores Estrés por aculturación

	Factor 1: Ambiental	Factor 2: Actitudinal	Factor 3: Social	Factor 4: Familiar
Factor 1: Ambiental	1	,619 (p = 0)	,648 (p = 0)	,459 (p = 0)
Factor 2: Actitudinal		1	,718 (p= 0)	,388 (p = 0)
Factor 3: Social			1	,270 (p = 0)
Factor 4: Familiar				1

2. Estrés por aculturación según variables sociodemográficas

La medida general de Estrés por aculturación dada por el instrumento SAFE se analizó a la luz de variables sociodemográficas para determinar cómo se presenta en la muestra según las características que presenta. En la Tabla 8 se presentan los resultados del nivel de Estrés aculturativo distribuido según el género. Se observa que la mayoría de hombres y de mujeres presentan un nivel de Estrés aculturativo bajo. En este nivel se ubican el 61,6% de las mujeres y el 76,8% de los hombres, lo que quiere decir que en proporción son más hombres los que viven con un nivel de estrés bajo en la Argentina. En el caso del nivel de estrés moderado, se presenta el caso contrario. Hay un mayor porcentaje de mujeres (33,9%) que de hombres (20,3%) que afirman experimentar un nivel de Estrés por aculturación que se encuentra dentro de los puntajes medios. Finalmente, se observa que el nivel alto de Estrés por aculturación solamente lo manifiesta el 3,9% de la muestra, donde es mayor el porcentaje de mujeres (4,5%) que de hombres (2,9%) que presentan tal nivel de Estrés aculturativo. No obstante, no se observaron asociaciones estadísticamente significativas entre los niveles del Estrés aculturativo y el género ($\chi^2(181, 2) = 4,499; p = ,105$).

Tabla 8: Distribución de la muestra según niveles de Estrés por aculturación y género

		Género		Total
		Femenino	Masculino	
Nivel de estrés	Bajo	69	53	122
	Moderado	38	14	52
	Alto	5	2	7
Total		112	69	181

La Tabla 9 presenta la distribución según el nivel de Estrés por aculturación y el rango etario. Se observa que, dentro del grupo de sujetos con un bajo nivel de estrés, el 36,1% tiene entre 20 y 25 años, y el 34,4% tiene entre 25 y 30 años; estos dos rangos etarios son los que cuentan con más participantes que presentan bajos niveles de Estrés por aculturación. En menor medida se

Relaciones entre las estrategias de aculturación, el nivel de estrés aculturativo y las estrategias de afrontamiento en estudiantes universitarios colombianos residentes en Buenos Aires

Amaya Méndez Valentina

Lic. en Psicología

ubicar las personas mayores de 30 años (18,0%), seguidas de las personas más jóvenes con edades inferiores a los 20 años (11,5%). Al igual que en el grupo con bajo nivel de estrés, el grupo de quienes presentan un nivel de estrés moderado está altamente conformado por personas entre los 20 y los 25 años (40,4%), y entre los 25 y los 30 años (30,8%). A estos rangos etarios, le siguen las personas de hasta 20 años (17,3%) y finalmente los sujetos que tiene más de 30 años (11,5%). Por último, el conjunto de personas que presenta un alto nivel de Estrés aculturativo está conformado principalmente por personas entre los 25 y los 30 años (71,4%), y el porcentaje restante (28,6%) les corresponde a las personas de más de 30 años. Esto quiere decir que los sujetos de mayor edad son quienes tienen a presentar mayores niveles de estrés; no obstante, solamente el 3,9% de la muestra total manifiesta estar altamente estresada en el contexto de la aculturación.

Tabla 9: Distribución de la muestra según niveles de Estrés por aculturación y rango etario

		Rango etario				Total
		Hasta 20 años	20 a 25 años	25 a 30 años	Más de 30 años	
Nivel de Estrés por aculturación	Bajo	14	44	42	22	122
	Moderado	9	21	16	6	52
	Alto	0	0	5	2	7
Total		23	65	63	30	181

En la Tabla 10 se presenta la distribución de la muestra referente a los niveles de Estrés por aculturación y el motivo del viaje a la Argentina. La mayoría de los sujetos que presentan un bajo nivel de Estrés por aculturación viajó a la Argentina por el prestigio académico del país (68,9%). En este mismo rango de Estrés, el 14,8% de las personas viajó por la situación económica en Colombia y por el atractivo cultural. El total de las personas que indicaron que habían viajado por otro motivo no especificado, presentan un bajo nivel de Estrés por aculturación; representan el 1,6% del grupo con bajo nivel de estrés, y el 1,1% del total de la muestra. El 82,7% de personas que tienen un nivel de Estrés por aculturación moderado, viajaron a la Argentina por el prestigio académico del país. Los otros motivos de viaje a la Argentina que le siguen en menor proporción a éste son el atractivo cultural (9,6%) y la situación económica de las personas (7,7%). Dentro del grupo de quienes presentan un nivel alto de Estrés por aculturación, el prestigio académico (57,1%) lidera el motivo del viaje a la Argentina, seguido de la situación económica en Colombia (42,9%).

Tabla 10: Distribución de la muestra según niveles de Estrés por aculturación y motivo de viaje a la Argentina

		Motivo de viaje a la Argentina				Total
		Situación económica	Prestigio académico	Atractivo cultural	Otro	
Nivel de Estrés por aculturación	Bajo	18	84	18	2	122
	Moderado	4	43	5	0	52
	Alto	3	4	0	0	7
Total		25	131	23	2	181

La Tabla 11 presenta la distribución de la muestra según el nivel de Estrés aculturativo y el tiempo de residencia en la Argentina. Se observa que el 85,2% de las personas con un bajo nivel de estrés llevan menos de 5 años viviendo en el país; el 14,8% restante, llegó a la Argentina hace más de 5 años. También se puede indicar que el 67,5% de las personas que llevan en el país menos de 5 años presenta un nivel de estrés bajo, y de forma similar, un 66,7% de los sujetos que llevan más de 5 años en el país presenta un nivel de estrés bajo. Las personas que revelan un nivel moderado de estrés llegaron en su mayoría (84,6%), hace menos de 5 años, por lo que el 15,4% restante, vive hace más de 5 años en la Argentina. En proporciones similares se encuentran los datos para quienes tiene un nivel de estrés elevado: el 85,7% de ellas llegó a vivir en el país hace menos de 5 años, y el 14,3% de ellos viven en la Argentina hace más de 5 años. Este último grupo del nivel de estrés representa tan sólo el 3,9% de la muestra, siendo el 3,3% de la muestra total quienes viven hace menos de 5 años, y el 0,6% de los participantes quienes viven hace más de 5 años y presentan niveles elevados de estrés.

Tabla 11: Distribución de la muestra según niveles de Estrés por aculturación y tiempo en la Argentina

		Tiempo en Argentina		Total
		Hasta 5 años	Más de 5 años	
Nivel de Estrés por aculturación	Bajo	104	18	122
	Moderado	44	8	52
	Alto	6	1	7
Total		154	27	181

3. Niveles de Estrés aculturativo y Estrategias aculturativas

Con el fin de comprender la forma en la que las Estrategias aculturativas se presentan conforme determinado nivel de estrés, se estudiaron las distribuciones de ambas variables en la muestra comprendida en esta investigación. Se encontró que quienes preferían integrarse a la cultura argentina, en su mayoría (67,7%) presentaban un nivel de Estrés aculturativo bajo, casi un tercio

Relaciones entre las estrategias de aculturación, el nivel de estrés aculturativo y las estrategias de afrontamiento en estudiantes universitarios colombianos residentes en Buenos Aires

Amaya Méndez Valentina

Lic. en Psicología

de ellos (29,9%) tenía un nivel de estrés moderado, y tan solo el 2,4% de los colombianos que se integraron, referían un nivel de estrés alto. Además, se observa que dentro del grupo de colombianos que tiene un nivel de estrés bajo, la mayoría opta por la Integración como estrategia de aculturación predominante (70,5%) para vivir el encuentro cultural.

Los colombianos que prefieren la Separación como estrategia aculturativa, se distribuyen de forma similar a quienes se integran. En primer lugar, el 60% de ellos tiene un nivel de estrés bajo, mientras que un 34,3% se ubica en la categoría moderada y un 5,7% tiene un puntaje de Estrés aculturativo alto. Con respecto a quienes padecen de un elevado nivel de estrés, llama la atención que el porcentaje más alto de ese grupo coincide con los colombianos que deciden optar por la Separación como estrategia aculturativa predilecta (28,6%), no obstante, representa tan solo el 1,1% de la muestra.

El 75% de las personas que eligieron asimilarse a la cultura argentina, presenta un nivel de estrés bajo, mientras que el restante 25% de ellas padece un nivel de Estrés aculturativo elevado, viéndose polarizado este grupo de la muestra. Además, el 14,3% de las personas que sufren de un nivel de estrés alto, eligen la Asimilación como estrategia de aculturación. Por su parte, los colombianos que asumen una postura de Marginalización ante el contacto cultural experimentan niveles bajos (83,3%) y moderados (16,7%) de Estrés aculturativo. Finalmente, aquellos que se inclinan por una aproximación Multicultural ante todo el fenómeno aculturativo, en su mayoría tiene niveles de estrés bajos (77,8%). Ahora bien, dentro del grupo Multicultural el mismo porcentaje de sujetos tienen un nivel de estrés moderado y alto (11,1%); sin embargo, los datos toman otro valor al ver que el 14,3% de las personas que padecen de un nivel de estrés elevado deciden inclinarse por una estrategia de aculturación Multicultural. Se observa entonces, que el mismo porcentaje de sujetos se estresan en un nivel elevado, bien sea que se inclinen por la Asimilación o bien prefieran una actitud Multicultural (Ver Tabla 12).

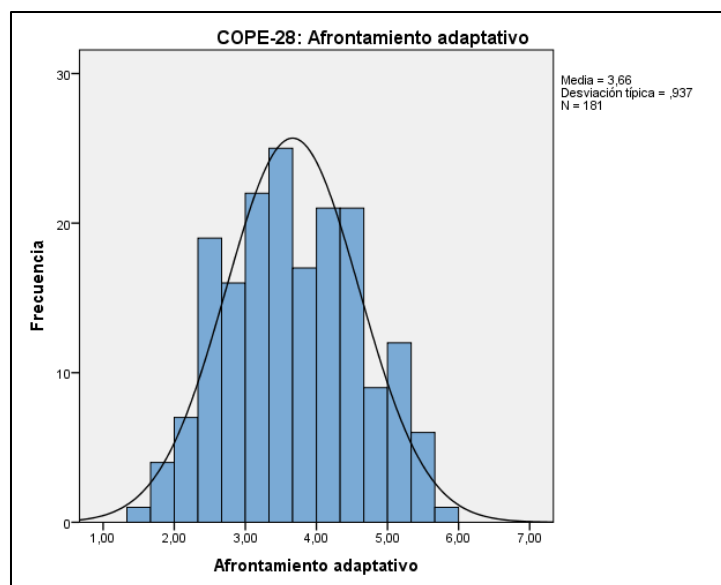
Tabla 12: Distribución de la muestra según niveles de Estrés aculturativo y Estrategias aculturativas predominantes

		Nivel de Estrés aculturativo			Total
		Bajo	Moderado	Alto	
Estrategia aculturativa predominante	Integración	86	38	3	127
	Separación	21	12	2	35
	Asimilación	3	0	1	4
	Marginalización	5	1	0	6
	Multicultural	7	1	1	9
Total		122	52	7	181

D. Estrategias de afrontamiento

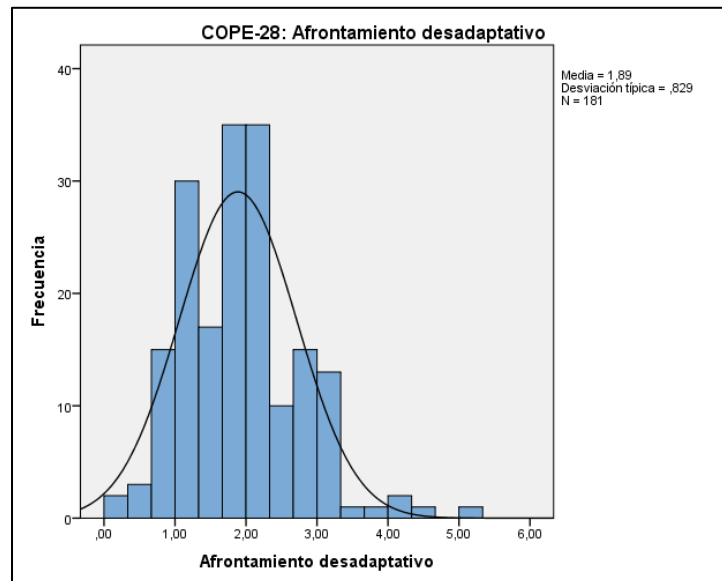
De manera general, los estudiantes universitarios de origen colombiano evaluados optan la mayoría de las veces por Estrategias de afrontamiento adaptativas (afrontamiento activo, planificación, reevaluación positiva, aceptación, humor, religión, apoyo social y apoyo emocional). En el Gráfico 9 se muestra la distribución de la muestra en función del grado de preferencia de las estrategias adaptativas, mostrando una media de 3,66 ($DE = 0,937$).

Gráfico 9: Distribución de la muestra según las Estrategias de afrontamiento adaptativas (COPE-28)



En menor medida, afrontan el estrés con las estrategias desadaptativas (autodistracción, negación, desahogo, uso de sustancias, desconexión y autoinculpación). En el Gráfico 10 se presentan los resultados de la distribución según el uso de este tipo de estrategias, mostrando una media de 1,89 ($DE = 0,829$), menor a la presentada para el caso de las estrategias adaptativas.

Gráfico 10: Distribución de la muestra según Estrategias de afrontamiento desadaptativas (COPE-28)



1. Correlaciones entre las Estrategias de afrontamiento para COPE-28

También se estudiaron las correlaciones entre las dimensiones del cuestionario COPE-28 (Ver Tabla 13). El afrontamiento activo correlacionó positivamente con las siguientes Estrategias de afrontamiento: con la planificación ($r = ,579$; $p = 0$), con el apoyo emocional ($r = ,213$; $p = ,004$); con el apoyo social ($r = ,292$; $p = 0$), con la religión ($r = ,174$; $p = ,019$), con la reevaluación positiva ($r = ,288$; $p = 0$), con la aceptación ($r = ,246$; $p = ,001$), con el humor ($r = ,270$; $p = 0$), con la autodistracción ($r = ,158$; $p = ,034$), con el desahogo ($r = ,185$; $p = ,013$); por último, con el afrontamiento adaptativo ($r = ,566$; $p = 0$). Entre el afrontamiento activo y la desconexión hay una correlación negativa y estadísticamente significativa ($r = -,160$; $p = ,032$).

La planificación también presentó correlaciones positivas y estadísticamente significativas con otras dimensiones del mismo instrumento: con el apoyo emocional ($r = ,241$; $p = ,001$), con el apoyo social ($r = ,251$; $p = ,001$), con la religión ($r = ,181$; $p = ,015$), la reevaluación positiva ($r = ,252$; $p = ,001$), la aceptación ($r = ,224$; $p = ,002$); el humor ($r = ,248$; $p = ,001$), la autodistracción ($r = ,175$; $p = ,019$); autoinculpación ($r = ,187$; $p = ,012$), con el desahogo ($r = ,180$; $p = ,015$). También se encontró una correlación positiva entre la planificación y el afrontamiento adaptativo ($r = ,557$; $p = 0$), y aunque ligeramente menor y con un poco menos de significatividad estadística, entre la planificación y el afrontamiento desadaptativo ($r = ,174$; $p = ,019$).

Hay una correlación positiva, alta y estadísticamente significativa entre el apoyo emocional y el apoyo social ($r = ,700$; $p = 0$) y entre el apoyo emocional y el afrontamiento adaptativo ($r = ,727$; $p = 0$). Otras correlaciones positivas y con significatividad estadística se observaron entre el apoyo emocional y la religión ($r = ,405$; $p = 0$), la reevaluación positiva ($r = ,377$; $p = 0$), la aceptación ($r = ,257$; $p = 0$), el humor ($r = ,233$; $p = ,002$), la autodistracción ($r = ,310$; $p = 0$), la desconexión ($r = ,171$; $p = ,021$), el desahogo ($r = ,358$; $p = 0$), y con el afrontamiento desadaptativo ($r = ,248$; $p = ,001$).

El apoyo emocional también presenta correlaciones positivas y estadísticamente significativas con otras Estrategias de afrontamiento, en su mayoría adaptativas; de hecho, la correlación con este tipo de estrategias es de $r = ,691$ ($p = 0$). Otras relaciones del mismo estilo se encontraron entre el apoyo emocional y la religión ($r = ,345$; $p = 0$), la reevaluación positiva ($r = ,294$; $p = 0$), la aceptación ($r = ,239$; $p = ,001$), el humor ($r = ,189$; $p = ,011$), la autodistracción ($r = ,303$; $p = 0$), la desconexión ($r = ,157$; $p = ,035$), el desahogo ($r = ,319$; $p = 0$), y con las estrategias desadaptativas como conjunto ($r = ,278$; $p = 0$).

La religión, aunque en menor medida, también se correlaciona positivamente con otras Estrategias de afrontamiento; no obstante, sus valores son estadísticamente significativos. Se relaciona con la reevaluación positiva ($r = ,240$; $p = ,001$), con la aceptación ($r = ,238$; $p = ,001$), con el humor ($r = ,177$; $p = ,017$), con la autodistracción ($r = ,239$; $p = ,001$), con la desconexión ($r = ,150$; $p = ,043$) y con el desahogo ($r = ,234$; $p = ,002$). Con las estrategias adaptativas como conjunto, la correlación positiva es moderada pero altamente significativa ($r = ,617$; $p = 0$), mientras que con las estrategias desadaptativas la correlación es positiva pero menor ($r = ,169$; $p = ,023$).

La reevaluación positiva correlacionó positiva y significativamente con la aceptación ($r = ,310$; $p = 0$), con el humor ($r = ,350$; $p = 0$), con la autodistracción ($r = ,308$; $p = 0$), con las estrategias adaptativas ($r = ,612$; $p = 0$), y un poco más baja con las estrategias desadaptativas ($r = ,174$; $p = ,019$). Por su lado, la aceptación cuenta con correlaciones positivas y estadísticamente significativas con el humor ($r = ,449$; $p = 0$), con la autodistracción ($r = ,271$; $p = 0$), y con las estrategias adaptativas ($r = ,567$; $p = 0$).

La negación se correlaciona positivamente y de forma significativa con la autodistracción ($r = ,189$; $p = ,011$), con la autoinculpación ($r = ,253$; $p = ,001$), con la desconexión ($r = ,279$; $p = 0$), con el desahogo ($r = ,282$; $p = 0$), con el uso de sustancias ($r = ,205$; $p = ,006$), y con las

Relaciones entre las estrategias de aculturación, el nivel de estrés aculturativo y las estrategias de afrontamiento en estudiantes universitarios colombianos residentes en Buenos Aires

Amaya Méndez Valentina

Lic. en Psicología

estrategias desadaptativas ($r = ,554$; $p = 0$). El humor se correlaciona de la misma forma con la autodistracción ($r = ,228$; $p = ,002$), con el desahogo ($r = ,221$; $p = ,003$), con el afrontamiento adaptativo ($r = ,589$; $p = 0$), y con el afrontamiento desadaptativo ($r = ,178$; $p = ,017$).

Hay una relación positiva y estadísticamente significativa entre la autodistracción y la autoinculpación ($r = ,247$; $p = ,001$), la desconexión ($r = ,279$; $p = 0$), el desahogo ($r = ,228$; $p = ,002$), el afrontamiento adaptativo ($r = ,406$; $p = 0$), y en mayor medida con las Estrategias de afrontamiento desadaptativas ($r = ,606$; $p = 0$). En lo referente a la autoinculpación, se encuentran correlaciones bajas pero significativas entre la desconexión ($r = ,284$; $p = 0$), el desahogo ($r = ,382$; $p = 0$) y el uso de sustancias ($r = ,207$; $p = 0$); la correlación es moderada con el afrontamiento desadaptativo siendo de $,682$ ($p = 0$).

La desconexión, siendo una estrategia de afrontamiento desadaptativo, correlaciona moderadamente con esta categoría ($r = ,581$; $p = 0$). A su vez se relaciona con el desahogo ($r = ,197$; $p = 0$) y con el uso de sustancias ($r = ,181$; $p = ,015$). Al igual que la desconexión, el desahogo se relaciona con el uso de sustancias ($r = ,180$; $p = ,015$) y con el afrontamiento desadaptativo, en general ($r = ,646$; $p = 0$); adicionalmente, se relaciona en menor medida con el afrontamiento adaptativo ($r = ,363$; $p = 0$). Por último, se encontró que el uso de sustancias se correlaciona moderadamente con el afrontamiento desadaptativo ($r = ,526$; $p = 0$), y que el afrontamiento adaptativo tiene una relación baja pero significativa con el afrontamiento desadaptativo ($r = ,292$; $p = 0$).

Tabla 13: Correlaciones entre Estrategias de afrontamiento (COPE-28)

	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16
1	,579**	,213**	,292**	,174*	,288**	,246**	-0,024	,270**	,158*	0,109	-,160*	,185*	-0,031	,566**	0,088
2	1	,241**	,251**	,181*	,252**	,224**	0,033	,248**	,175*	,187*	0,012	,180*	-0,014	,557**	,174*
3		1	,700**	,405**	,377**	,257**	-0,013	,233**	,310**	0,081	,171*	,358**	-0,078	,727**	,248**
4			1	,345**	,294**	,239**	0,144	,189*	,303**	0,113	,157*	,319**	-0,058	,691**	,278**
5				1	,240**	,238**	0,072	,177*	,239**	0,028	,150*	,234**	-0,131	,617**	,169*
6					1	,310**	0,035	,350**	,308**	0,023	0,127	0,117	-0,013	,612**	,174*
7						1	-0,062	,449**	,271**	-0,028	-0,01	0,111	-0,033	,567**	0,087
8							1	0,047	,189*	,253**	,279**	,282**	,205**	0,056	,554**
9								1	,228**	0,004	-0,033	,221**	0,126	,589**	,178*
10									1	,247**	,279**	,228**	0,126	,406**	,606**
11										1	,284**	,382**	,207**	0,101	,682**
12											1	,197**	,181*	0,105	,581**
13												1	,180*	,363**	,646**
14													1	-0,052	,526**
15														1	,292**

** La correlación es significativa al nivel 0,01 (bilateral). * La correlación es significante al nivel 0,05 (bilateral).

Referencia: 1: Afrontamiento activo; 2: Planificación; 3: Apoyo emocional; 4: Apoyo social; 5: Religión; 6: Reevaluación positiva; 7: Aceptación; 8: Negación; 9: Humor; 10: Autodistracción; 11: Autoinculpación; 12: Desconexión; 13: Desahogo; 14: Uso de sustancias; 15: Afrontamiento adaptativo; 16: Afrontamiento desadaptativo

2. Correlaciones entre Estrategias de afrontamiento para SAFE

Se correlacionaron los ítems de afrontamiento del SAFE entre sí. La estrategia B, hablar con otros sobre el problema, correlaciona negativamente con la estrategia A, actuar y tomar una acción planificada ($r = -,201$; $p = ,007$). La estrategia C, no preocuparse, correlaciona negativamente con la estrategia A que refiere a averiguar, tomar una acción positiva y planificada ($r = -,512$; $p = 0$); con la estrategia B, hablar con otros sobre el problema ($r = -,388$; $p = 0$); con la estrategia G, aprender sobre el problema ($r = -,243$; $p = ,001$) y con la estrategia H que implica buscar apoyo con la gente de la misma cultura ($r = -,300$; $p = 0$). Se observa una correlación baja, positiva y significativa entre la estrategia F, buscar consejo profesional, y la estrategia E, que refiere a la religión ($r = ,154$; $p = ,038$). Por último, se encuentra una correlación baja, negativa y estadísticamente significativa entre la estrategia H, buscar apoyo con la gente de la misma cultura, y la estrategia A, actuar y tomar una acción planificada ($r = -,167$; $p = ,024$). (Ver Tabla 14)

Tabla 14: Correlaciones entre Estrategias de afrontamiento (SAFE)

	A	B	C	D	E	F	G	H	I
A	1	-,201**	-,512**	-,140	-,068	-,069	-,142	-,167*	-,146
B		1	-,388**	-,142	,031	-,120	-,146	,067	-,054
C			1	-,104	-,107	-,011	-,243**	-,300**	-,143
D				1	,086	,027	,016	,047	-,031
E					1	,154*	-,028	,089	,020
F						1	-,015	,115	-,069
G							1	,112	-,054
H								1	,019
I									1

** . La correlación es significativa al nivel 0,01 (bilateral).

*. La correlación es significativa al nivel 0,05 (bilateral).

Referencia: A: trato activamente de averiguar más sobre la situación y tomar alguna acción positiva y planificada; B: hablo con otros sobre el problema (amigos, parientes); C: no me preocupa. Probablemente todo va a salir bien; D: me involucro con otras actividades para mantener mi mente lejos del problema; E: rezo y/o consulto un sacerdote o cura; F: busco consejo profesional (fisioterapeuta, psicológico, guía); G: aprendo de mis experiencias pasadas, quizás situaciones similares puedan ayudar; H: busco apoyo de miembros de mi grupo cultural; I: trato de reducir la tensión (como, tomo, me drogo, fumo, más ejercicio).

3. Estrategias de afrontamiento según variables sociodemográficas

Se realizó la prueba ANOVA para establecer la diferencia de medias según las variables sociodemográficas en las Estrategias de afrontamiento de los estudiantes universitarios colombianos. En la Tabla 15 se presentan los datos correspondientes a las diferencias según género en las Estrategias de afrontamiento para el COPE-28, agrupadas en adaptativas y desadaptativas. Allí se observan diferencias de medias estadísticamente significativas según el género en el uso de Estrategias de afrontamiento adaptativas ($F(181,1) = 8,095; p = ,005$), como en el uso de Estrategias de afrontamiento desadaptativas ($F(181,1) = 7,721; p = ,006$). Si bien las mujeres son quienes presentan mayores puntajes para el afrontamiento adaptativo y para el desadaptativo en comparación con los hombres, la media de 3,8174 ($DE = ,94358$) del afrontamiento adaptativo es mayor que la media de 2,0177 ($DE = ,80068$) del afrontamiento desadaptativo.

Tabla 15: Estadísticos descriptivos de Estrategias de afrontamiento adaptativas y desadaptativas para el COPE-28 según género

		Media	DE	IC al 95%		ANOVA	
				Límite inferior	Límite superior	F	p
Afrontamiento adaptativo	Femenino (n = 112)	3,8175	,94358	3,6408	3,9942	8,095	,005
	Masculino (n = 69)	3,4172	,87796	3,2063	3,6282		
Afrontamiento desadaptativo	Femenino (n = 112)	2,0177	,80068	1,8678	2,1676	7,721	,006
	Masculino (n = 69)	1,6716	,83490	1,4710	1,8722		

Se realizó la misma prueba para determinar las diferencias de medias según el género para las catorce Estrategias de afrontamiento reconocidas en el cuestionario COPE-28. Se observa que hay diferencias de medias estadísticamente significativas en el uso del apoyo emocional ($F(181,$

Relaciones entre las estrategias de aculturación, el nivel de estrés aculturativo y las estrategias de afrontamiento en estudiantes universitarios colombianos residentes en Buenos Aires

Amaya Méndez Valentina

Lic. en Psicología

1) = 22,611; $p = 0$), del apoyo social ($F(181,1) = 12,639$; $p = 0$), de la religión ($F(181,1) = 8,992$; $p = ,003$), de la reevaluación positiva ($F(181,1) = 5,753$; $p = ,017$), de la autodistracción ($F(181,1) = 19,372$; $p = 0$) y del desahogo ($F(181,1) = 6,576$; $p = ,011$), según el género. En todos los casos, son las mujeres quienes emplean con mayor frecuencia este tipo de estrategias, en contraposición con un uso mínimo por parte de los hombres (Ver Tabla 16).

Tabla 16: Estadísticos descriptivos de Estrategias de afrontamiento para COPE-28 según género

		Media	DE	IC al 95%		ANOVA	
				Límite inferior	Límite superior	F	p
Afrontamiento activo	Femenino (n = 112)	4,54	1,192	4,32	4,77	,202	,653
	Masculino (n = 69)	4,46	1,145	4,19	4,74		
Planificación	Femenino (n = 112)	4,32	1,239	4,09	4,55	,018	,893
	Masculino (n = 69)	4,35	1,348	4,02	4,67		
Apoyo emocional	Femenino (n = 112)	3,74	1,681	3,43	4,06	22,611	,000
	Masculino (n = 69)	2,54	1,614	2,15	2,92		
Apoyo social	Femenino (n = 112)	3,38	1,537	3,09	3,66	12,639	,000
	Masculino (n = 69)	2,54	1,549	2,16	2,91		
Religión	Femenino (n = 112)	2,89	1,988	2,52	3,27	8,992	,003
	Masculino (n = 69)	1,99	1,959	1,51	2,46		
Reevaluación positiva	Femenino (n = 112)	4,10	1,342	3,85	4,35	5,753	,017
	Masculino (n = 69)	3,61	1,320	3,29	3,93		
Aceptación	Femenino (n = 112)	4,09	1,234	3,86	4,32	,030	,862
	Masculino (n = 69)	4,06	1,069	3,80	4,31		
Negación	Femenino (n = 112)	,70	,966	,52	,88	,216	,643
	Masculino (n = 69)	,62	1,126	,35	,89		
Humor	Femenino (n = 112)	3,46	1,775	3,12	3,79	1,552	,215
	Masculino (n = 69)	3,78	1,617	3,39	4,17		
Autodistracción	Femenino (n = 112)	3,94	1,508	3,66	4,22	19,372	,000
	Masculino (n = 69)	2,91	1,541	2,54	3,28		
Autoinculpación	Femenino (n = 112)	2,82	1,595	2,52	3,12	,120	,729
	Masculino (n = 69)	2,74	1,472	2,39	3,09		
Desconexión	Femenino (n = 112)	1,15	1,239	,92	1,38	3,318	,070
	Masculino (n = 69)	,83	1,043	,58	1,08		
Desahogo	Femenino (n = 112)	2,66	1,510	2,38	2,94	6,576	,011
	Masculino (n = 69)	2,09	1,380	1,76	2,42		
Uso de sustancias	Femenino (n = 112)	,84	1,424	,57	1,11	,000	,995
	Masculino (n = 69)	,84	1,389	,51	1,17		

Las diferencias de medias en cuanto al uso de las Estrategias de afrontamiento adaptativas y desadaptativas según el rango etario, según el motivo de viaje y según el tiempo en la Argentina, no son estadísticamente significativas. Tampoco lo son las diferencias de medias en el uso de las Estrategias de afrontamiento para el COPE-28 según el motivo de viaje y el tiempo en Argentina (Ver Anexo B: Tablas 1 al 5).

Se halló que hay una diferencia de medias estadísticamente significativa en el uso de la religión ($F(181, 3) = 7,686$; $p = 0$) como estrategia de afrontamiento reconocida por el COPE-28, según

el rango etario. Son los sujetos más jóvenes quienes optan con mayor frecuencia por la religión como estrategia de afrontamiento ante la adversidad, seguidos de los participantes entre los 25 y los 35 años, luego por los colombianos de más de 30 años, y en última instancia quienes tienen entre 20 y 25 años (Ver Tabla 17).

Tabla 177: Estadísticos descriptivos de las Estrategias de afrontamiento para COPE-28 según el rango etario

		Media	DE	IC al 95%		ANOVA	
				Límite inferior	Límite superior	F	p
Afrontamiento activo	Hasta 20 años (n = 23)	4,39	1,076	3,93	4,86	1,751	,158
	20 a 25 años (n= 65)	4,74	1,020	4,49	4,99		
	25 a 30 años (n = 63)	4,29	1,373	3,94	4,63		
	Más de 30 años (n= 30)	4,60	1,037	4,21	4,99		
Planificación	Hasta 20 años (n = 23)	4,35	1,152	3,85	4,85	,033	,992
	20 a 25 años (n= 65)	4,35	1,205	4,06	4,65		
	25 a 30 años (n = 63)	4,33	1,368	3,99	4,68		
	Más de 30 años (n= 30)	4,27	1,388	3,75	4,78		
Apoyo emocional	Hasta 20 años (n = 23)	3,35	1,584	2,66	4,03	,584	,626
	20 a 25 años (n= 65)	3,09	1,809	2,64	3,54		
	25 a 30 años (n = 63)	3,49	1,839	3,03	3,96		
	Más de 30 años (n= 30)	3,20	1,584	2,61	3,79		
Apoyo social	Hasta 20 años (n = 23)	3,13	1,456	2,50	3,76	,267	,849
	20 a 25 años (n= 65)	3,02	1,606	2,62	3,41		
	25 a 30 años (n = 63)	2,97	1,656	2,55	3,39		
	Más de 30 años (n= 30)	3,27	1,574	2,68	3,85		
Religión	Hasta 20 años (n = 23)	3,74	2,027	2,86	4,62	7,686	,000
	20 a 25 años (n= 65)	1,77	1,675	1,35	2,18		
	25 a 30 años (n = 63)	2,98	1,913	2,50	3,47		
	Más de 30 años (n= 30)	2,40	2,298	1,54	3,26		
Reevaluación positiva	Hasta 20 años (n = 23)	4,09	1,203	3,57	4,61	,908	,438
	20 a 25 años (n= 65)	4,02	1,329	3,69	4,34		
	25 a 30 años (n = 63)	3,90	1,467	3,54	4,27		
	Más de 30 años (n= 30)	3,57	1,251	3,10	4,03		
Aceptación	Hasta 20 años (n = 23)	4,61	1,196	4,09	5,13	2,282	,081
	20 a 25 años (n= 65)	3,91	1,071	3,64	4,17		
	25 a 30 años (n = 63)	4,00	1,205	3,70	4,30		
	Más de 30 años (n= 30)	4,20	1,215	3,75	4,65		
Negación	Hasta 20 años (n = 23)	,61	,722	,30	,92	,066	,978
	20 a 25 años (n= 65)	,66	,957	,42	,90		
	25 a 30 años (n = 63)	,67	1,150	,38	,96		
	Más de 30 años (n= 30)	,73	1,143	,31	1,16		
Humor	Hasta 20 años (n = 23)	3,87	1,392	3,27	4,47	,570	,635
	20 a 25 años (n= 65)	3,57	1,776	3,13	4,01		
	25 a 30 años (n = 63)	3,40	1,774	2,95	3,84		
	Más de 30 años (n= 30)	3,77	1,736	3,12	4,41		
Autodistracción	Hasta 20 años (n = 23)	3,83	1,899	3,01	4,65	,804	,493
	20 a 25 años (n= 65)	3,35	1,653	2,94	3,76		
	25 a 30 años (n = 63)	3,52	1,522	3,14	3,91		
	Más de 30 años (n= 30)	3,80	1,375	3,29	4,31		
Autoinculpación	Hasta 20 años (n = 23)	2,48	1,410	1,87	3,09	1,392	,247
	20 a 25 años (n= 65)	2,60	1,549	2,22	2,98		
	25 a 30 años (n = 63)	3,08	1,569	2,68	3,47		
	Más de 30 años (n= 30)	2,83	1,555	2,25	3,41		

Relaciones entre las estrategias de aculturación, el nivel de estrés aculturativo y las estrategias de afrontamiento en estudiantes universitarios colombianos residentes en Buenos Aires

Amaya Méndez Valentina

Lic. en Psicología

Tabla 187 (cont.): Estadísticos descriptivos de las Estrategias de afrontamiento para COPE-28 según el rango etario

		Media	DE	IC al 95%		ANOVA	
				Límite inferior	Límite superior	F	p
Desconexión	Hasta 20 años (n = 23)	,74	,915	,34	1,13	1,499	,216
	20 a 25 años (n= 65)	,89	1,017	,64	1,14		
	25 a 30 años (n = 63)	1,14	1,318	,81	1,47		
	Más de 30 años (n= 30)	1,30	1,317	,81	1,79		
Desahogo	Hasta 20 años (n = 23)	2,22	1,313	1,65	2,79	1,771	,154
	20 a 25 años (n= 65)	2,26	1,384	1,92	2,60		
	25 a 30 años (n = 63)	2,46	1,543	2,07	2,85		
	Más de 30 años (n= 30)	2,97	1,629	2,36	3,57		
Uso de sustancias	Hasta 20 años (n = 23)	,43	,843	,07	,80	,841	,473
	20 a 25 años (n= 65)	,92	1,418	,57	1,27		
	25 a 30 años (n = 63)	,83	1,374	,48	1,17		
	Más de 30 años (n= 30)	1,00	1,762	,34	1,66		

Para las Estrategias de afrontamiento tomadas por Mena y otros (1987) también se aplicó la prueba estadística ANOVA, teniendo como factores algunas variables sociodemográficas. Se encontraron diferencias de medias estadísticamente significativas en el uso de las estrategias “Hablo con otros sobre el problema” ($F(181, 1) = 7,138; p = ,008$) y “Busco apoyo de miembros de mi grupo cultural” ($F(181, 1) = 4,718; p = ,031$), según el género. Estas estrategias implican hablar con otros sobre el problema y buscar apoyo específicamente con colombianos. Son las mujeres quienes asumen con más frecuencia estas estrategias, teniendo una media de 4,99 ($DE = 3,905$) y de 1,12 ($DE = 1,953$) respectivamente (Ver Tabla 18).

Tabla 18: Estadísticos descriptivos de Estrategias de afrontamiento para SAFE según género

		Media	DE	IC al 95%		ANOVA	
				Límite inferior	Límite superior	F	p
Estrategia A	Femenino (n = 112)	3,84	4,214	3,05	4,63	1,780	,184
	Masculino (n = 69)	4,86	6,013	3,41	6,30		
Estrategia B	Femenino (n = 112)	4,99	3,905	4,26	5,72	7,138	,008
	Masculino (n = 69)	3,42	3,735	2,52	4,32		
Estrategia C	Femenino (n = 112)	8,63	5,164	7,67	9,60	2,091	,150
	Masculino (n = 69)	9,90	6,515	8,33	11,46		
Estrategia D	Femenino (n = 112)	1,60	1,818	1,26	1,94	1,007	,317
	Masculino (n = 69)	1,33	1,559	,96	1,71		
Estrategia E	Femenino (n = 112)	,13	,555	,02	,23	1,947	,165
	Masculino (n = 69)	,03	,169	-,01	,07		
Estrategia F	Femenino (n = 112)	,21	,587	,10	,32	,789	,376
	Masculino (n = 69)	,30	,912	,09	,52		
Estrategia G	Femenino (n = 112)	1,86	2,783	1,34	2,38	,005	,946
	Masculino (n = 69)	1,88	2,200	1,36	2,41		
Estrategia H	Femenino (n = 112)	1,12	1,953	,75	1,48	4,718	,031
	Masculino (n = 69)	,54	1,335	,22	,86		
Estrategia I	Femenino (n = 112)	,63	1,622	,33	,94	,122	,727
	Masculino (n = 69)	,74	2,423	,16	1,32		

Analizando la distribución de las Estrategias de afrontamiento incluidas en el cuestionario SAFE según el rango etario, se encontró una diferencia de medias estadísticamente significativa para el uso de la estrategia “Rezo y/o consulto un sacerdote o cura” ($F(181, 3) = 2,746; p = ,044$); ésta se corresponde con rezar y/o buscar ayuda en un cura o un sacerdote. Los colombianos menores de 20 años son quienes más recurren a esta estrategia, con una media de ,30 ($DE = ,765$), en contraposición con un uso mínimo e incluso nulo para los otros rangos de edad (Ver Tabla 19).

Tabla 19: Estadísticos descriptivos de Estrategias de afrontamiento para SAFE según rango etario

		Media	DE	IC al 95%		ANOVA	
				Límite inferior	Límite superior	F	p
Estrategia A	Hasta 20 años (n = 23)	2,87	1,817	2,08	3,66	,718	,543
	20 a 25 años (n= 65)	4,32	3,918	3,35	5,29		
	25 a 30 años (n = 63)	4,35	5,941	2,85	5,85		
	Más de 30 años (n= 30)	4,80	6,370	2,42	7,18		
Estrategia B	Hasta 20 años (n = 23)	4,91	4,592	2,93	6,90	,159	,923
	20 a 25 años (n= 65)	4,28	3,291	3,46	5,09		
	25 a 30 años (n = 63)	4,37	4,128	3,33	5,40		
	Más de 30 años (n= 30)	4,30	4,260	2,71	5,89		
Estrategia C	Hasta 20 años (n = 23)	9,26	4,288	7,41	11,11	,402	,752
	20 a 25 años (n= 65)	9,62	4,746	8,44	10,79		
	25 a 30 años (n = 63)	8,95	6,472	7,32	10,58		
	Más de 30 años (n= 30)	8,27	7,027	5,64	10,89		
Estrategia D	Hasta 20 años (n = 23)	2,35	1,584	1,66	3,03	2,186	,091
	20 a 25 años (n= 65)	1,35	1,727	,93	1,78		
	25 a 30 años (n = 63)	1,40	1,443	1,03	1,76		
	Más de 30 años (n= 30)	1,37	2,205	,54	2,19		
Estrategia E	Hasta 20 años (n = 23)	,30	,765	-,03	,64	2,746	,044
	20 a 25 años (n= 65)	,00	,000	,00	,00		
	25 a 30 años (n = 63)	,11	,571	-,03	,25		
	Más de 30 años (n= 30)	,07	,254	-,03	,16		
Estrategia F	Hasta 20 años (n = 23)	,13	,458	-,07	,33	1,034	,379
	20 a 25 años (n= 65)	,22	,820	,01	,42		
	25 a 30 años (n = 63)	,37	,809	,16	,57		
	Más de 30 años (n= 30)	,13	,434	-,03	,30		
Estrategia G	Hasta 20 años (n = 23)	1,48	1,504	,83	2,13	,914	,435
	20 a 25 años (n= 65)	1,91	2,037	1,40	2,41		
	25 a 30 años (n = 63)	1,67	1,892	1,19	2,14		
	Más de 30 años (n= 30)	2,50	4,674	,75	4,25		
Estrategia H	Hasta 20 años (n = 23)	,87	1,217	,34	1,40	,503	,681
	20 a 25 años (n= 65)	,69	1,103	,42	,97		
	25 a 30 años (n = 63)	1,05	2,121	,51	1,58		
	Más de 30 años (n= 30)	1,03	2,385	,14	1,92		
Estrategia I	Hasta 20 años (n = 23)	,83	1,154	,33	1,33	,143	,934
	20 a 25 años (n= 65)	,62	1,507	,24	,99		
	25 a 30 años (n = 63)	,75	2,658	,08	1,42		
	Más de 30 años (n= 30)	,53	1,634	-,08	1,14		

Las Estrategias de afrontamiento para el SAFE también fueron estudiadas según el motivo del viaje a la Argentina. Se encontraron diferencias en las medias estadísticamente significativas para el uso de las estrategias “Aprendo de mis experiencias pasadas, quizás situaciones similares puedan ayudar” ($F(181, 3) = 3,560; p = ,015$) y “Busco apoyo de miembros de mi grupo cultural” ($F(181, 3) = 3,401; p = ,019$). Los sujetos que emplearon con mayor frecuencia la estrategia “Aprendo de mis experiencias pasadas, quizás situaciones similares puedan ayudar” son quienes viajaron a la Argentina por su situación económica, mientras que los que emigraron por otro motivo no especificado, optaron por la estrategia “Busco apoyo de miembros de mi grupo cultural” (Ver Tabla 20).

Tabla 20: Estadísticos descriptivos de Estrategias de afrontamiento para SAFE según motivo de viaje

		Media	DE	IC al 95%		ANOVA	
				Límite inferior	Límite superior	F	p
Estrategia A	Situación económica (n = 25)	3,96	5,062	1,87	6,05	,148	,931
	Prestigio académico (n = 131)	4,37	5,050	3,50	5,25		
	Atractivo cultural (n = 23)	3,70	4,884	1,58	5,81		
	Otro (n = 2)	4,00	2,828	-21,41	29,41		
Estrategia B	Situación económica (n = 25)	4,08	3,968	2,44	5,72	,084	,969
	Prestigio académico (n = 131)	4,46	3,942	3,78	5,14		
	Atractivo cultural (n = 23)	4,30	3,855	2,64	5,97		
	Otro (n = 2)	5,00	4,243	-33,12	43,12		
Estrategia C	Situación económica (n = 25)	8,60	5,737	6,23	10,97	1,573	,198
	Prestigio académico (n = 131)	8,86	5,661	7,88	9,84		
	Atractivo cultural (n = 23)	11,39	5,860	8,86	13,93		
	Otro (n = 2)	6,00	7,071	-57,53	69,53		
Estrategia D	Situación económica (n = 25)	1,64	1,753	,92	2,36	,788	,502
	Prestigio académico (n = 131)	1,54	1,781	1,23	1,85		
	Atractivo cultural (n = 23)	1,22	1,380	,62	1,81		
	Otro (n = 2)	,00	,000	,00	,00		
Estrategia E	Situación económica (n = 25)	,12	,440	-,06	,30	,383	,766
	Prestigio académico (n = 131)	,10	,494	,01	,18		
	Atractivo cultural (n = 23)	,00	,000	,00	,00		
	Otro (n = 2)	,00	,000	,00	,00		
Estrategia F	Situación económica (n = 25)	,08	,277	-,03	,19	1,463	,226
	Prestigio académico (n = 131)	,28	,816	,14	,42		
	Atractivo cultural (n = 23)	,13	,344	-,02	,28		
	Otro (n = 2)	1,00	1,414	-11,71	13,71		
Estrategia G	Situación económica (n = 25)	3,36	4,680	1,43	5,29	3,560	,015
	Prestigio académico (n = 131)	1,68	2,073	1,32	2,04		
	Atractivo cultural (n = 23)	1,30	1,295	,74	1,86		
	Otro (n = 2)	2,00	,000	2,00	2,00		
Estrategia H	Situación económica (n = 25)	,64	1,221	,14	1,14	3,401	,019
	Prestigio académico (n = 131)	,95	1,824	,63	1,26		
	Atractivo cultural (n = 23)	,57	,945	,16	,97		
	Otro (n = 2)	4,50	6,364	-52,68	61,68		
Estrategia I	Situación económica (n = 25)	,52	1,194	,03	1,01	,289	,834
	Prestigio académico (n = 131)	,76	2,205	,37	1,14		
	Atractivo cultural (n = 23)	,39	,988	-,04	,82		
	Otro (n = 2)	,50	,707	-5,85	6,85		

La diferencia de medias para el uso de las Estrategias de afrontamiento del SAFE según el tiempo en la Argentina se presentan en la Tabla 21. Se observa que hay una diferencia de medias estadísticamente significativa para el uso de la estrategia “Trato de reducir la tensión (como, tomo, me drogo, fumo, hago más ejercicio)” ($F(181, 1) = 3,642; p = ,058$) que implica tratar de reducir la tensión con alguna actividad; quienes afrontan el estrés de esta forma y con mayor frecuencia son aquellos sujetos que han vivido en la Argentina por más de 5 años.

Tabla 191: Estadísticos descriptivos Estrategias de afrontamiento para SAFE según tiempo en la Argentina

		Media	DE	IC al 95%		ANOVA	
				Límite inferior	Límite superior	F	p
Estrategia A	Hasta 5 años (n = 154)	4,28	4,936	3,49	5,06	,115	,735
	Más de 5 años (n = 27)	3,93	5,349	1,81	6,04		
Estrategia B	Hasta 5 años (n = 154)	4,29	3,790	3,69	4,90	,676	,412
	Más de 5 años (n = 27)	4,96	4,553	3,16	6,76		
Estrategia C	Hasta 5 años (n = 154)	9,12	5,593	8,23	10,01	,002	,967
	Más de 5 años (n = 27)	9,07	6,586	6,47	11,68		
Estrategia D	Hasta 5 años (n = 154)	1,58	1,725	1,31	1,86	2,663	,104
	Más de 5 años (n = 27)	1,00	1,664	,34	1,66		
Estrategia E	Hasta 5 años (n = 154)	,10	,482	,02	,17	,411	,523
	Más de 5 años (n = 27)	,04	,192	-,04	,11		
Estrategia F	Hasta 5 años (n = 154)	,27	,776	,14	,39	1,044	,308
	Más de 5 años (n = 27)	,11	,320	-,02	,24		
Estrategia G	Hasta 5 años (n = 154)	1,85	2,571	1,44	2,26	,044	,835
	Más de 5 años (n = 27)	1,96	2,609	,93	3,00		
Estrategia H	Hasta 5 años (n = 154)	,95	1,857	,65	1,24	,934	,335
	Más de 5 años (n = 27)	,59	1,047	,18	1,01		
Estrategia I	Hasta 5 años (n = 154)	,56	1,410	,33	,78	3,642	,058
	Más de 5 años (n = 27)	1,33	3,793	-,17	2,83		

4. Estrategias de afrontamiento según niveles de Estrés aculturativo

Se aplicó la prueba estadística ANOVA para analizar el uso de las Estrategias de afrontamiento según el nivel de estrés. De manera general, se encontró una diferencia de medias estadísticamente significativa en el uso de Estrategias de afrontamiento desadaptativas ($F(181, 2) = 12,329; p = 0$) principalmente por los sujetos que presentan un nivel de Estrés aculturativo alto (Ver Tabla 22).

Relaciones entre las estrategias de aculturación, el nivel de estrés aculturativo y las estrategias de afrontamiento en estudiantes universitarios colombianos residentes en Buenos Aires

Amaya Méndez Valentina

Lic. en Psicología

Tabla 22: Estadísticos descriptivos de Estrategias de afrontamiento adaptativas y desadaptativas para COPE-28 según Niveles de Estrés aculturativo

		Media	DE	IC al 95%		ANOVA	
				Límite inferior	Límite superior	F	p
Afrontamiento adaptativo	Bajo (n = 122)	3,5752	,93007	3,4085	3,7419	2,359	,097
	Moderado (n = 52)	3,8012	,90021	3,5505	4,0518		
	Alto (n = 7)	4,2171	1,15488	3,1491	5,2852		
Afrontamiento desadaptativo	Bajo (n = 122)	1,7116	,74926	1,5773	1,8459	12,329	,000
	Moderado (n = 52)	2,1538	,86940	1,9118	2,3959		
	Alto (n = 7)	2,9286	,59859	2,3750	3,4822		

La distribución de las Estrategias de afrontamiento del COPE-28 según el nivel de Estrés aculturativo se presentan con mayor detalle en la Tabla 23. Allí se observa que hay diferencias de medias estadísticamente significativas para el uso del apoyo social ($F(181, 2) = 3,641$; $p = ,028$) y de la negación ($F(181, 2) = 11,321$; $p = 0$), de la autodistracción ($F(181, 2) = 4,434$; $p = ,013$), de la autoinculpción ($F(181, 2) = 5,110$; $p = ,007$), de la desconexión ($F(181, 2) = 4,798$; $p = ,009$) y el desahogo ($F(181, 2) = 4,003$; $p = ,020$), siendo los sujetos que están más estresados los que adoptan con mayor frecuencia estas estrategias. Entre las estrategias mencionadas, la autodistracción con una media de 4,57 ($DE = 1,618$) es la que presenta mayor puntaje.

Tabla 203: Estadísticos descriptivos de Estrategias de afrontamiento para COPE-28 según Niveles de Estrés aculturativo

		Media	DE	IC al 95%		ANOVA	
				Límite inferior	Límite superior	F	p
Afrontamiento activo	Bajo (n = 122)	4,57	1,157	4,36	4,77	,951	,388
	Moderado (n = 52)	4,35	1,203	4,01	4,68		
	Alto (n = 7)	4,86	1,215	3,73	5,98		
Planificación	Bajo (n = 122)	4,26	1,359	4,02	4,51	1,222	,297
	Moderado (n = 52)	4,40	1,107	4,10	4,71		
	Alto (n = 7)	5,00	,816	4,24	5,76		
Apoyo emocional	Bajo (n = 122)	3,11	1,801	2,79	3,44	1,766	,174
	Moderado (n = 52)	3,65	1,632	3,20	4,11		
	Alto (n = 7)	3,43	1,512	2,03	4,83		
Apoyo social	Bajo (n = 122)	2,86	1,501	2,59	3,13	3,641	,028
	Moderado (n = 52)	3,37	1,692	2,89	3,84		
	Alto (n = 7)	4,14	1,773	2,50	5,78		
Religión	Bajo (n = 122)	2,38	2,026	2,01	2,74	1,779	,172
	Moderado (n = 52)	2,81	1,971	2,26	3,36		
	Alto (n = 7)	3,57	2,070	1,66	5,49		
Reevaluación positiva	Bajo (n = 122)	3,79	1,362	3,54	4,03	2,272	,106
	Moderado (n = 52)	4,10	1,347	3,72	4,47		
	Alto (n = 7)	4,71	,756	4,02	5,41		
Aceptación	Bajo (n = 122)	4,03	1,142	3,83	4,24	,736	,480
	Moderado (n = 52)	4,12	1,247	3,77	4,46		
	Alto (n = 7)	4,57	1,134	3,52	5,62		

Relaciones entre las estrategias de aculturación, el nivel de estrés aculturativo y las estrategias de afrontamiento en estudiantes universitarios colombianos residentes en Buenos Aires

Amaya Méndez Valentina

Lic. en Psicología

Tabla 213 (cont.): Estadísticos descriptivos de Estrategias de afrontamiento para COPE-28 según Niveles de Estrés aculturativo

		Media	DE	IC al 95%		ANOVA	
				Límite inferior	Límite superior	F	p
Negación	Bajo (n = 122)	,49	,874	,34	,65	11,321	,000
	Moderado (n = 52)	,88	1,096	,58	1,19		
	Alto (n = 7)	2,14	1,574	,69	3,60		
Humor	Bajo (n = 122)	3,58	1,685	3,28	3,88	,029	,971
	Moderado (n = 52)	3,60	1,706	3,12	4,07		
	Alto (n = 7)	3,43	2,573	1,05	5,81		
Autodistracción	Bajo (n = 122)	3,32	1,617	3,03	3,61	4,434	,013
	Moderado (n = 52)	3,94	1,434	3,54	4,34		
	Alto (n = 7)	4,57	1,618	3,07	6,07		
Autoinculpación	Bajo (n = 122)	2,60	1,458	2,34	2,86	5,110	,007
	Moderado (n = 52)	3,04	1,633	2,58	3,49		
	Alto (n = 7)	4,29	1,496	2,90	5,67		
Desconexión	Bajo (n = 122)	,87	1,091	,67	1,06	4,798	,009
	Moderado (n = 52)	1,27	1,239	,92	1,61		
	Alto (n = 7)	2,00	1,528	,59	3,41		
Desahogo	Bajo (n = 122)	2,25	1,484	1,98	2,51	4,003	,020
	Moderado (n = 52)	2,77	1,366	2,39	3,15		
	Alto (n = 7)	3,43	1,718	1,84	5,02		
Uso de sustancias	Bajo (n = 122)	,75	1,270	,52	,97	,855	,427
	Moderado (n = 52)	1,02	1,721	,54	1,50		
	Alto (n = 7)	1,14	1,069	,15	2,13		

Las Estrategias de afrontamiento para el SAFE fueron analizadas según el nivel de Estrés por aculturación, utilizando la prueba ANOVA. Se halló una diferencia de medias estadísticamente significativas para el uso de la estrategia “Hablo con otros sobre el problema (amigos, parientes)” ($F(181, 2) = 2,988; p = ,053$). Este tipo de afrontamiento es empleado con mayor frecuencia por los sujetos que presentaron niveles elevados de estrés. Para la estrategia de no preocuparse, ($F(181, 2) = 9,687; p = 0$) también se encontraron diferencias de medias estadísticamente significativas, en tanto las personas con menores niveles de estrés la usaron con mayor frecuencia. La media correspondiente al uso de esta estrategia para los sujetos con un bajo nivel de Estrés aculturativo es de 10,20 ($DE = 6,089$), mientras que la media de los sujetos con un nivel alto de Estrés aculturativo es de 2,27 ($DE = 2,690$). La estrategia que se refiere involucrarse en actividades que alejen la mente del problema presenta diferencias en sus medias estadísticamente significativas ($F(181, 2) = 3,321; p = ,038$). Los sujetos con un bajo nivel de estrés utilizan esta estrategia teniendo una media de 1,27 ($DE = 1,611$), mientras que los que tienen un nivel moderado ($M = 1,96; DE = 1,559$) y alto de Estrés aculturativo ($M = 2,00; DE = 3,606$), recurren a esta estrategia con más frecuencia. Buscar apoyo entre colombianos también presenta diferencias estadísticamente significativas en sus medias ($F(181, 2) = 6,394; p = ,002$). En este caso, los sujetos que presentan mayores niveles de estrés, recurren más hacia miembros

Relaciones entre las estrategias de aculturación, el nivel de estrés aculturativo y las estrategias de afrontamiento en estudiantes universitarios colombianos residentes en Buenos Aires

Amaya Méndez Valentina

Lic. en Psicología

de su propio grupo cultural para afrontar las adversidades, que quienes tienen niveles moderados o bajos de Estrés aculturativo (Ver Tabla 24).

Tabla 224: Estadísticos descriptivos de Estrategias de afrontamiento para SAFE según Niveles de Estrés aculturativo

		Media	DE	IC al 95%		ANOVA	
				Límite inferior	Límite superior	F	p
Estrategia A	Bajo (n = 122)	4,32	5,478	3,34	5,30	1,095	,337
	Moderado (n = 52)	3,69	2,921	2,88	4,51		
	Alto (n = 7)	6,57	7,678	-,53	13,67		
Estrategia B	Bajo (n = 122)	3,98	3,928	3,27	4,68	2,988	,053
	Moderado (n = 52)	5,02	3,364	4,08	5,96		
	Alto (n = 7)	7,00	5,972	1,48	12,52		
Estrategia C	Bajo (n = 122)	10,20	6,089	9,11	11,30	9,687	,000
	Moderado (n = 52)	7,42	3,972	6,32	8,53		
	Alto (n = 7)	2,71	2,690	,23	5,20		
Estrategia D	Bajo (n = 122)	1,27	1,611	,98	1,56	3,321	,038
	Moderado (n = 52)	1,96	1,559	1,53	2,40		
	Alto (n = 7)	2,00	3,606	-1,33	5,33		
Estrategia E	Bajo (n = 122)	,06	,347	,00	,12	,887	,414
	Moderado (n = 52)	,15	,638	-,02	,33		
	Alto (n = 7)	,14	,378	-,21	,49		
Estrategia F	Bajo (n = 122)	,25	,785	,11	,39	,069	,933
	Moderado (n = 52)	,25	,622	,08	,42		
	Alto (n = 7)	,14	,378	-,21	,49		
Estrategia G	Bajo (n = 122)	1,77	2,819	1,27	2,28	,509	,602
	Moderado (n = 52)	2,15	2,023	1,59	2,72		
	Alto (n = 7)	1,43	1,397	,14	2,72		
Estrategia H	Bajo (n = 122)	,58	1,509	,31	,85	6,394	,002
	Moderado (n = 52)	1,50	1,925	,96	2,04		
	Alto (n = 7)	1,86	3,078	-,99	4,70		
Estrategia I	Bajo (n = 122)	,57	1,966	,22	,93	,557	,574
	Moderado (n = 52)	,85	1,974	,30	1,40		
	Alto (n = 7)	1,14	1,864	-,58	2,87		

E. Correlaciones entre Estrategias de aculturativas y Estrategias de afrontamiento

Se analizó la correlación entre las Estrategias aculturativas y las Estrategias de afrontamiento adaptativas y desadaptativas. El afrontamiento adaptativo presenta una correlación baja y estadísticamente significativa con la estrategia de Integración ($r = ,157$; $p = ,035$), no habiendo ninguna relación entre el afrontamiento desadaptativo en conjunto con las Estrategias de aculturativas (Ver Tabla 25).

Tabla 235: Correlaciones Estrategias de aculturativas y Estrategias de afrontamiento adaptativas y desadaptativas para COPE-28

	Afrontamiento adaptativo	Afrontamiento desadaptativo
Integración	,157* (p = ,035)	-,032 (p = ,665)
Separación	,039 (p = ,600)	,041 (p = ,584)
Asimilación	,017 (p = ,818)	-,097 (p = ,196)
Marginalización	-,097 (p = ,192)	,039 (p = ,603)

** . La correlación es significativa al nivel 0,01 (bilateral).
* . La correlación es significante al nivel 0,05 (bilateral).

A fin de facilitar la presentación de resultados se procederá informando los resultados sobre las correlaciones entre las Estrategias aculturativas de Integración y de Marginalización, con las Estrategias de afrontamiento para el COPE-28. No se hallaron correlaciones estadísticamente significativas entre la Asimilación y la Separación con las Estrategias de afrontamiento (Ver Anexo B: Tablas 6 y 7). En primer lugar, para la estrategia aculturativa de Integración, se encontraron correlaciones positivas y estadísticamente significativas con la estrategia de afrontamiento de la religión ($r = ,168$; $p = ,024$) y con la aceptación ($r = ,167$; $p = ,025$). (Ver Tabla 26)

Tabla 246: Correlación Estrategia aculturativa de Integración y Estrategias de afrontamiento para COPE-28

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
1	1	,080 (p = ,287)	,049 (p = ,516)	,137 (p = ,065)	,066 (p = ,374)	,168* (p = ,024)	,084 (p = ,262)	,167* (p = ,025)	-,097 (p = ,195)	,017 (p = ,817)	,129 (p = ,084)	-,086 (p = ,252)	-,128 (p = ,086)	,019 (p = ,804)	-,008 (p = ,914)

** . La correlación es significativa al nivel 0,01 (bilateral). * . La correlación es significante al nivel 0,05 (bilateral).
Referencia: 1: Integración; 2: Afrontamiento activo; 3: Planificación; 4: Apoyo emocional; 5: Apoyo social; 6: Religión; 7: Reevaluación positiva; 8: Aceptación; 9: Negación; 10: Humor; 11: Autodistracción; 12: Autoinculpación; 13: Desconexión; 14: Desahogo; 15: Uso de sustancias

Para la estrategia aculturativa de Marginalización se halló una correlación negativa y estadísticamente significativa con el apoyo emocional ($r = -,158$; $p = ,033$), y una correlación positiva y estadísticamente significativa con el uso de sustancias ($r = ,177$; $p = ,017$). (Ver Tabla 27).

Relaciones entre las estrategias de aculturación, el nivel de estrés aculturativo y las estrategias de afrontamiento en estudiantes universitarios colombianos residentes en Buenos Aires

Amaya Méndez Valentina

Lic. en Psicología

Tabla 27: Correlaciones Estrategia aculturativa de Marginalización y Estrategias de afrontamiento para COPE-28

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
1	1	-,086 (p = ,252)	-,082 (p = ,271)	-,158* (p = ,033)	-,107 (p = ,150)	,046 (p = ,534)	-,135 (p = ,071)	-,051 (p = ,494)	,017 (p = ,817)	,043 (p = ,566)	-,105 (p = ,159)	,029 (p = ,698)	,066 (p = ,380)	-,018 (p = ,812)	,177* (p = ,017)

** La correlación es significativa al nivel 0,01 (bilateral). * La correlación es significativa al nivel 0,05 (bilateral).
Referencia: 1: Marginalización; 2: Afrontamiento activo; 3: Planificación; 4: Apoyo emocional; 5: Apoyo social; 6: Religión; 7: Reevaluación positiva; 8: Aceptación; 9: Negación; 10: Humor; 11: Autodistracción; 12: Autoinculpación; 13: Desconexión; 14: Desahogo; 15: Uso de sustancias

Se establecieron las correlaciones entre las Estrategias de afrontamiento reconocidas por el cuestionario SAFE y las Estrategias aculturativas. La Asimilación correlaciona positiva y significativamente con la Estrategia E ($r = ,187$; $p = ,012$) que refiere a rezar o consultar con un cura o sacerdote. De igual forma, la Marginalización como estrategia de aculturación correlaciona positiva y significativamente con la Estrategia E ($r = ,175$; $p = ,019$). (Ver Tabla 28)

Tabla 258: Correlaciones Estrategias de afrontamiento para SAFE y Estrategias aculturativas

	A	B	C	D	E	F	G	H	I
Integración	,002 (p = ,974)	,101 (p = ,178)	-,042 (p = ,572)	-,019 (p = ,801)	,034 (p = ,654)	-,046 (p = ,541)	-,065 (p = ,385)	-,047 (p = ,533)	,070 (p = ,351)
Separación	,015 (p = ,838)	-,105 (p = ,158)	,005 (p = ,947)	,091 (p = ,222)	,031 (p = ,681)	-,064 (p = ,391)	,071 (p = ,340)	,079 (p = ,292)	-,071 (p = ,342)
Asimilación	,016 (p = ,830)	-,090 (p = ,227)	,065 (p = ,382)	,080 (p = ,284)	,187* (p = ,012)	,070 (p = ,351)	-,106 (p = ,156)	,001 (p = ,990)	-,053 (p = ,475)
Marginalización	-,069 (p = ,355)	-,057 (p = ,446)	,013 (p = ,858)	,019 (p = ,800)	,175* (p = ,019)	-,024 (p = ,751)	,022 (p = ,770)	,098 (p = ,188)	,085 (p = ,256)

Referencia: A: trato activamente de averiguar más sobre la situación y tomar alguna acción positiva y planificada; B: hablo con otros sobre el problema (amigos, parientes); C: no me preocupo. Probablemente todo va a salir bien; D: me involucro con otras actividades para mantener mi mente lejos del problema; E: rezo y/o consulto un sacerdote o cura; F: busco consejo profesional (fisioterapeuta, psicológico, guía); G: aprendo de mis experiencias pasadas, quizás situaciones similares puedan ayudar; H: busco apoyo de miembros de mi grupo cultural; I: trato de reducir la tensión (como, tomo, me drogo, fumo, más ejercicio).

F. Estrategias de afrontamiento según Estrategias aculturativas predominantes

Se realizó la comparación de medias mediante la prueba ANOVA, teniendo como factor las Estrategias de aculturativas predominantes y en función de ésta, las Estrategias de afrontamiento según el COPE-28 (Ver Tabla 29). Los resultados revelan que en este caso sólo se presenta una diferencia de medias estadísticamente significativa entre la estrategia de aculturación predominante y la negación como estrategia de afrontamiento ($F(181, 4) = 3,356$; $p = ,011$). Se

observa que los colombianos que optan por una estrategia Multicultural ante la aculturación presentan la media más alta, con un valor de 1,33 ($DE = 1,871$). Quienes prefieren conservar la cultura colombiana, tomando distancia de la cultura argentina tiene una media de 1,06 ($DE = 1,235$), y son el segundo grupo que utiliza esta estrategia, aunque en menor medida. Las personas que se integran y las que se inclinan por la Marginalización presentan valores menores, y resalta el hecho de que quienes se asimilan a la cultura argentina, no recurren a la negación en absoluto.

Tabla 29: Estadísticos descriptivos de Estrategias de afrontamiento para COPE-28 según Estrategias aculturativas predominantes

		Media	DE	IC al 95%		ANOVA	
				Límite inferior	Límite superior	F	p
Afrontamiento activo	Integración (n = 127)	4,50	1,208	4,28	4,71	1,028	,394
	Separación (n = 35)	4,74	1,120	4,36	5,13		
	Asimilación (n =4)	4,75	,957	3,23	6,27		
	Marginalización (n = 6)	3,83	,753	3,04	4,62		
	Multicultural (n = 9)	4,22	1,093	3,38	5,06		
Planificación	Integración (n = 127)	4,39	1,334	4,15	4,62	,703	,591
	Separación (n = 35)	4,29	1,045	3,93	4,64		
	Asimilación (n =4)	4,25	1,258	2,25	6,25		
	Marginalización (n = 6)	3,50	1,049	2,40	4,60		
	Multicultural (n = 9)	4,33	1,500	3,18	5,49		
Apoyo emocional	Integración (n = 127)	3,45	1,776	3,14	3,76	1,462	,216
	Separación (n = 35)	3,06	1,714	2,47	3,65		
	Asimilación (n =4)	3,00	2,000	-,18	6,18		
	Marginalización (n = 6)	2,00	1,095	,85	3,15		
	Multicultural (n = 9)	2,78	1,563	1,58	3,98		
Apoyo social	Integración (n = 127)	3,13	1,605	2,85	3,42	,776	,542
	Separación (n = 35)	2,91	1,502	2,40	3,43		
	Asimilación (n =4)	2,25	2,062	-1,03	5,53		
	Marginalización (n = 6)	2,33	1,033	1,25	3,42		
	Multicultural (n = 9)	3,33	1,871	1,90	4,77		
Religión	Integración (n = 127)	2,63	1,999	2,28	2,98	,578	,679
	Separación (n = 35)	2,49	2,092	1,77	3,20		
	Asimilación (n =4)	1,25	1,258	-,75	3,25		
	Marginalización (n = 6)	2,00	2,280	-,39	4,39		
	Multicultural (n = 9)	2,56	2,297	,79	4,32		
Reevaluación positiva	Integración (n = 127)	3,97	1,386	3,73	4,21	1,396	,237
	Separación (n = 35)	3,97	1,150	3,58	4,37		
	Asimilación (n =4)	3,75	1,708	1,03	6,47		
	Marginalización (n = 6)	2,67	1,506	1,09	4,25		
	Multicultural (n = 9)	3,78	1,202	2,85	4,70		
Aceptación	Integración (n = 127)	4,06	1,136	3,86	4,25	,315	,868
	Separación (n = 35)	4,09	1,358	3,62	4,55		
	Asimilación (n =4)	4,25	,500	3,45	5,05		
	Marginalización (n = 6)	3,83	1,472	2,29	5,38		
	Multicultural (n = 9)	4,44	1,014	3,67	5,22		

Relaciones entre las estrategias de aculturación, el nivel de estrés aculturativo y las estrategias de afrontamiento en estudiantes universitarios colombianos residentes en Buenos Aires

Amaya Méndez Valentina

Lic. en Psicología

Tabla 29 (cont.): Estadísticos descriptivos de Estrategias de afrontamiento para COPE-28 según Estrategias aculturativas predominantes

		Media	DE	IC al 95%		ANOVA	
				Límite inferior	Límite superior	F	p
Negación	Integración (n = 127)	,55	,861	,40	,70	3,356	,011
	Separación (n = 35)	1,06	1,235	,63	1,48		
	Asimilación (n =4)	,00	,000	,00	,00		
	Marginalización (n = 6)	,33	,816	-,52	1,19		
	Multicultural (n = 9)	1,33	1,871	-,10	2,77		
Humor	Integración (n = 127)	3,54	1,694	3,24	3,83	,489	,743
	Separación (n = 35)	3,77	1,750	3,17	4,37		
	Asimilación (n =4)	3,75	2,630	-,43	7,93		
	Marginalización (n = 6)	2,83	2,317	,40	5,26		
	Multicultural (n = 9)	3,89	1,269	2,91	4,86		
Autodistracción	Integración (n = 127)	3,65	1,561	3,37	3,92	1,647	,165
	Separación (n = 35)	3,54	1,633	2,98	4,10		
	Asimilación (n =4)	3,50	1,915	,45	6,55		
	Marginalización (n = 6)	2,00	1,673	,24	3,76		
	Multicultural (n = 9)	3,22	1,563	2,02	4,42		
Autoinculpación	Integración (n = 127)	2,76	1,505	2,49	3,02	,400	,809
	Separación (n = 35)	2,94	1,626	2,38	3,50		
	Asimilación (n =4)	3,00	,816	1,70	4,30		
	Marginalización (n = 6)	2,17	2,137	-,08	4,41		
	Multicultural (n = 9)	3,00	1,803	1,61	4,39		
Desconexión	Integración (n = 127)	1,00	1,189	,79	1,21	1,036	,390
	Separación (n = 35)	1,00	,970	,67	1,33		
	Asimilación (n =4)	,75	,957	-,77	2,27		
	Marginalización (n = 6)	,83	,983	-,20	1,87		
	Multicultural (n = 9)	1,78	1,787	,40	3,15		
Desahogo	Integración (n = 127)	2,47	1,516	2,21	2,74	,976	,422
	Separación (n = 35)	2,57	1,420	2,08	3,06		
	Asimilación (n =4)	1,25	1,500	-1,14	3,64		
	Marginalización (n = 6)	1,83	1,329	,44	3,23		
	Multicultural (n = 9)	2,44	1,333	1,42	3,47		
Uso de sustancias	Integración (n = 127)	,83	1,420	,58	1,08	,120	,975
	Separación (n = 35)	,83	1,445	,33	1,32		
	Asimilación (n =4)	1,00	1,155	-,84	2,84		
	Marginalización (n = 6)	,67	,816	-,19	1,52		
	Multicultural (n = 9)	1,11	1,691	-,19	2,41		

A su vez, tomando como factor las Estrategias de aculturativas predominantes se analizaron las Estrategias de afrontamiento del SAFE. Se observa pues, en la Tabla 30 que sólo se encuentran diferencias significativas en las medias de la estrategia de afrontamiento “Me involucro con otras actividades para mantener mi mente lejos del problema”, según la estrategia aculturativa ($F(181, 4) = 3,004; p = ,020$). Involucrarse en otras actividades para mantener la mente lejos del problema es una estrategia de afrontamiento empleada principalmente por quienes prefieren adoptar elementos de la cultura argentina, en detrimento de la cultura colombiana, al tener una media de 4,00 ($DE = 4,899$). Los otros grupos de participantes que prefieren otra estrategia aculturativa, usan en menor medida esta estrategia.

Relaciones entre las estrategias de aculturación, el nivel de estrés aculturativo y las estrategias de afrontamiento en estudiantes universitarios colombianos residentes en Buenos Aires

Amaya Méndez Valentina

Lic. en Psicología

Tabla 30: Estadísticos descriptivos de las Estrategias de afrontamiento para el SAFE según las Estrategias aculturativas predominantes

		Media	DE	IC al 95%		ANOVA	
				Límite inferior	Límite superior	F	p
Estrategia A	Integración (n = 127)	3,98	4,836	3,13	4,83	1,599	,177
	Separación (n = 35)	4,80	4,523	3,25	6,35		
	Asimilación (n =4)	4,50	1,291	2,45	6,55		
	Marginalización (n = 6)	1,33	1,751	-,50	3,17		
	Multicultural (n = 9)	7,33	9,042	,38	14,28		
Estrategia B	Integración (n = 127)	4,72	4,071	4,00	5,43	,913	,458
	Separación (n = 35)	3,46	2,924	2,45	4,46		
	Asimilación (n =4)	5,00	3,742	-,95	10,95		
	Marginalización (n = 6)	3,17	2,563	,48	5,86		
	Multicultural (n = 9)	4,00	5,454	-,19	8,19		
Estrategia C	Integración (n = 127)	9,06	5,604	8,08	10,05	,671	,613
	Separación (n = 35)	9,06	5,434	7,19	10,92		
	Asimilación (n =4)	8,50	5,260	,13	16,87		
	Marginalización (n = 6)	12,67	6,653	5,68	19,65		
	Multicultural (n = 9)	8,00	8,367	1,57	14,43		
Estrategia D	Integración (n = 127)	1,45	1,567	1,17	1,72	3,004	,020
	Separación (n = 35)	1,57	1,632	1,01	2,13		
	Asimilación (n =4)	4,00	4,899	-3,80	11,80		
	Marginalización (n = 6)	1,83	2,229	-,51	4,17		
	Multicultural (n = 9)	,56	,726	,00	1,11		
Estrategia E	Integración (n = 127)	,08	,447	,00	,16	1,362	,249
	Separación (n = 35)	,06	,236	-,02	,14		
	Asimilación (n =4)	,00	,000	,00	,00		
	Marginalización (n = 6)	,50	1,225	-,79	1,79		
	Multicultural (n = 9)	,11	,333	-,15	,37		
Estrategia F	Integración (n = 127)	,28	,763	,14	,41	,370	,830
	Separación (n = 35)	,20	,719	-,05	,45		
	Asimilación (n =4)	,00	,000	,00	,00		
	Marginalización (n = 6)	,00	,000	,00	,00		
	Multicultural (n = 9)	,22	,667	-,29	,73		
Estrategia G	Integración (n = 127)	1,87	2,797	1,38	2,37	,300	,878
	Separación (n = 35)	2,03	1,599	1,48	2,58		
	Asimilación (n =4)	,75	,957	-,77	2,27		
	Marginalización (n = 6)	2,17	3,920	-1,95	6,28		
	Multicultural (n = 9)	1,44	1,878	,00	2,89		
Estrategia H	Integración (n = 127)	,82	1,561	,54	1,09	,559	,693
	Separación (n = 35)	1,26	2,292	,47	2,04		
	Asimilación (n =4)	,25	,500	-,55	1,05		
	Marginalización (n = 6)	,83	1,329	-,56	2,23		
	Multicultural (n = 9)	,89	2,667	-1,16	2,94		
Estrategia I	Integración (n = 127)	,75	2,257	,35	1,14	,226	,923
	Separación (n = 35)	,57	1,065	,21	,94		
	Asimilación (n =4)	,00	,000	,00	,00		
	Marginalización (n = 6)	,50	,837	-,38	1,38		
	Multicultural (n = 9)	,44	,726	-,11	1,00		

G. Correlaciones entre Estrés aculturativo y Estrategias de afrontamiento

Para determinar las correlaciones entre el Estrés por aculturación y las Estrategias de afrontamiento se tuvo en cuenta el puntaje total de Estrés aculturativo, las Estrategias de

afrontamiento del COPE-28 y las incluidas por Mena y otros (1987) en el cuestionario Social, Actitudinal, Familiar y Ambiental del estrés. Se observa en la Tabla 31 que el puntaje total de Estrés aculturativo correlaciona positivamente con el conjunto de estrategias adaptativas ($r = ,165$; $p = ,027$) y con el conjunto de Estrategias de afrontamiento desadaptativas ($r = ,413$; $p = 0$). A pesar de relacionarse positivamente con las dos, la correlación con el afrontamiento desadaptativo es moderada, en contraposición con la del afrontamiento adaptativo que es más débil.

Tabla 31: Correlaciones puntaje total Estrés aculturativo y Estrategias de afrontamiento adaptativas y desadaptativas para COPE-28

	Afrontamiento adaptativo	Afrontamiento desadaptativo
Puntaje total Estrés aculturativo	,165* ($p = ,027$)	,413** ($p = 0$)
*. La correlación es significativa al nivel 0,05 (bilateral). **. La correlación es significativa al nivel 0,01 (bilateral).		

Se estudiaron con más detalle las Estrategias de afrontamiento del COPE-28 y su correlación con el puntaje total de Estrés aculturativo. Se observa en la Tabla 32 que el puntaje total de Estrés aculturativo correlaciona positivamente y con alta significatividad estadística con el apoyo social ($r = ,238$; $p = ,001$), con la negación ($r = ,331$; $p = 0$), con la autodistracción ($r = ,317$; $p = 0$), con la autoinculpción ($r = ,279$; $p = 0$), la desconexión ($r = ,257$; $p = 0$) y con el desahogo ($r = ,215$; $p = ,004$).

Tabla 32: Correlaciones puntaje total Estrés aculturativo y Estrategias de afrontamiento para COPE-28

	1	2	3	4	5	7	8	9	10	11	12	13	14	15
Puntaje total Estrés aculturativo	-,061 ($p = ,415$)	,071 ($p = ,342$)	,143 ($p = ,055$)	,238** ($p = ,001$)	,181* ($p = ,015$)	,116 ($p = ,121$)	,082 ($p = ,273$)	,331** ($p = 0$)	-,019 ($p = ,803$)	,317** ($p = 0$)	,279** ($p = 0$)	,257** ($p = 0$)	,215** ($p = ,004$)	,108 ($p = ,148$)
**. La correlación es significativa al nivel 0,01 (bilateral). *. La correlación es significativa al nivel 0,05 (bilateral). Referencia: 1: Afrontamiento activo; 2: Planificación; 3: Apoyo emocional; 4: Apoyo social; 5: Religión; 6: Reevaluación positiva; 7: Aceptación; 8: Negación; 9: Humor; 10: Autodistracción; 11: Autoinculpción; 12: Desconexión; 13: Desahogo; 14: Uso de sustancias														

Se encontró que el puntaje total de Estrés por aculturación también presenta correlaciones con las Estrategias de afrontamiento incluidas en el cuestionario SAFE. En primera instancia, se observa una correlación negativa, baja y estadísticamente significativa entre el Estrés por aculturación y la estrategia “No me preocupó, probablemente todo va a salir bien” ($r = -,369$; $p = 0$). Además, el estrés total manifestado por la muestra tiene correlaciones bajas, positivas y estadísticamente significativas con la estrategia referente a hablar con otros sobre el problema

Relaciones entre las estrategias de aculturación, el nivel de estrés aculturativo y las estrategias de afrontamiento en estudiantes universitarios colombianos residentes en Buenos Aires

Amaya Méndez Valentina

Lic. en Psicología

($r = ,212$; $p = ,004$), con la estrategia de involucrarse en otras actividades para no pensar en el problema ($r = ,293$; $p = 0$), y con la estrategia de buscar apoyo con la gente de la misma cultura ($r = ,270$; $p = 0$). (Ver Tabla 33)

Tabla 33: Correlaciones puntaje total Estrés aculturativo y Estrategias de afrontamiento para SAFE

	A	B	C	D	E	F	G	H	I
Puntaje total Estrés aculturativo	-,021 ($p = ,783$)	,212** ($p = ,004$)	-,369** ($p = 0$)	,293** ($p = 0$)	,098 ($p = ,189$)	,000 ($p = ,996$)	,083 ($p = ,265$)	,270** ($p = 0$)	,076 ($p = ,312$)

** La correlación es significativa al nivel 0,01 (bilateral). * La correlación es significativa al nivel 0,05 (bilateral).
Referencia: A: trato activamente de averiguar más sobre la situación y tomar alguna acción positiva y planificada; B: hablo con otros sobre el problema (amigos, parientes); C: no me preocupo. Probablemente todo va a salir bien; D: me involucro con otras actividades para mantener mi mente lejos del problema; E: rezo y/o consulto un sacerdote o cura; F: busco consejo profesional (fisioterapeuta, psicológico, guía); G: aprendo de mis experiencias pasadas, quizás situaciones similares puedan ayudar; H: busco apoyo de miembros de mi grupo cultural; I: trato de reducir la tensión (como, tomo, me drogo, fumo, más ejercicio).

1. Factores de Estrés aculturativo y afrontamiento

Teniendo en cuenta los factores que hacen al Estrés aculturativo, se estudiaron las correlaciones entre estos y el afrontamiento adaptativo y desadaptativo para el cuestionario COPE-28 (Tabla 34). El afrontamiento adaptativo tiene una correlación baja, positiva y estadísticamente significativa con el factor actitudinal del Estrés aculturativo ($r = ,175$; $p = ,018$). Por su parte, el afrontamiento desadaptativo en conjunto presenta correlaciones positivas, bajas y estadísticamente significativas con el factor ambiental ($r = ,361$; $p = 0$), con el factor actitudinal ($r = ,353$; $p = 0$), con el factor social ($r = ,311$; $p = 0$) y con el factor familiar ($r = ,326$; $p = 0$). Si bien el factor actitudinal correlacionó con ambos tipos de afrontamiento, la correlación es mayor para el afrontamiento desadaptativo y es estadísticamente más significativa.

Tabla 264: Correlaciones factores Estrés aculturativo y Estrategias de afrontamiento adaptativo y desadaptativo para COPE-28

	Afrontamiento adaptativo	Afrontamiento desadaptativo
Factor 1: Ambiental	,132 ($p = ,076$)	,361** ($p = 0$)
Factor 2: Actitudinal	,175* ($p = ,018$)	,353** ($p = 0$)
Factor 3: Social	,074 ($p = ,320$)	,311** ($p = 0$)
Factor 4: Familiar	,083 ($p = ,269$)	,326** ($p = 0$)

** La correlación es significativa al nivel 0,01 (bilateral).
* La correlación es significativa al nivel 0,05 (bilateral).

Relaciones entre las estrategias de aculturación, el nivel de estrés aculturativo y las estrategias de afrontamiento en estudiantes universitarios colombianos residentes en Buenos Aires

Amaya Méndez Valentina

Lic. en Psicología

El factor Ambiental el Estrés por aculturación presenta correlaciones positivas y estadísticamente significativas con el apoyo social ($r = ,207$; $p = ,005$), con la negación ($r = ,337$; $p = 0$), con la autodistracción ($r = ,216$; $p = ,003$), con la autoinculpción ($r = ,278$; $p = 0$), con la desconexión ($r = ,242$; $p = ,001$) y con el desahogo ($r = ,181$; $p = ,015$). (Ver Tabla 35)

Tabla 35: Correlaciones factor Ambiental del Estrés aculturativo y Estrategias de afrontamiento para COPE-28

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14
Factor Ambiental del Estrés aculturativo	-,027 ($p = ,720$)	,066 ($p = ,380$)	,081 ($p = ,278$)	,207** ($p = ,005$)	,127 ($p = ,089$)	,119 ($p = ,112$)	,080 ($p = ,286$)	,337** ($p = 0$)	-,026 ($p = ,732$)	,216** ($p = ,003$)	,278** ($p = 0$)	,242** ($p = ,001$)	,181* ($p = ,015$)	,085 ($p = ,256$)
** La correlación es significativa al nivel 0,01 (bilateral). * La correlación es significativa al nivel 0,05 (bilateral). Referencia: 1: Afrontamiento activo; 2: Planificación; 3: Apoyo emocional; 4: Apoyo social; 5: Religión; 6: Reevaluación positiva; 7: Aceptación; 8: Negación; 9: Humor; 10: Autodistracción; 11: Autoinculpción; 12: Desconexión; 13: Desahogo; 14: Uso de sustancias														

Para el factor actitudinal se hallaron correlaciones positivas y bajas, pero estadísticamente significativas con el apoyo emocional ($r = ,199$; $p = ,007$), con el apoyo social ($r = ,223$; $p = ,003$), con la religión ($r = ,234$; $p = ,002$), con la negación ($r = ,231$; $p = ,002$), con la autodistracción ($r = ,351$; $p = 0$), con la autoinculpción ($r = ,205$; $p = ,006$), con la desconexión ($r = ,188$; $p = ,011$) y con el desahogo ($r = ,212$; $p = ,004$). (Ver Tabla 36)

Tabla 36: Correlaciones factor Actitudinal del Estrés aculturativo y Estrategias de afrontamiento para COPE-28

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14
Factor Actitudinal del Estrés aculturativo	-,078 ($p = ,298$)	,014 ($p = ,853$)	,199** ($p = ,007$)	,223** ($p = ,003$)	,234** ($p = ,002$)	,111 ($p = ,136$)	,073 ($p = ,329$)	,231** ($p = ,002$)	-,016 ($p = ,831$)	,351** ($p = 0$)	,205** ($p = ,006$)	,188* ($p = ,011$)	,212** ($p = ,004$)	,075 ($p = ,317$)
** La correlación es significativa al nivel 0,01 (bilateral). * La correlación es significativa al nivel 0,05 (bilateral). Referencia: 1: Afrontamiento activo; 2: Planificación; 3: Apoyo emocional; 4: Apoyo social; 5: Religión; 6: Reevaluación positiva; 7: Aceptación; 8: Negación; 9: Humor; 10: Autodistracción; 11: Autoinculpción; 12: Desconexión; 13: Desahogo; 14: Uso de sustancias														

En la Tabla 37 se presentan las correlaciones entre el factor social del Estrés aculturativo y las Estrategias de afrontamiento incluidas en el cuestionario COPE-28. Se observan correlaciones positivas, bajas y estadísticamente significativas entre el factor social y el apoyo social ($r = ,176$; $p = ,018$), la negación ($r = ,257$; $p = 0$), la autodistracción ($r = ,272$; $p = 0$), la autoinculpción ($r = ,171$; $p = ,021$) y la desconexión ($r = ,235$; $p = ,001$).

Relaciones entre las estrategias de aculturación, el nivel de estrés aculturativo y las estrategias de afrontamiento en estudiantes universitarios colombianos residentes en Buenos Aires

Amaya Méndez Valentina

Lic. en Psicología

Tabla 277: Correlaciones factor Social del Estrés por aculturación y las Estrategias de afrontamiento para COPE-28

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14
Factor Social del Estrés aculturativo	-,083 (p = ,267)	,052 (p = ,487)	,056 (p = ,458)	,176* (p = ,018)	,104 (p = ,165)	,022 (p = ,765)	,042 (p = ,573)	,257** (p = 0)	-,047 (p = ,533)	,272** (p = 0)	,171* (p = ,021)	,235** (p = ,001)	,114 (p = ,127)	,099 (p = ,186)

** La correlación es significativa al nivel 0,01 (bilateral). * La correlación es significativa al nivel 0,05 (bilateral).
Referencia: 1: Afrontamiento activo; 2: Planificación; 3: Apoyo emocional; 4: Apoyo social; 5: Religión; 6: Reevaluación positiva; 7: Aceptación; 8: Negación; 9: Humor; 10: Autodistracción; 11: Autoinculpación; 12: Desconexión; 13: Desahogo; 14: Uso de sustancias

En la Tabla 38 se encuentra el factor familiar, que también correlaciona positivamente y con valores estadísticamente significativos con la negación ($r = ,197$; $p = ,008$), con la autodistracción ($r = ,221$; $p = ,003$), con la autoinculpación ($r = ,237$; $p = ,001$), con el desahogo ($r = ,195$; $p = ,009$) y con el uso de sustancias ($r = ,184$; $p = ,013$).

Tabla 38: Correlaciones factor Familiar del Estrés aculturativo y las Estrategias de afrontamiento para el COPE-28

	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
1	-,071 (p = ,340)	,052 (p = ,483)	,115 (p = ,125)	,113 (p = ,130)	,055 (p = ,460)	,070 (p = ,347)	,026 (p = ,728)	,197** (p = ,008)	,010 (p = ,898)	,221** (p = ,003)	,237** (p = ,001)	,127 (p = ,088)	,195** (p = ,009)	,184* (p = ,013)

** La correlación es significativa al nivel 0,01 (bilateral). * La correlación es significativa al nivel 0,05 (bilateral).
Referencia: 1: Afrontamiento activo; 2: Planificación; 3: Apoyo emocional; 4: Apoyo social; 5: Religión; 6: Reevaluación positiva; 7: Aceptación; 8: Negación; 9: Humor; 10: Autodistracción; 11: Autoinculpación; 12: Desconexión; 13: Desahogo; 14: Uso de sustancias

En la Tabla 39 se encuentran los resultados correspondientes a las correlaciones entre los cuatro factores del Estrés aculturativo y las nueve Estrategias de afrontamiento presentadas por Mena y otros (1987) junto con el SAFE. El factor ambiental correlaciona positiva y significativamente con la estrategia de hablar con otros sobre el problema ($r = ,182$; $p = ,014$); con la estrategia de involucrarse en otras actividades para alejar la mente del problema ($r = ,192$; $p = ,010$); y con la estrategia de buscar apoyo entre colombianos ($r = ,225$; $p = ,002$). Además, presenta una correlación negativa y estadísticamente significativa de $-,302$ ($p = 0$) con la estrategia de afrontamiento de no preocuparse y pensar que todo va a salir bien.

El factor actitudinal del Estrés aculturativo tiene correlaciones bajas, positivas y estadísticamente significativas con las Estrategias de afrontamiento de hablar con otros sobre el problema ($r = ,223$; $p = ,003$); de involucrarse en otras actividades para distraer la mente ($r = ,286$; $p = 0$); y de buscar apoyo entre colombianos ($r = ,269$; $p = 0$). Al igual que el factor ambiental, el factor

actitudinal presenta una correlación negativa, baja y estadísticamente significativa con la estrategia de afrontamiento que alude a no preocuparse y considerar que todo va a salir bien ($r = -,392$; $p = 0$).

El factor social presenta correlaciones positivas con las Estrategias de afrontamiento de realizar actividades que alejen la mente del problema ($r = ,309$; $p = 0$); de buscar apoyo entre colombianos ($r = ,199$; $p = ,007$); y de reducir la tensión comiendo, tomando, fumando, drogándose o haciendo más ejercicio ($r = ,167$; $p = ,024$). A su vez, hay una correlación baja, negativa y estadísticamente significativa entre éste factor y la estrategia de no preocuparse y pensar que todo saldrá bien ($r = -,294$; $p = 0$). Finalmente, se hallaron correlaciones positivas y significativas entre el factor familiar del Estrés aculturativo y las Estrategias de afrontamiento de involucrarse en otras actividades para mantener la mente alejada del problema ($r = ,261$; $p = 0$), y de buscar apoyo entre colombianos ($r = ,176$; $p = ,018$); también, una correlación negativa, baja y significativa con la estrategia de no preocuparse y pensar que todo saldrá bien ($r = -,216$; $p = ,003$).

Tabla 39: Correlaciones factores Estrés aculturativo y las Estrategias de afrontamiento para SAFE

	A	B	C	D	E	F	G	H	I
Factor 1: Ambiental	,013 ($p = ,867$)	,182* ($p = ,014$)	-,302** ($p = 0$)	,192** ($p = ,010$)	,075 ($p = ,316$)	-,005 ($p = ,944$)	,062 ($p = ,407$)	,225** ($p = ,002$)	,023 ($p = ,762$)
Factor 2: Actitudinal	-,034 ($p = ,649$)	,223** ($p = ,003$)	-,392** ($p = 0$)	,286** ($p = 0$)	,141 ($p = ,058$)	,023 ($p = ,759$)	,139 ($p = ,062$)	,269** ($p = 0$)	,071 ($p = ,342$)
Factor 3: Social	-,046 ($p = ,542$)	,142 ($p = ,056$)	-,294** ($p = 0$)	,309** ($p = 0$)	,028 ($p = ,712$)	,021 ($p = ,779$)	,047 ($p = ,530$)	,199** ($p = ,007$)	,167* ($p = ,024$)
Factor 4: Familiar	-,041 ($p = ,584$)	,121 ($p = ,104$)	-,216** ($p = ,003$)	,261** ($p = 0$)	,108 ($p = ,148$)	-,029 ($p = ,700$)	-,005 ($p = ,947$)	,176* ($p = ,018$)	,099 ($p = ,185$)

** . La correlación es significativa al nivel 0,01 (bilateral). * . La correlación es significativa al nivel 0,05 (bilateral).

Referencias: A: trato activamente de averiguar más sobre la situación y tomar alguna acción positiva y planificada; B: hablo con otros sobre el problema (amigos, parientes); C: no me preocupo. Probablemente todo va a salir bien; D: me involucro con otras actividades para mantener mi mente lejos del problema; E: rezo y/o consulto un sacerdote o cura; F: busco consejo profesional (fisioterapeuta, psicológico, guía); G: aprendo de mis experiencias pasadas, quizás situaciones similares puedan ayudar; H: busco apoyo de miembros de mi grupo cultural; I: trato de reducir la tensión (como, tomo, me drogo, fumo, más ejercicio).

VII. Discusión

La edad de la mayoría de los colombianos de la investigación oscila entre los 20 y los 35 años, coincidiendo con las distintas investigaciones desarrolladas en la Argentina sobre población migrante colombiana (González et al., 2016; Melella, 2014; Observatorio de Comercio Internacional de Buenos Aires, 2013). El principal motivo de viaje fue el prestigio académico, y en casi igual proporción la situación económica y el atractivo cultural. El prestigio académico y el atractivo cultural son factores que atraen (*pull*) a las personas a viajar, mientras que la situación económica sería un factor que repele (*push*), referido al deseo de escapar de situaciones poco placenteras (Berry et al., 1987, en Fajardo et al., 2008). Considerando la característica principal de los participantes, el ser estudiantes extranjeros, es posible pensar que, de manera general, han migrado a la Argentina de forma voluntaria y temporal para la realización de un intercambio educativo. Por esto mismo es que se los define como *sojourners*, asumiendo que su estadía en el país será por un periodo no menor a los seis meses, y generalmente no mayor a los cinco años (Castro Solano, 2011; Benatuil & Laurito, 2010). Esto explicaría que la proporción de sujetos que se encuentra en territorio argentino hace más de cinco años sea tan sólo del 14,9% de la muestra, en contraposición a los colombianos que han vivido en la Argentina por menos de cinco años (85,1%). La gran diferencia en el tiempo de residencia se corresponde con la intención de los *sojourners* que es cumplir con un objetivo definido y retornar al país de origen.

Al analizar las correlaciones entre las Estrategias aculturativas, la estrategia de Integración presentó correlaciones negativas y estadísticamente significativas con las estrategias de Separación y de Marginalización. Justamente, la Integración implica aproximarse a la cultura huésped mientras se preserva la cultura de origen, mientras que la segunda refiere a tomar distancia de la cultura argentina al preferir exclusivamente todo lo relacionado a la cultura colombiana; y la tercera se corresponde con la falta de interés por cualquiera de las dos culturas (Berry, 1997, 2005; Berry et al., 2002). Entre mayor preferencia haya por la Integración, menor disposición habrá por adoptar una estrategia que marque la distancia entre grupos culturales, y viceversa. A su vez, entre mayor sea la inclinación por la Integración, más importancia se les dará a las dos culturas entre las que se produce el encuentro, y por ende menor sería la aproximación hacia la Marginalización, y viceversa. También se encontró una correlación positiva y estadísticamente significativa entre la Asimilación y la Marginalización, es decir entre inclinarse por incorporar y compartir con la cultura argentina en detrimento de la cultura propia, y no

interesarse por ninguna cultura (Berry, 1997, 2005; Berry et al., 2002). Es decir que en la medida en que haya preferencia por asimilarse a la cultura argentina, también se podrá optar por no manifestar interés ni por la cultura colombiana ni por la cultura argentina, y viceversa. La falta de interés por una cultura es lo que podría explicar la relación entre ambas estrategias, ya que es el factor común entre estas actitudes.

Al estudiar las Estrategias aculturativas, se encontró que en un 70,2% predominaba la estrategia aculturativa de Integración, lo que corresponde con “conservar aspectos de la identidad cultural valorados y de participar del intercambio que brinda la cultura huésped” (Castro Solano, 2011, p. 124). Estos estudiantes universitarios estarían demostrando una actitud bicultural al prevalecer el deseo de mantener la cultura de origen y a la vez permitirse el aprendizaje de la cultura y las costumbres de la sociedad argentina (Sosa, 2011; Sosa & Zubieta, 2010). Tomando los resultados de Retortillo Osuna (2010), el hecho de que estos sujetos reciban formación profesional al ser estudiantes universitarios los hace más proclives a desear participar y tener contacto con la cultura argentina, a la par de preservar la propia. Según el autor, la educación les brinda mayores recursos “(...) a la hora de conjugar recursos culturales propios y ajenos, y tiene mayor capacidad de empatía y comprensión cultural de los esquemas socioculturales imperantes” (Retortillo Osuna, 2010, p. 69).

La Separación es la estrategia aculturativa que cuenta con una preferencia inferior al 20% de la muestra. Estos sujetos eligen preservar la cultura colombiana y evitan que se mezcle con elementos de la cultura argentina. Encontrar la Separación como la segunda estrategia predominante coincide con los resultados de Sosa (2011) y de Castro Solano (2011). Es llamativo que la Marginalización (3,3%) sea una estrategia aculturativa de mayor preferencia que la Asimilación (2,2%), en tanto los sujetos no muestran interés por la cultura colombiana ni por la cultura argentina. En distintos estudios, la Marginalización se encontraba en el último lugar de preferencia para los inmigrantes, mientras que la Asimilación ocupaba un lugar muy similar al de la Separación (Berry et al., 2002; Sosa, 2011; Berry, Poortinga, Segall & Dasen, 2003, en Sosa, 2011).

Es de destacar que se halló una estrategia aculturativa distinta a las conceptualizadas por Berry (1997) para la cultura minoritaria, obtenida por tener puntajes iguales en cada una de las preguntas que definían la estrategia aculturativa predominante. Fue definida como la estrategia Multicultural al aceptar la diversidad cultural a la par de presentar actitudes positivas hacia el

Relaciones entre las estrategias de aculturación, el nivel de estrés aculturativo y las estrategias de afrontamiento en estudiantes universitarios colombianos residentes en Buenos Aires

Amaya Méndez Valentina

Lic. en Psicología

propio grupo cultural y hacia la cultura huésped, sin indicar preferencia alguna sobre estas posturas (Berry et al., 2002; Kalin & Berry, s. f., en Berry, 1997). Esta estrategia fue reconocida por el 5% de la muestra, siendo aún más frecuente que las estrategias ya conceptualizadas de Asimilación y de Marginalización.

También se estudiaron las Estrategias aculturativas a la luz de las variables sociodemográficas más relevantes. Salta a la vista el hecho de que la estrategia de Integración predomine en las mujeres y que la estrategia Multicultural sea preferida principalmente por hombres, mientras que para las otras estrategias la proporción de hombres y mujeres es muy similar. Adicionalmente, se encontró que los sujetos que tienen entre 25 y 30 años son los que más se inclinan por esta estrategia aculturativa. Se necesita mayor investigación para determinar una posible explicación a la preferencia masculina por una actitud Multicultural al contacto con otros grupos culturales, así como la relación entre la edad y esta decisión. Según el motivo de viaje, se encontró que quienes viajaron por el prestigio académico y por el atractivo cultural, en su mayoría optaron por la Integración pues poseen más disposición para entrar en contacto con la cultura argentina mientras conservan elementos de la cultura colombiana (Berry et al., 1987, en Fajardo et al., 2008). Ahora bien, quienes viajaron a la Argentina por su situación económica también prefieren integrarse, y en segunda instancia prefieren separarse de la cultura argentina priorizando la cultura colombiana. Probablemente el uso de esta estrategia se deba a que el motivo para viajar estaba determinado por evitar dificultades económicas, y no por sentirse atraídos por la experiencia de vivir en el extranjero.

Se determinaron las correlaciones entre los factores del Estrés por aculturación de Fuertes y Westbrook (1996), y del cuestionario SAFE (Mena et al., 1987). Se encontró que todos los factores correlacionaban positivamente entre sí y con altísima significatividad estadística, por lo que se asume que el instrumento es válido ya que en conjunto los cuatro factores miden el constructo del Estrés aculturativo. Estos resultados concuerdan con los de Belizaire y Fuertes (2011), Cuadrado, Tabernero y Briones (2014), Fuertes y Westbrook (1996), y Miranda y Matheny (2000).

Al analizar los resultados generales del Estrés aculturativo se destacan la primacía de puntajes bajos a moderados, con tan solo el 3,9% de la muestra con niveles elevados de estrés. Estos hallazgos sobre la salud mental de los colombianos universitarios que residen en el AMBA se pueden explicar por el nivel educativo que tienen, al estar formándose para el desempeño de una carrera profesional. En la literatura se entiende que un alto nivel educativo es un factor

protector ante el estrés, en este caso, el estrés por el fenómeno aculturativo. La formación universitaria constantemente alienta a que las personas analicen y resuelvan problemas, por lo que se espera que estén en condiciones para encarar aquellas situaciones que consideren pérdidas, desafíos y/o amenazas al vivir en una cultura distinta a la propia. Generalmente, tener estudios universitarios en curso se asocia a tener redes de apoyo que faciliten la adaptación cultural y por ende a presentar menores niveles de estrés (Berry, 1997; Fajardo et al., 2008; Retortillo Osuna, 2010).

En cuanto a los puntajes de estrés para cada uno de los factores, se encontró que el factor actitudinal era el que presentaba mayores puntuaciones, lo que implica que aquello que les genera más estrés a los colombianos es la Separación de sus amigos, familia, y en general de su cultura en el país de origen. Lo anterior se explica por el familismo, es decir por un fuerte apego y lealtad hacia la familia, característica propia de los latinos (Falconier, 2013; Marín & Marín, 1991, en Crockett et al., 2007; Revollo et al., 2011). El segundo factor con mayor puntuación es el ambiental que refiere a ciertos actos o chistes racistas y a percibir presión por asimilarse a la cultura argentina mientras se enfrentan ciertos obstáculos para poder adaptarse. En diferentes investigaciones la discriminación percibida y los estresores ambientales han sido reconocidos como determinantes en el estrés percibido por los inmigrantes, y como factor de riesgo para desarrollar problemas físicos y mentales (Caplan, 2007; Noh & Kaspar, 2003, en Collazos et al., 2008; Revollo et al., 2011). Un puntaje menor tiene el factor social, que se corresponde con la calidad de relaciones personales y dificultades para expresarse, hacer amigos y sentirse como en casa. El estrés manifestado en el área social es menor a las otras medidas probablemente por la gran cantidad de compatriotas que residen en la Argentina y que ha ido en aumento en los últimos años, encontrando apoyo en el establecimiento de relaciones interpersonales con los valores propios de la cultura de origen (Bochner, McLeod & Lin, 1977 en Castro Solano & Lupano Perugini, 2013; González et al., 2016; Melella, 2014). La medida del estrés en el área familiar por los conflictos entre los valores, las expectativas y las aspiraciones personales de los participantes y las de sus familias, también puede ser explicada por la lealtad a los valores familiares propia del familismo.

En la investigación de González y otros (2016) sobre la migración colombiana en la Argentina, se les preguntó a los participantes por su percepción sobre la calidad de su experiencia en el país. A esto, el 40% de ellos respondieron que la consideraban muy buena, y un 46% la evaluaron como buena, demostrando que para la mayoría de los colombianos la experiencia ha sido

favorable. Estos resultados hablarían de una coincidencia entre la percepción de bienestar en el país huésped y las medidas de Estrés aculturativo global y por factores tomadas en la presente investigación.

El Estrés por aculturación se analizó en función de las variables sociodemográficas para determinar cómo se presenta en la muestra según las características que presenta. Cabe resaltar que más de la mitad de las mujeres y de los hombres encuestados presentan niveles bajos de estrés, mientras que el 33,9% de las mujeres y el 20,3% de los hombres manifiestan niveles moderados. Para el mínimo porcentaje de la muestra que tiene un nivel elevado de Estrés aculturativo (3,9%), la distribución por género destaca a las mujeres por sobre los hombres. El hecho de que las mujeres presenten mayores niveles de Estrés aculturativo que los hombres puede explicarse por la diferencia en cuanto a qué es ser mujer y los roles a ocupar según la cultura colombiana y según la cultura argentina. En tanto las mujeres asuman funciones y roles diferentes a los desempeñados en Colombia, se podrá generar alguna discrepancia con los valores de origen que impacte en el nivel de estrés; no obstante, no es lícito atribuir exclusivamente esta situación a la aculturación y sus estresores debido a que esta misma tendencia se observa en mujeres que no han migrado (Hovey, 2000, en Caplan, 2007; Moghaddam, Ditto & Taylor, 1990 en Berry, 1997; Patiño Rodríguez & Kirchner Nebot, 2011).

Si bien no se encontraron asociaciones estadísticamente significativas, la distribución del Estrés aculturativo según la edad mostró que las personas que presentan menores niveles de estrés se encuentran entre los 20 y los 30 años, mientras que los sujetos de más de 25 años son los que conformaron el grupo de las personas con un alto nivel de Estrés aculturativo. Los sujetos más jóvenes (hasta los 20 años) se distribuyeron entre los niveles bajos y moderados. En la literatura se expone que entre más joven sea la persona en el momento de encarar la aculturación, el proceso será más exitoso por lo que los niveles de estrés serán menores, por lo que una persona más añosa es más propensa a estresarse más (Akhtar & Kröner-Herwig, 2015; Berry, 1997; Castro Solano & Lupano Perugini, 2013).

Para dar respuesta a la primera hipótesis de la investigación, se estudiaron las asociaciones entre las Estrategias aculturativas y los niveles de Estrés de la muestra. A pesar de no contar con la significatividad estadística necesaria, los hallazgos demostraron que el 96,7% de las personas que optaban por la estrategia de la Integración presentaban un nivel de Estrés aculturativo bajo, y tan sólo el 2,4% de los colombianos que se integraron padecen de un nivel de estrés alto. Estos resultados se explican por la facilidad para adaptarse, presentada por estos

Relaciones entre las estrategias de aculturación, el nivel de estrés aculturativo y las estrategias de afrontamiento en estudiantes universitarios colombianos residentes en Buenos Aires

Amaya Méndez Valentina

Lic. en Psicología

sujetos, siendo la estrategia más adaptativa de todas (Kosic, 2004; Berry, 1997; Fajardo et al., 2008; Castro Solano, 2011; Benatuil & Laurito, 2010).

Quienes eligen preservar los elementos de la cultura colombiana en detrimento del contacto con la cultura argentina presentan en su mayoría niveles bajos a moderados de estrés, y sólo el 5,7% de ellos con un nivel elevado de Estrés aculturativo. Además, los colombianos que padecen un nivel de estrés elevado, en su mayoría son personas que eligieron la Separación como actitud ante la aculturación. Esto último coincide con los hallazgos de Zlobina y otros (2006), quienes determinaron que la estrategia de Separación predecía un peor ajuste psicológico, evidenciado en el elevado nivel de estrés (Kosic, 2004; Castro Solano, 2011).

Las personas que decidieron asimilarse a la cultura argentina manifiestan en su mayoría, niveles bajos de estrés; no obstante, el 25% de este grupo indicó padecer niveles altos de estrés. En algunas investigaciones revisadas por Kosic (2004) los resultados concuerdan con los del presente estudio, al afirmar que la Asimilación como estrategia aculturativa conlleva un nivel de estrés moderado. Entre tanto, el hecho de que un cuarto de los sujetos que se asimilaron a la cultura argentina padezcan niveles altos de estrés puede pensarse como la consecuencia de realizar esfuerzos constantes por ajustarse completamente a la cultura huésped (Berry, 1997). A diferencia de ellos, se encuentran los sujetos que no demostraron interés por la aproximación a ninguna de las dos culturas en cuestión, con niveles bajos y moderados de Estrés aculturativo. Este hecho marca una diferencia con los supuestos teóricos y con las investigaciones llevadas a cabo sobre aculturación, en donde se espera que la estrategia de Marginalización sea un predictor de un altísimo nivel de estrés (Kosic, 2004; Berry, 1997). Por último, la mayoría de los sujetos que asumieron una actitud Multicultural tienen niveles bajos de Estrés aculturativo, y se reparten en igual proporción entre los niveles moderado y alto. Sin embargo, el 14,3% de los participantes que padecen un nivel elevado de estrés pertenecen al grupo Multicultural, siendo exactamente la misma proporción de sujetos que se asimilaron. Para el caso particular de esta estrategia dentro de la población universitaria colombiana, se presume que el porcentaje de sujetos que padecieron un elevado nivel de estrés puede relacionarse con los esfuerzos por mantenerse equilibrados entre las actitudes positivas hacia el propio grupo cultural y hacia la cultura huésped (Berry et al., 2002; Berry, 1997). De igual forma, hacen falta investigaciones que respalden este supuesto y la propia caracterización de la estrategia Multicultural en población colombiana y en otras culturas.

Con lo anterior, se afirma que la hipótesis sobre la relación entre las Estrategias aculturativas y el nivel de estrés no se cumplió, principalmente por la falta de significatividad estadística para los resultados. Se observó que las personas que se integraban tenían en general un nivel de estrés bajo, mientras que las que se separaban presentaban un nivel alto de estrés, tal y como se esperaba (Benatuil & Laurito, 2010; Berry, 1997; Fajardo et al., 2008; Castro Solano, 2011; Kotic, 2004). No fue así el caso de las personas que se asimilaban ya que los esfuerzos realizados por los colombianos para incorporar la cultura argentina mientras dejan a un lado su cultura de origen, son lo suficientemente conflictivos como para impactar en el nivel de estrés propio de la aculturación (Kotic, 2004). La presentación de la Marginalización tampoco coincidió con lo hipotetizado pues no impactó en el nivel de estrés (Kotic, 2004; Berry, 1997); es más, la Asimilación y la estrategia Multicultural se vincularon más con el padecimiento del estrés.

Para la variable de las Estrategias de afrontamiento se utilizaron dos medidas, una dada por un cuestionario complementario a la escala SAFE, diseñado también por Mena y otros (1987), y el cuestionario COPE-28 (Carver, 1997, adaptado al español por Morán et al., 2010). Para ambos instrumentos se analizaron las correlaciones entre sus componentes, tal y como se realizó con la escala de aculturación de Berry adaptada por Piontkowski y Florack (1995).

El cuestionario de las Estrategias de afrontamiento para el SAFE (Mena et al., 1987) presentó correlaciones negativas entre las estrategias que se referían al apoyo social (hablar con otros sobre el problema) y a tomar decisiones y actuar con un plan determinado, es decir que entre más recurran al apoyo que les pueden dar las personas, menos posibilidades habrá de que los participantes tomen decisiones y planifiquen sus acciones, y viceversa. La estrategia de no preocuparse y pensar que todo estará bien correlacionó negativamente con las estrategias de tomar decisiones y actuar de acuerdo a un plan, hablar con otros sobre el problema, aprender sobre el problema, y buscar apoyo entre los compatriotas. En otras palabras, en la medida en la que las personas adopten una actitud de despreocupación por la situación estresora, disminuirá el empleo de las estrategias mencionadas. De igual forma, en la medida en que los sujetos afronten activamente el problema, busquen apoyo social y aprendan sobre la dificultad, menos posibilidades habrá para que tomen una postura despreocupada sobre la situación. A la vez, buscar apoyo entre compatriotas es una estrategia que correlacionó negativamente con la estrategia de tomar decisiones y actuar conforme a un plan. Las correlaciones negativas

encontradas pueden ser pensadas desde la teoría de Lazarus y Folkman (1986) desde la que se marca una distinción entre las Estrategias de afrontamiento orientadas al problema y las orientadas a la emoción. En tanto los sujetos perciban que algo constructivo se puede hacer ante el problema, recurrirán a tomar decisiones y actuar conforme a un plan, aprender sobre la dificultad, y entonces se generará una preocupación que movilice a la acción (Carver, Scheier & Weintraub, 1989). Por otra parte, las personas que consideran que el problema debe tolerarse, implementarán estrategias orientadas a la emoción como hablar con otros sobre el problema, buscar apoyo entre compatriotas e incluso no preocuparse (Lazarus & Folkman, 1980, en Carver et al., 1989). Al ser orientaciones distintas, se comprende el funcionamiento presentado por la correlación negativa entre estas estrategias.

Finalmente, se observó una correlación positiva y estadísticamente significativa entre la estrategia de buscar consejo profesional y la estrategia de recurrir a la religión. Esta relación positiva entre ambos ítems en realidad tiene que ver con el afrontamiento religioso en conjunto, entendido éste como el uso de técnicas cognitivas y comportamentales que surgen de la religión y/o de la espiritualidad de las personas para lidiar con situaciones difíciles (Sánchez et al., 2012). En la literatura se considera que el afrontamiento religioso tiene un componente externo y otro interno. El primero se refiere a buscar asistencia o consejo en un líder o incluso involucrarse en actividades en los templos correspondientes a cada religión, mientras que el segundo implica rezar y buscar a una entidad suprema que facilite la reestructuración de la valoración dada a las dificultades (Sánchez et al., 2012). Así pues, buscar consejo profesional tendría que ver con el afrontamiento religioso en su vertiente externa, y recurrir a la religión como parte de la vertiente interna de este constructo. Con todas las correlaciones ya mencionadas y la significatividad entre ellas, se confirma la validez del instrumento.

Partiendo de la base de la validez del instrumento, se analiza la distribución de las estrategias de afrontamiento en general y en función de las variables sociodemográficas. La estrategia más utilizada por la muestra es la de no preocuparse y considerar que probablemente todo saldrá bien, seguida de la estrategia de hablar con otros sobre el problema, y en un tercer lugar afrontar la situación activamente, tomando decisiones y actuando conforme a un plan. Según la investigación de Mena y otros (1987) las estrategias más utilizadas por los inmigrantes son hablar con otros sobre el problema y adoptar un afrontamiento activo, mientras que el no preocuparse y pensar que todo saldrá bien es una estrategia poco usual.

Se hallaron diferencias de medias estadísticamente significativas según el género en el uso de las estrategias que refieren a hablar con otros sobre el problema y buscar apoyo entre colombianos, siendo las mujeres las que con mayor frecuencia recurren a ambos recursos. Las diferencias en cuanto al género se explican por la tendencia que tienen las mujeres a buscar apoyo social ante la experiencia del estrés debido a su orientación interpersonal dependiente en cuanto al afrontamiento (Falconier, 2013). La estrategia que se refiere a rezar o buscar ayuda con un cura o sacerdote se manifiesta de forma diferente según el rango etario, siendo los más jóvenes los que recurren al afrontamiento religioso (Sánchez et al., 2012).

La estrategia sobre aprender de experiencias pasadas para encarar las situaciones estresantes fue empleada en mayor medida por las personas que habían viajado a la Argentina por su situación económica. Si bien se ha afirmado el enfoque situacional de las Estrategias de afrontamiento, el uso de esta estrategia podría vincularse con el modelo disposicional del estrés. Éste entiende al afrontamiento como una predisposición general para encarar las situaciones desafiantes, amenazantes o de pérdida, siendo el resultado de experiencias y de aprendizajes previos (Akhtar & Kröner-Herwig, 2015; Lazarus, 1993; Carver et al., 1989). A su vez, pueden ser personas que desean tener una respuesta a todas las situaciones en las que se encuentran involucrados, y a la vez no toleran la ambigüedad. Ante esto, preferirán preservar el conocimiento que han adquirido con experiencias previas y así poder anticiparse a lo que esté por suceder en un futuro, volcando su aprendizaje al servicio de sus necesidades (Kosic, 2004).

A su vez, se encontró una diferencia de medias significativa en el uso de la estrategia referida a reducir la tensión con alguna actividad como fumar, tomar, comer, hacer ejercicio o drogarse. Los colombianos que han vivido en la Argentina por más de cinco años son las personas que más utilizan este tipo de estrategia para encarar las situaciones estresantes de la aculturación. Esta forma de hacer frente al proceso aculturativo es el resultado de la evaluación realizada por los sujetos sobre qué deben hacer para manejar lo que la situación les demanda, por lo que entienden que deben reducir la tensión (Folkman, 1982). Se trata entonces de una estrategia dirigida a reducir la carga emocional mediante la realización de alguna actividad que les permita cierto grado de equilibrio afectivo (Macías et al., 2013; Lazarus & Folkman, 1986; Orozco Vargas, 2013).

Por otro lado, las correlaciones del instrumento COPE-28 (Carver, 1997, adaptado al español por Morán et al., 2010) se analizaron en función de la categorización de Carver y otros (1989) en estrategias adaptativas y desadaptativas del afrontamiento. El afrontamiento activo correlacionó positiva y significativamente con la planificación, con el apoyo emocional, con el apoyo social, con la religión, con la reevaluación positiva, con la aceptación y con el humor; todas estas estrategias hacen parte de lo que es considerado el afrontamiento adaptativo, por lo que era de esperar que se relacionaran de esta forma. Así pues, en la medida en la que los sujetos afronten activamente un problema, una serie de estrategias adaptativas también serán puestas en marcha. Sin embargo, se encontraron correlaciones positivas entre el afrontamiento activo y dos estrategias categorizadas por el autor como desadaptativas: autodistracción y el desahogo. Esto puede deberse a la característica situacional de las Estrategias de afrontamiento, es decir a que su utilidad y aplicación dependerá de las características propias de la situación a la que se deba hacer frente. Que un par de estrategias desadaptativas se correlacionen positivamente con el afrontamiento activo hablaría de que estas estrategias en sí mismas no son del todo desadaptativas, sino que resultan funcionales de acuerdo a la situación particular (Lazarus, 1993; Carver et al., 1989).

La existencia de correlaciones positivas entre las Estrategias de afrontamiento categorizadas como adaptativas fue una constante en la evaluación de las correlaciones para la planificación, el apoyo emocional, el apoyo social, la religión, la reevaluación positiva, el humor y la aceptación. A la par, las estrategias típicamente clasificadas como desadaptativas también se relacionaron entre sí con alta significatividad estadística: la negación, la autoinculpación, la autodistracción, la desconexión y el uso de sustancias. Además de estos resultados esperables, fueron varias las correlaciones entre estrategias adaptativas y las desadaptativas, por lo que toma aún más valor la idea de un enfoque situacional y no exclusivamente por la funcionalidad típicamente asociada a tal o cual recurso para lidiar con el estrés (Belizaire & Fuertes, 2011; Carver et al., 1989; Crockett et al., 2007; Lazarus, 1993). A pesar de que la diferenciación típica entre afrontamiento adaptativo y desadaptativo puede no mantenerse en el análisis del presente estudio, el instrumento es consistente en tanto cada uno de los factores contribuye a la medición de las Estrategias de afrontamiento, si bien cada uno evalúa una forma de encarar la adversidad.

El análisis de la presentación de las Estrategias de afrontamiento en función de las características sociodemográficas de la muestra dio cuenta de la preferencia generalizada de los

Relaciones entre las estrategias de aculturación, el nivel de estrés aculturativo y las estrategias de afrontamiento en estudiantes universitarios colombianos residentes en Buenos Aires

Amaya Méndez Valentina

Lic. en Psicología

estudiantes colombianos por las estrategias de tipo adaptativo (afrontamiento activo, planificación, reevaluación positiva, aceptación, humor, religión, apoyo social y apoyo emocional), mientras que el uso de estrategias desadaptativas se presentó con menor frecuencia. Estos resultados coinciden con los presentados por Belizaire y Fuertes (2011), al encontrar que en la muestra los puntajes de las estrategias adaptativas eran mayores en comparación con los puntajes de las de tipo desadaptativo.

También se observó una diferencia de medias estadísticamente significativa en el uso de estrategias adaptativas por parte de las mujeres de la investigación. Puntualmente, las diferencias de género, que favorecían a las mujeres, se observaron en el uso del apoyo emocional, del apoyo social, de la religión y de la reevaluación positiva. El empleo de las primeras tres estrategias mencionadas se explica por la dependencia interpersonal de las mujeres para afrontar las dificultades (Falconier et al., 2013). El afrontamiento religioso, en su vertiente externa, puede entenderse como una vía para acceder al apoyo social y emocional al buscar orientación y guía en un referente espiritual, y participar en actividades en la institución religiosa a la que se pertenezca (Sánchez et al., 2012).

Recurrir a la autodistracción y al desahogo fueron estrategias que se presentaron de forma diferente según el género, en tanto las mujeres contaron con medias mayores a las de los hombres. Llevar la mente a otra actividad para distraerse y recurrir a la descarga emocional por tener más consciencia sobre el problema son estrategias que se orientan hacia el logro del equilibrio afectivo y la evitación del malestar (Akhtar & Kröner-Herwig, 2015; Lazarus & Folkman, 1986; Macías et al., 2013; Orozco Vargas, 2013). La religión como estrategia de afrontamiento para este cuestionario fue empleada con mayor frecuencia por los sujetos más jóvenes, es decir quienes tienen hasta 20 años de edad. Se encuentra así una consistencia con la diferencia de medias en el uso de la religión en función del rango etario para el cuestionario de afrontamiento complementario a la escala SAFE. Así, se confirma entonces que los sujetos más jóvenes son quienes se inclinan hacia el afrontamiento religioso como una estrategia de afrontamiento para lidiar con el Estrés aculturativo (Sánchez et al., 2012).

Una vez realizados los análisis sobre la distribución de las Estrategias de afrontamiento según las variables ya mencionadas, se procede a verificar la hipótesis sobre la relación entre las Estrategias aculturativas y las Estrategias de afrontamiento. Para ello, se estudiaron las

Relaciones entre las estrategias de aculturación, el nivel de estrés aculturativo y las estrategias de afrontamiento en estudiantes universitarios colombianos residentes en Buenos Aires

Amaya Méndez Valentina

Lic. en Psicología

correlaciones entre estas variables tomando las preguntas de aculturación y el cuestionario de afrontamiento, complementario al SAFE (Mena et al., 1987). La estrategia de rezar o acudir a un sacerdote presentó correlaciones positivas y estadísticamente significativas con las Estrategias aculturativas de Asimilación y Marginalización. La religión es considerada como una estrategia adaptativa y orientada a lograr el equilibrio afectivo de las personas, y se encuentra asociada con la intención de incorporar los componentes de la cultura argentina mientras se va dejando de lado la cultura colombiana (Akhtar & Kröner-Herwig, 2015; Carver et al., 1989; Kopic, 2004; Lazarus & Folkman, 1986; Macías et al., 2013; Orozco Vargas, 2013). El hecho de que la estrategia de Marginalización repercuta en la aproximación a la religión como estrategia de afrontamiento da cuenta de que en tanto los individuos tomen una postura marginal ante la cultura propia y ajena, mayor tendencia habrá por adoptar el afrontamiento religioso, siendo este considerado como un buen predictor de la salud mental de las personas (Sánchez et al., 2012).

Al considerar las Estrategias de afrontamiento del COPE-28, se encontró una correlación entre la Integración y el Afrontamiento adaptativo en general, y de manera particular con la religión y con la aceptación. La Integración es la estrategia aculturativa que facilita mayor adaptación a las circunstancias, y la religión y la aceptación son valoradas como predictores de la salud mental. Ante esto, es comprensible que en la medida en la que los sujetos se integren y se vayan adaptando a las exigencias de la aculturación, recurrirán más a la aceptación del encuentro cultural y al afrontamiento religioso (Berry, 1997; Carver et al., 1989; Castro Solano, 2011; Kopic, 2004; Sánchez et al., 2012).

A su vez, la Marginalización presentó una correlación positiva con el uso de sustancias, y una negativa con el apoyo emocional. Al entender al uso de sustancias como una conducta asociada a la salud física y mental de los individuos, y en general a su calidad de vida, la relación positiva con el uso de sustancias concuerda con otros hallazgos que plantean que la Marginalización se asocia con la presencia de psicopatología (Berry, 1997; Belizaire & Fuertes, 2011). En otras palabras, a mayor predominio de la Marginalización como estrategia aculturativa, mayor será el uso de sustancias como estrategia de afrontamiento, y viceversa. La relación negativa entre la Marginalización y el apoyo emocional implica que, en tanto los colombianos opten por una postura marginal hacia la cultura propia y hacia la argentina, menor será la medida en la que busque simpatía y comprensión por parte de los otros (Morán et al., 2009). Justamente, si los sujetos no se interesan por mantener el contacto con la cultura propia, no será una prioridad recurrir a personas colombianas para reforzar la identidad y la cultura de origen. Esto impactará

considerablemente en la relación negativa entre las variables señaladas pues la principal fuente de apoyo emocional para los estudiantes internacionales es el grupo de compatriotas. Adicionalmente, la falta de interés por el contacto con la cultura argentina probablemente ponga en detrimento la posibilidad de contar la simpatía de los argentinos, quienes conforman otra de las redes sociales entre las que se mueven los estudiantes extranjeros (Castro Solano & Lupano Perugini, 2013).

Con base en los resultados ya analizados, y luego de no haber encontrado correlaciones significativas entre la estrategia aculturativa de Separación, se afirma que la hipótesis inicial no se cumple en su totalidad. Se confirma una sección de la hipótesis en tanto la Integración se correlaciona positivamente con Estrategias de afrontamiento adaptativas en general, y de manera particular con la aceptación y con la religión; y la Asimilación presenta una correlación positiva con el uso de la religión para afrontar el estrés.

El hecho que la Marginalización no correlacione exclusivamente con las Estrategias de afrontamiento desadaptativas pone en cuestionamiento el planteamiento inicial. Tal y como se esperaba, esta estrategia aculturativa tiene una relación positiva con el uso de sustancias, que es justamente una estrategia de afrontamiento desadaptativa al poner en juego la calidad de vida física y psicológica del sujeto (Belizaire & Fuertes, 2011; Berry, 1997; Carver et al., 1989). Al mismo tiempo, la Marginalización presentó una correlación positiva con la estrategia que apunta al afrontamiento religioso, que ha sido reconocido como un buen predictor de la salud mental y física de las personas (Sánchez et al., 2012). La relación negativa entre la Marginalización y el apoyo emocional como estrategia de afrontamiento adaptativa, se suma a los resultados que no se habían contemplado en un principio. La falta de interés por el grupo cultural de origen y por el grupo cultural huésped limitan al sujeto en cuanto a la búsqueda del apoyo emocional, por lo que recurre al afrontamiento religioso y al uso de sustancias (Castro Solano & Lupano Perugini, 2013; Morán et al., 2009; Sánchez et al., 2012). Adicionalmente, el hecho de asumir una estrategia aculturativa que dificulte la adaptación cultural no estaría desconociendo el hecho del uso de ciertas estrategias adaptativas, como la religión. En algunas investigaciones se ha planteado que los sujetos que optan por una actitud marginal, presentan la tendencia al uso de estrategias desadaptativas y evitativas, más no se afirma que se limiten a ellas (Berry, 1997; Kosic, 2004). Adicionalmente, se ha encontrado que el afrontamiento religioso se mantiene constante a través del tiempo, por lo que se puede considerar como una estrategia típicamente utilizada por estos participantes, indistintamente del fenómeno aculturativo (Sanchez et al., 2012). Es por esto que

Relaciones entre las estrategias de aculturación, el nivel de estrés aculturativo y las estrategias de afrontamiento en estudiantes universitarios colombianos residentes en Buenos Aires

Amaya Méndez Valentina

Lic. en Psicología

el afrontamiento religioso como estrategia orientada a la regulación emocional, y reconocida por Carver y otros (1989) como perteneciente al conjunto del afrontamiento adaptativo, es plausible de ser adoptado por el grupo de colombianos marginales.

Otro componente de la hipótesis que carece de evidencia en esta investigación es la correlación entre la Separación y las Estrategias de afrontamiento desadaptativas; de hecho, la Separación se relaciona con ninguna de las estrategias incluidas en el cuestionario complementario al SAFE ni en las tomadas por el COPE-28. Esto se puede deber a que las personas que deciden preservar a toda costa la cultura colombiana recurren indistintamente a las Estrategias de afrontamiento adaptativas y desadaptativas, por lo que es imposible observar una tendencia clara que relacione el funcionamiento de estas variables. Con estos resultados que disconfirman la hipótesis inicial, se puede pensar que el proceso de aculturación presenta complejidades; por lo que el uso de las Estrategias aculturativas y de afrontamiento puede ir variando según los distintos contextos en los que estén inmersos los sujetos y las exigencias propias de cada uno de ellos. La característica situacional de las Estrategias de afrontamiento es el eje de esta explicación, en tanto las personas definirán qué estrategias son las más adecuadas para usar en el trabajo, en la universidad, con su familia, con sus compatriotas y con sus familiares (Navas Luque et al., 2004; Sánchez Márquez & López Miguel, 2008).

Por otro lado, se encontró una estrategia de aculturación que se denominó Multicultural y que fue explicada como la aceptación de la diversidad y de un interés equilibrado por los elementos de la cultura propia y los de la cultura huésped, mientras se mantiene el contacto con ambas culturas (Berry, 1997; Berry et al., 2002). Se analizó la distribución de las Estrategias de afrontamiento en función de las Estrategias aculturativas, encontrando una diferencia de medias estadísticamente significativa para el uso de la negación. Fue justamente el grupo de sujetos que se inclinaron por la estrategia Multicultural los que presentaron la media más alta al negar la realidad de la situación estresante. Hay que tener en cuenta que las personas que eligieron la actitud Multicultural presentaron en su mayoría niveles bajos a moderados de Estrés aculturativo, por lo que la adopción de la negación como estrategia de afrontamiento resulta funcional, y por ende adaptativa, a pesar de estar catalogada como desadaptativa. Así las cosas, el proceso de afrontamiento no se debería categorizar según lo adaptativo y lo desadaptativo porque en todo caso dependerá de las características de cada sujeto, del tipo de situaciones a las que tenga que hacer frente, y del tipo de resultado que se evalúe al final del proceso (Lazarus, 1993).

Para verificar la tercera hipótesis, se estudiaron las diferencias de medias estadísticamente significativas en el uso de las Estrategias de afrontamiento para el SAFE según el nivel de estrés manifestado. Los participantes con un alto nivel de estrés recurrieron con mayor intensidad a hablar con otros sobre el problema, a distraer la mente al involucrarse en distintas actividades y a buscar apoyo entre sus compatriotas. Según distintos autores, el apoyo social funciona como protector del malestar y amortigua el Estrés aculturativo, por lo que recurrir a esta estrategia se debería asociar con bajos niveles de estrés (Crockett et al., 2007; Sosa & Zubieta, 2010; Ugalde-Watson et al., 2011). Sin embargo, el hecho de apelar a esta estrategia no implica que el apoyo sea efectivamente obtenido, por lo que puede ser percibido como bajo e ineficiente para mitigar el impacto de los estresores en la vida de los *sojourners*, dejándolos más vulnerables (Castro Solano & Lupano Perugini, 2013; Crockett et al., 2007). Distraer la mente en otras actividades funciona como una estrategia de afrontamiento evitativa, la cual se ha asociado con elevados niveles de estrés en otras investigaciones (Akhtar & Kröner-Herwig, 2015; Crockett et al., 2007; Patiño Rodríguez & Kirchner Nebot, 2011).

Los colombianos que indicaron niveles bajos de Estrés aculturativo, se aferraron a la estrategia de no preocuparse y pensar que todo saldrá bien. El uso de esta estrategia en realidad estará vinculado con las evaluaciones primaria y secundaria sobre la aculturación. La evaluación primaria determina si la situación es vivida como una amenaza, como un desafío o como una pérdida, mientras que la evaluación secundaria pondera los recursos con los que cuenta la persona para lidiar con el evento estresante. En tanto la situación no sea evaluada como estresante, y/o se considere que se cuenta con los recursos necesarios, el nivel de estrés será bajo y habrá poca preocupación, con la esperanza de que todo salga bien por la confianza en los propios recursos (Folkman, 1982; Lazarus & Folkman, 1986).

También se estudió la diferencia de medias en el uso de las Estrategias de afrontamiento para el COPE-28 en función del nivel de Estrés aculturativo. Los participantes que tiene un nivel de Estrés aculturativo alto se inclinan por el uso de las Estrategias de afrontamiento desadaptativas, particularmente la autodistracción, la negación, la autoinculpación, la desconexión y el desahogo. Por un lado, la autodistracción, la negación, la desconexión y el desahogo son conductas que se llevan a cabo para evitar el malestar detonado por los estresores (Crockett et al., 2007; Lazarus & Folkman, 1986; Patiño Rodríguez & Kirchner Nebot, 2011; Sosa & Zubieta, 2010). La autoinculpación se presenta junto con un elevado monto de estrés en tanto interviene la culpa, definida por Lazarus (1993) como una de las emociones del estrés.

Al momento de analizar las correlaciones entre el puntaje total del Estrés por aculturación y las Estrategias de afrontamiento del cuestionario complementario al SAFE (Mena et al., 1987), se encontró una correlación negativa y estadísticamente significativa con la estrategia que refiere a no preocuparse y considerar que todo va a estar bien. En otras palabras, a mayor puntaje total de Estrés aculturativo, menor será el uso de esta estrategia, mientras que al ser menor el Estrés aculturativo global, esta estrategia será más usada. También se observaron correlaciones positivas y estadísticamente significativas con las estrategias que apuntan a hablar con otros sobre el problema, realizar otras actividades para no pensar en el problema y buscar apoyo entre compatriotas. Esto quiere decir que en la medida en la que aumente el puntaje total de Estrés aculturativo, aumentará la necesidad de hablar con otros sobre el problema, de distraer la mente en otras actividades y de buscar apoyo entre colombianos. De manera más específica, se estudiaron las correlaciones entre estas mismas Estrategias de afrontamiento con los factores que hacen al Estrés por aculturación (Fuertes & Westbrook, 1996). Precisamente, se encontraron las mismas correlaciones (positivas y negativas) entre estas Estrategias de afrontamiento y los factores ambiental y actitudinal del Estrés aculturativo.

Las correlaciones señaladas se suman a las diferencias de medias explicadas previamente sobre los sujetos con bajos y altos niveles de estrés. Por un lado, se entiende que la adopción de una estrategia que muestra despreocupación ante la adversidad por tener las esperanzas de que todo resulte bien es la consecuencia de un proceso cognitivo en el que se ponderaron riesgos y recursos, y los sujetos se consideraron capaces de afrontar tal situación (Folkman, 1982; Lazarus & Folkman, 1986). Por otro lado, se comprende que al aumentar el nivel de estrés los colombianos intentarán apelar a sus redes de apoyo con la intención de mitigarlo, pero encontrándose con un apoyo ineficaz o percibirán que no es suficiente (Castro Solano & Lupano Perugini, 2013; Crockett et al., 2007; Sosa & Zubieta, 2010; Ugalde-Watson et al., 2011). A la par, intentarán distraer su mente realizando otras actividades y adoptarán una estrategia de afrontamiento evitativa que impide que su nivel de estrés disminuya (Akhtar & Kröner-Herwig, 2015; Castro Solano & Lupano Perugini, 2013; Crockett et al., 2007; Patiño Rodríguez & Kirchner Nebot, 2011).

Los factores social y familiar se relacionan de forma similar: presentan correlaciones positivas con las estrategias que implican alejar la mente del problema realizando otras actividades y buscar apoyo entre compatriotas. En estos casos, en tanto los sujetos se sientan estresados por

no sentirse en casa, por tener dificultades en la construcción de relaciones interpersonales y/o por tener conflictos con sus familiares por las diferencias en valores, se conducirán con una estrategia de afrontamiento evitativa para evadir el malestar (Akhtar & Kröner-Herwig, 2015; Castro Solano & Lupano Perugini, 2013; Crockett et al., 2007; Patiño Rodríguez & Kirchner Nebot, 2011). Ante estos estresores, también buscarán apoyo entre compatriotas al ser la fuente principal de apoyo emocional; no obstante, no resulta en la disminución del nivel de estrés, por lo que puede que la percepción del apoyo sea baja (Castro Solano & Lupano Perugini, 2013; Crockett et al., 2007; Sosa & Zubieta, 2010; Ugalde-Watson et al., 2011). Ambos factores también se correlacionan negativamente con la estrategia de despreocupación por considerar que habrá buenos resultados, debiéndose también a las evaluaciones primarias y secundarias realizadas por los estresores asociados a cada factor (Folkman, 1982; Lazarus & Folkman, 1986).

Al mismo tiempo, se identificó que el puntaje del factor social se correlaciona positiva y significativamente con la estrategia que refiere a la reducción de la tensión por distintos medios (hacer ejercicio, comer, tomar alcohol, fumar, drogarse). Esta relación implica que entre mayor sea el estrés asociado a no sentirse en casa y a las dificultades para relacionarse por enfrentarse a nuevas expresiones verbales, más será la inclinación de los colombianos por recurrir a esta estrategia evitativa, que tiene el fin de evitar el malestar desencadenado por este tipo de situaciones (Crockett et al., 2007; Lazarus, 1993).

El puntaje global de Estrés aculturativo también correlacionó positiva y significativamente tanto con las estrategias adaptativas como con las de tipo desadaptativo, para el instrumento COPE-28 (Carver, 1997, adaptado al español por Morán et al., 2010), aunque la correlación es mayor para el caso del afrontamiento desadaptativo. Por lo tanto, al subir el nivel de Estrés aculturativo, aumentará la puesta en marcha de estrategias adaptativas y desadaptativas; en caso de disminuir el estrés, disminuirá el uso de dichos esfuerzos cognitivos y conductuales. Este análisis también se efectuó según los factores del Estrés aculturativo. El afrontamiento adaptativo presentó una correlación baja, positiva y estadísticamente significativa con el factor actitudinal. Es decir que cuando los colombianos se estresan por la separación de la familia, amigos y de la cultura de origen, despliegan el conjunto de las estrategias catalogadas como adaptativas. El afrontamiento desadaptativo correlacionó positiva y significativamente con los cuatro factores, por lo que, ante el aumento de estresores propios de la aculturación, se aumentará el uso de las estrategias desadaptativas. El hecho de presentar este tipo de relaciones se debe en primera instancia a que el estrés y el afrontamiento hacen parte de un proceso complejo, indistintamente

Relaciones entre las estrategias de aculturación, el nivel de estrés aculturativo y las estrategias de afrontamiento en estudiantes universitarios colombianos residentes en Buenos Aires

Amaya Méndez Valentina

Lic. en Psicología

de la clasificación de las estrategias que se tome (Folkman, 1982; Lazarus, 1993; Lazarus & Folkman, 1986). Por otra parte, la fuerza de la correlación entre el estrés y el afrontamiento desadaptativo es mayor debido a que el uso de estas estrategias se considera en algunos casos perjudicial y poco eficiente para mitigar el nivel de estrés como tal (Belizaire & Fuertes, 2011; Kopic, 2004; Ojeda García et al., 2008).

Más en detalle, se observaron correlaciones positivas y estadísticamente significativas entre el puntaje total de Estrés aculturativo con el apoyo social, con la negación, con la autodistracción, con la autoinculpación, con la desconexión y con el desahogo. En tanto el estrés aumente, se pondrán en marcha con mayor fuerza este tipo de estrategias, y en la medida en la que el Estrés aculturativo disminuya, disminuirá la frecuencia en la que se usen esas estrategias. Estas correlaciones también se presentaron para los factores Ambiental y Social del Estrés aculturativo, por lo que, a mayor estrés asociado a ellos, mayor será el despliegue de estas estrategias, y viceversa. Ya se ha discutido sobre la relación positiva entre el Estrés por aculturación y el apoyo social, al haberse encontrado también en las estrategias presentadas por el cuestionario complementario al SAFE (Mena et al., 1987). Los colombianos recurrirán a la búsqueda de apoyo social con miras a protegerse del estrés y orientarse sobre cómo hacer frente a las adversidades, aunque éste resulta ineficaz o es percibido como insuficiente al no disminuir el nivel de estrés (Castro Solano & Lupano Perugini, 2013; Crockett et al., 2007; Sosa & Zubieta, 2010; Ugalde-Watson et al., 2011).

La autodistracción, la negación, la desconexión y el desahogo son estrategias que se usan para evitar el malestar emocional ante los estresores, pero no llegan a disminuir el nivel de estrés (Akhtar & Kröner-Herwig, 2015; Crockett et al., 2007; Lazarus & Folkman, 1986; Patiño Rodríguez & Kirchner Nebot, 2011; Sosa & Zubieta, 2010). Es más, lo que se observó con el análisis de la diferencia de medias es que mientras aumente el nivel de estrés estas estrategias serán más usadas, principalmente por quienes manifiestan tener un elevado nivel de estrés. Trayendo a colación las diferencias de medias presentadas, la autoinculpación es por su parte una estrategia asociada a las emociones propias del estrés, que se activaría principalmente en los sujetos con un nivel de estrés alto (Lazarus, 1993).

Para el factor Actitudinal también se hallaron correlaciones estadísticamente significativas y positivas con el apoyo social, la negación, la autodistracción, la autoinculpación, la desconexión y el desahogo. Asimismo, se correlacionó de forma positiva y significativa con el apoyo emocional

y con la religión, por lo que, a mayor estrés en el ámbito actitudinal, mayor será la búsqueda del apoyo emocional y del afrontamiento religioso. A pesar de que la gran presencia de colombianos en la Argentina facilita el acceso al apoyo emocional como medida protectora del Estrés aculturativo, y que el afrontamiento religioso es considerado como una forma adaptativa de encarar la adversidad, se evidencia que estas estrategias no mitigan la experiencia del Estrés aculturativo (Castro Solano & Lupano Perugini, 2013; González et al., 2016; Melella, 2014; Sánchez et al., 2012). Se mencionó previamente que el afrontamiento religioso se mantenía a través del tiempo y a pesar de las circunstancias, y que en su vertiente externa era considerado una vía para acceder al apoyo emocional (Sánchez et al., 2012). Partiendo de esta base, se puede plantear que el apoyo emocional, junto con el afrontamiento religioso, aumentarán al haber mayor conflictividad en el área actitudinal, mas no asegurarán que el malestar disminuya. A la vez, se puede pensar que no es suficiente con acercarse a la religión en búsqueda de apoyo emocional para mitigar el Estrés aculturativo en su dimensión actitudinal, si a esto se le suma la presencia Estrategias de afrontamiento evitativas.

Al igual que los otros factores, el Familiar correlacionó positiva y significativamente con la negación, la autodistracción, la autoinculpación y con el desahogo. A diferencia de los otros factores, presenta una correlación del mismo tipo con el uso de sustancias para aliviar el estrés. Entonces entre más estrés experimenten los colombianos en el ámbito familiar por el conflicto entre sus valores y creencias con las de sus familiares, recurrirán más a reducir la tensión con el consumo de sustancias; por lo mismo, a menor estrés en éste ámbito, menor será el consumo de sustancias. En este caso, el estrés que experimentan los participantes impacta el uso de esta estrategia evitativa y desadaptativa, coincidiendo con los hallazgos de distintos estudios (Belizaire & Fuertes, 2011; Carver et al., 1989; Collazos et al., 2008; Crockett et al., 2007; Lazarus, 1993).

Con toda la evidencia presentada, se puede afirmar que la tercera hipótesis no se verificó en esta investigación. Por un lado, se observó que los sujetos con un nivel de estrés bajo recurrían a una estrategia que en definitiva es el resultado de una serie de evaluaciones en las que determinaron que contaban con los recursos suficientes para afrontar la adversidad (Folkman, 1982; Lazarus & Folkman, 1986). Sin embargo, no se halló ninguna relación estadísticamente significativa entre el estrés bajo y las estrategias adaptativas. Por otra parte, se hallaron relaciones entre un alto nivel de estrés y Estrategias de afrontamiento tanto adaptativas como

desadaptativas. Se analizó que a pesar de que los sujetos recurran a estrategias adaptativas, no necesariamente van a ser suficientes, exitosas o percibidas como eficaces por ellos, entonces no podrán mitigar el Estrés aculturativo padecido (Castro Solano & Lupano Perugini, 2013; Crockett et al., 2007; Sosa & Zubieta, 2010; Ugalde-Watson et al., 2011). El uso de estrategias desadaptativas estuvo relacionado con la evitación del malestar y con la reducción de la tensión vivida por la aculturación y sus estresores, pudiéndose corroborar la relación entre estas variables (Macías et al., 2013; Crockett et al., 2007; Folkman, 1982; Lazarus, 1993; Lazarus & Folkman, 1986; Orozco Vargas, 2013). No obstante, la relación que se planteó en la hipótesis no es unívoca pues se incluyen las ya mencionadas estrategias adaptativas. Es por esto que más allá de la clasificación de Carver y otros (1989) en estrategias adaptativas y desadaptativas, lo que se puede evaluar es el resultado de la puesta en marcha de estos esfuerzos, pues no siempre aquello que se considera adaptativo conducirá a resultados de este tipo (Lazarus, 1993).

VIII. Conclusiones

En primera instancia, se afirma que los instrumentos empleados para la investigación dieron muestras de su validez. Al estudiar las estrategias de aculturación, se encontró que predominaba la Integración, es decir que los estudiantes universitarios colombianos que la prefieren demuestran una actitud bicultural al desear mantener la cultura de origen y a la vez permitirse el aprendizaje de la cultura y las costumbres de la sociedad argentina. Se explicó que esto se debe a que el estar inmersos en un contexto educativo y de formación profesional permite que se inclinen a desear participar y tener contacto con la cultura argentina, a la par de preservar la propia (Retortillo Osuna, 2010).

Fue relevante haber hallado una estrategia aculturativa distinta para la cultura minoritaria, denominada como estrategia Multicultural. Se caracterizó por aceptar la diversidad cultural a la par de presentar actitudes positivas hacia el propio grupo cultural y hacia la cultura huésped, sin indicar preferencia alguna sobre estas posturas (Berry, 1997; Berry et al., 2002). Si bien son pocos los estudiantes que presentaron esta estrategia, fueron aún más que los que se distribuyeron entre la Asimilación y la Marginalización. La estrategia Multicultural presentó una diferencia de medias estadísticamente significativa para el uso de la negación como Estrategia de afrontamiento. Reconociendo que las personas que eligieron la actitud Multicultural

presentaron en su mayoría niveles bajos a moderados de Estrés aculturativo, se entiende que la adopción de la negación como Estrategia de afrontamiento resulta funcional, y por ende adaptativa, a pesar de estar catalogada como desadaptativa.

Al analizar los resultados generales del estrés aculturativo se destacan la primacía de puntajes bajos a moderados, en contraposición con un porcentaje muy bajo de sujetos con un elevado nivel de estrés por aculturación. Este resultado también se explica por el nivel educativo de la muestra, al ser un factor protector ante el estrés por la capacitación en la resolución de problemas, y por contar con redes de apoyo que faciliten la adaptación cultural (Berry, 1997; Fajardo et al., 2008; Retortillo Osuna, 2010).

Según los factores del Estrés aculturativo, se encontró que los estresores con mayores puntuaciones se asociaban al factor Actitudinal, es decir la separación de sus amigos, familia, y en general de la cultura colombiana, probablemente por el familismo que caracteriza a los latinos (Crockett et al., 2007; Falconier, 2013; Revollo et al., 2011). El segundo factor con mayor puntuación fue el Ambiental que refiere a ciertos actos o chistes racistas, asociados a la discriminación percibida, y al sentir presión por asimilarse a la cultura argentina mientras se enfrentan ciertos obstáculos para poder adaptarse (Caplan, 2007; Noh & Kaspar, 2003 en Collazos et al., 2008; Revollo et al., 2011). La gran cantidad de compatriotas que viven en la Argentina pueden explicar que el factor Social tenga una menor puntuación, pues se refiere a la calidad de relaciones personales y las dificultades para expresarse, hacer amigos y sentirse como en casa (Castro Solano & Lupano Perugini, 2013; González et al., 2016; Melella, 2014). El familismo, nuevamente fue decisivo para explicar la baja puntuación de estrés en el factor Familiar. Ante las posibles diferencias en los valores, expectativas y aspiraciones propios y familiares, los colombianos tenderán a la lealtad hacia la familia sin que resulte conflictivo.

La hipótesis sobre la relación entre las estrategias aculturativas y los niveles de estrés no se confirmó, principalmente por la falta de significatividad estadística de los resultados. A esto se suma que ni la Asimilación se asoció a un bajo nivel de estrés, ya que los esfuerzos realizados por los colombianos para incorporar la cultura argentina mientras dejan a un lado su cultura de origen, son lo suficientemente conflictivos como para impactar en el nivel de estrés propio de la aculturación (Kosic, 2004); ni la Marginalización se correspondió con un alto nivel de estrés, marcando una diferencia con los supuestos teóricos y con las investigaciones llevadas a cabo sobre aculturación, en donde se espera que la estrategia de Marginalización sea un predictor de un altísimo nivel de estrés (Berry, 1997; Kosic, 2004). Por último, la mayoría de los sujetos que

Relaciones entre las estrategias de aculturación, el nivel de estrés aculturativo y las estrategias de afrontamiento en estudiantes universitarios colombianos residentes en Buenos Aires

Amaya Méndez Valentina

Lic. en Psicología

asumieron una actitud Multicultural tienen niveles bajos de Estrés aculturativo, y se reparten en igual proporción entre los niveles moderado y alto. Se presume que el porcentaje de sujetos que padecieron un elevado nivel de estrés puede relacionarse con los esfuerzos por mantenerse equilibrados entre las actitudes positivas hacia el propio grupo cultural y hacia la cultura huésped (Berry, 1997; Berry et al., 2002). No obstante, hacen falta investigaciones que respalden este supuesto y la propia caracterización de la estrategia Multicultural en población colombiana y en otras culturas minoritarias.

Posteriormente, se realizó el análisis de la presentación de las Estrategias de afrontamiento, y se observó una preferencia generalizada por las Estrategias adaptativas (afrontamiento activo, planificación, reevaluación positiva, aceptación, humor, religión, apoyo social y apoyo emocional), en consonancia con la investigación de Belizaire y Fuertes (2011). También, se encontró que algunas de las estrategias más utilizadas por la muestra son la de no preocuparse y considerar que probablemente todo saldrá bien, seguida de la estrategia de hablar con otros sobre el problema, y en un tercer lugar afrontar la situación activamente, tomando decisiones y actuando conforme a un plan.

Al estudiar las correlaciones entre las Estrategias de aculturación y las Estrategias de afrontamiento, se determinó que la segunda hipótesis no se verificó en su totalidad. Se confirmó que la Integración se correlaciona positivamente con Estrategias de afrontamiento adaptativas en general, y de manera particular con la aceptación y con la religión; y la Asimilación presenta una correlación positiva con el uso de la religión para afrontar el estrés. Tanto la aceptación como el afrontamiento religioso son consideradas predictores de la salud mental de las personas (Berry, 1997; Carver et al., 1989; Kopic, 2004; Sánchez et al., 2012).

El hecho de que la Marginalización no correlacione exclusivamente con las Estrategias de afrontamiento desadaptativas admite un análisis posterior. Esta Estrategia aculturativa correlacionó positivamente con el afrontamiento religioso, a pesar de que ésta se asocia al uso de estrategias consideradas como desadaptativas. Al mismo tiempo, se correlacionó positivamente con el uso de sustancias, es decir que a mayor predominio de la Marginalización como estrategia aculturativa, mayor será el uso de sustancias como estrategia de afrontamiento, y viceversa. Justamente se considera que el uso de sustancias es una estrategia de afrontamiento desadaptativa al poner en juego la calidad de vida física y psicológica del sujeto

Relaciones entre las estrategias de aculturación, el nivel de estrés aculturativo y las estrategias de afrontamiento en estudiantes universitarios colombianos residentes en Buenos Aires

Amaya Méndez Valentina

Lic. en Psicología

(Belizaire & Fuertes, 2011; Berry, 1997; Carver et al., 1989). La relación negativa que presenta la Marginalización con apoyo emocional demuestra que en tanto los colombianos opten por una postura marginal hacia la cultura propia y hacia la argentina, menor será la medida en la que busque simpatía y comprensión por parte de los otros. Para estos sujetos no será una prioridad recurrir a personas colombianas para reforzar la identidad y la cultura de origen, ni se interesarán por buscar la simpatía de los argentinos, quienes conforman otra de las redes sociales entre las que se mueven los estudiantes extranjeros (Castro Solano & Lupano Perugini, 2013; Morán et al., 2009).

A lo anterior, se suma el hecho de no haber encontrado correlación entre la Separación y las Estrategias de Afrontamiento evaluadas. Esto se puede deber a que las personas que deciden preservar a toda costa la cultura colombiana recurren indistintamente a las Estrategias de afrontamiento adaptativas y desadaptativas, por lo que es imposible observar una tendencia clara que relacione el funcionamiento de estas variables.

Con estos resultados se plantea que la segunda hipótesis no consideró las relaciones entre la Marginalización y las Estrategias de afrontamiento adaptativas, aun cuando éstas fuesen negativas. El hecho de asumir una estrategia aculturativa que dificulte la adaptación cultural no estaría desconociendo la posibilidad de que se recurra a ciertas estrategias adaptativas, como la religión. En algunas investigaciones se ha planteado que los sujetos que optan por una actitud marginal, tienen la tendencia al uso de estrategias desadaptativas y evitativas, mas no se afirma que se limiten a ellas (Berry, 1997; Kotic, 2004). Adicionalmente, se ha encontrado que el afrontamiento religioso se mantiene constante a través del tiempo, por lo que su uso no puede explicarse exclusivamente por el fenómeno aculturativo (Sanchez et al., 2012). Es por esto que el afrontamiento religioso como estrategia orientada a la regulación emocional, y reconocida por Carver y otros (1989) como perteneciente al conjunto del afrontamiento adaptativo, es plausible de ser adoptado por el grupo de colombianos marginales.

Así pues, se demuestra desconfirmación de la hipótesis inicial. Esto conduce a considerar la Aculturación como un proceso complejo, por lo que el uso de las Estrategias aculturativas y de Afrontamiento puede ir variando según los distintos contextos en los que estén inmersos los sujetos y las exigencias propias de cada uno de ellos. La característica situacional de las Estrategias de afrontamiento es el eje de esta explicación, en tanto las personas definirán qué estrategias son las más adecuadas para cada uno de los ámbitos en donde se desempeñen. (Lazarus, 1993; Navas Luque et al., 2004; Sánchez Márquez & López Miguel, 2008). Así las

cosas, el proceso de afrontamiento no se limitaría según lo adaptativo y lo desadaptativo, porque en todo caso dependerá de las características de cada sujeto, del tipo de situaciones a las que tenga que hacer frente, y del tipo de resultado que se evalúe al final del proceso (Lazarus, 1993).

Finalmente, se procedió a la verificación de la tercera hipótesis, que al igual que las otras dos, fue disconfirmada por los resultados. Se esperaba encontrar una relación entre un elevado nivel de estrés y el uso de Estrategias de afrontamiento desadaptativas, en contraposición a un bajo nivel de Estrés aculturativo y el uso de Estrategias de afrontamiento adaptativas. Por un lado, se observó que los sujetos con un nivel de estrés bajo recurrían a una estrategia que en definitiva es el resultado de una serie de evaluaciones en las que determinaron que contaban con los recursos suficientes para afrontar la adversidad (Folkman, 1982; Lazarus & Folkman, 1986). Sin embargo, no se halló ninguna relación estadísticamente significativa entre el estrés bajo y las estrategias adaptativas.

Por otra parte, se hallaron relaciones entre un alto nivel de estrés y el uso de Estrategias de afrontamiento adaptativas y desadaptativas. La inclinación por el uso de Estrategias desadaptativas se manifestó en las diferencias de medias y en las correlaciones encontradas para la autodistracción, la negación, la autoinculpción, la desconexión y el desahogo con un alto nivel de Estrés. La mayoría de estas son conductas se llevan a cabo para evitar el malestar detonado por los estresores, y la autoinculpción se asocia como parte de la emocionalidad propia de la experiencia del estrés (Crockett et al., 2007; Lazarus; 1993; Lazarus & Folkman, 1986; Patiño Rodríguez & Kirchner Nebot, 2011; Sosa & Zubieta, 2010).

También se observaron correlaciones positivas y estadísticamente significativas entre un elevado nivel de Estrés aculturativo y las estrategias que apuntan a hablar con otros sobre el problema, realizar otras actividades para no pensar en el problema y buscar apoyo entre compatriotas. Al aumentar el nivel de estrés, los colombianos intentarán apelar a estrategias adaptativas, pero el resultado de la adopción de éstas no necesariamente va a ser valorado como suficiente, exitoso o percibido por ellos, entonces no podrán mitigar el Estrés aculturativo padecido (Castro Solano & Lupano Perugini, 2013; Crockett et al., 2007; Sosa & Zubieta, 2010; Ugalde-Watson et al., 2011).

Con el estudio de las correlaciones entre las Estrategias de afrontamiento y los factores del estrés aculturativo, se confirmaron las relaciones definidas de manera general. Los cuatro factores se

Relaciones entre las estrategias de aculturación, el nivel de estrés aculturativo y las estrategias de afrontamiento en estudiantes universitarios colombianos residentes en Buenos Aires

Amaya Méndez Valentina

Lic. en Psicología

relacionaron de forma similar con las estrategias de afrontamiento adaptativas y desadaptativas. Los hallazgos más significativos de este análisis fueron que el factor Social y el Familiar se correlacionaron positiva y significativamente con la estrategia que refiere a la reducción de la tensión por distintos medios, es decir evitar el malestar desencadenado por los estresores haciendo ejercicio, comiendo, o consumiendo sustancias (Crockett et al., 2007; Lazarus, 1993). En estos casos, el estrés que experimentan los participantes impacta en el uso de esta estrategia evitativa y desadaptativa, que coincide con los hallazgos de distintos estudios (Belizaire & Fuertes, 2011; Carver et al., 1989; Collazos et al., 2008; Crockett et al., 2007; Lazarus, 1993).

Con todos estos hallazgos sobre las relaciones entre el nivel de Estrés y las Estrategias para afrontarlo, fue evidente que la relación planteada en la hipótesis no es unívoca. Independientemente de la clasificación realizada por Carver y otros (1989) entre estrategias adaptativas y desadaptativas, lo que se debe evaluar es el resultado de la puesta en marcha de estos esfuerzos, pues no siempre aquello que se considera adaptativo va a llevar a resultados favorables para la salud física y psicológica de los individuos (Lazarus, 1993).

IX. Referencias

- Akhtar, M. & Kröner-Herwig, B. (2015). Acculturative Stress Among International Students in Context of Socio-Demographic Variables and Coping Styles. *Current Psychology*. doi:10.1007/s12144-015-9303-4
- Belizaire L. S.; & Fuertes J. N. (2011). Attachment, Coping, Acculturative Stress and Quality of Life Among Haitian Immigrants. *Journal of Counseling and Development*, 89(1), 89-97. doi:10.1002/j.1556-6678.2011.tb00064.x
- Benatuil, D., & Laurito, J. (2010). La adaptación cultural en estudiantes extranjeros. *Psicodebate*, 10, 119. doi:10.18682/pd.v10i0.392
- Berry, J. W. (1997). Immigration, Acculturation, and Adaptation. *Applied Psychology: An International Review*, 46(1), 5-34. doi:10.1111/j.1464-0597.1997.tb01087.x
- Berry, J. W. (2005). Acculturation: Living successfully in two cultures. *International Journal of Intercultural Relations*, 29(6), 697-712. doi:10.1016/j.ijintrel.2005.07.013
- Berry, J. W.; Poortinga, Y. P.; Segall, M. H. & Dasen, P. R. (2002). *Cross-cultural psychology: Research and applications*. Cambridge, Reino Unido: Cambridge University Press
- Caplan, S. (2007). Latinos, Acculturation, and Acculturative Stress: A Dimensional Concept Analysis. *Policy, Politics & Nursing Practice*, 8(2), 93-106. doi:10.1177/1527154407301751
- Carver, C. S., Scheier, M. F., & Weintraub, J. K. (1989). Assessing coping strategies: A theoretically based approach. *Journal of Personality and Social Psychology*, 56(2), 267-283. doi:10.1037/0022-3514.56.2.267
- Castellá Sarriera, J. (2003). Estudios Actuales sobre Aculturación en Latinos: Revisión y Nuevas Perspectivas. *Revista Interamericana de Psicología*, 37(2), 341-364
- Castro Solano, A. (2011). Estrategias de aculturación y adaptación psicológica y sociocultural de estudiantes extranjeros en la Argentina. *Interdisciplinaria: Revista de Psicología y Ciencias Afines*, 28(1), 115-130.
- Castro Solano, A. & Lupano Perugini, M. L. (2013). Predictores de la adaptación sociocultural de estudiantes universitarios extranjeros en Argentina. *Interdisciplinaria: Revista de Psicología y Ciencias Afines*, 30(2). doi:10.16888/interd.2013.30.2.6
- Collazos, F.; Qureshi, A.; Antonin, M. & Tomas-Sabado, J. (2008). Estrés aculturativo y salud mental en la población inmigrante. *Papeles del Psicólogo*, 29(3), 307-315
- Crockett, L. J., Iturbide, M. I., Torres Stone, R. A., McGinley, M. & Raffaelli, M. (2007). Acculturative stress, social support, and coping: Relations to psychological adjustment among Mexican American college students. *Cultural Diversity and Ethnic Minority Psychology*, 13(4), 347-355. doi:10.1037/1099-9809.13.4.347
- Cuadrado, E., Tabernero, C. & Briones, E. (2014). Dispositional and Psychosocial Variables as Longitudinal Predictors of Acculturative Stress. *Applied Psychology: An International Review*, 63(3), 441-479. doi:10.1111/j.1464-0597.2012.00531.x
- Dirección Nacional de Migraciones. (2015). *Argentina es el país de América Latina con más inmigrantes*. Recuperado el 09 de octubre de 2015, desde http://www.migraciones.gov.ar/accesible/indexN.php?mostrar_novedad=2738
- Fajardo, M; Patiño, I. M. & Patiño, C. (2008). Estudios actuales sobre aculturación y salud mental e inmigrantes: revisión y perspectivas. *Revista Iberoamericana de Psicología: Ciencia y Tecnología*, (1), 39-50
- Falconier, M. K., Nussbeck, F. & Bodenmann, G. (2013). Immigration Stress and Relationship Satisfaction in Latino Couples: The Role of Dyadic Coping. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 32(8), 813-843. doi:10.1521/jscp.2013.32.8.813

- Folkman, S. (1982). An approach to the measurement of coping. *Journal of Occupational Behaviour*, 3(1), 95–107. doi:10.1002/job.4030030108
- Fuertes, J. N. & Westbrook, F. D. (1996). Using the social, attitudinal, familial, and environmental (S.A.F.E.) acculturation stress scale. *Measurement & Evaluation in Counseling & Development*, 29(2), 67-76.
- Gómez, J., Miranda, R., & Polanco, L. (2011). Acculturative Stress, Perceived Discrimination, and Vulnerability to Suicide Attempts Among Emerging Adults. *Journal of Youth and Adolescence*, 40(11), 1465–1476. doi:10.1007/s10964-011-9688-9
- González, E., Jensen F., & J. P. Suárez Rodríguez. (2016). *La migración colombiana en Argentina*. Buenos Aires: American
- Kosic, A. (2004). Acculturation strategies, coping process and acculturative stress. *Scandinavian Journal of Psychology*, 45(4), 269–278. doi:10.1111/j.1467-9450.2004.00405.x
- Lazarus, R. S. (1993). Coping theory and research: past, present, and future. *Psychosomatic Medicine*, 55(3), 234–247. doi:10.1097/00006842-199305000-00002
- Lazarus, R. S. & Folkman, S. (1986). *Estrés y procesos cognitivos*. Barcelona: Martínez Roca
- Macías, M. A.; Madariaga Orozco, C.; Valle Amarís, M. & Zambrano, J. (2013). Estrategias de afrontamiento individual y familiar frente a situaciones de estrés psicológico. *Psicología desde el Caribe*, 30(1), 123-145.
- Melella, C. (2014). Migraciones emergentes hacia la Argentina: colombianos y ecuatorianos. Breve panorama y estrategias de inserción cultural. *Si Somos Americanos. Revista de estudios transfronterizos*, 14(2), 15–46. doi:10.4067/s0719-09482014000200002
- Mena, F. J., Padilla, A. M. & Maldonado, M. (1987). Acculturative Stress and Specific Coping Strategies among Immigrant and Later Generation College Students. *Hispanic Journal of Behavioral Sciences*, 9(2), 207–225. doi:10.1177/07399863870092006
- Mikulik, I. M. & Crespi, M. C. (2008). Adaptación y validación del inventario de respuestas de afrontamiento de Moos (CRI-A) para adultos. *Anuario de Investigaciones*, 15, 305-312
- Miranda, A. O. & Matheny, K. B. (2000). Socio-psychological Predictors of Acculturative Stress Among Latino Adults. *Journal of Mental Health Counseling*, 22(4), 306-317.
- Morán, C., Landero, R. & González, M.T. (2010). COPE-28: un análisis psicométrico de la versión en español del Brief COPE. *Universitas Psychologica*, 9(2), 543-552.
- Navas Luque, M.; Pumares, P.; Sánchez, J.; García, M.C.; Rojas, A.J.; Cuadrado, I.; Asensio, M.; Fernández, J.S. (2004). Estrategias y actitudes de aculturación: la perspectiva de los inmigrantes y de los autóctonos en Almería. *Revista de Sociología*, 77, 225-234. doi:10.5565/rev/papers/v77n0.939
- Observatorio de Comercio Internacional de Buenos Aires. (2013). *Estudiantes internacionales: “quiénes son, de dónde vienen, qué hacen y qué opinan”. Un diagnóstico en base a 587 alumnos encuestados*. Recuperado el 29 de octubre de 2015, desde <https://www.estadisticaciudad.gob.ar/eyc/?p=39245>
- Ojeda García, A., Cuenca Vázquez, J., & Espinosa Garduño, D. I. (2008). Comunicación y afrontamiento como estrategias individuales que buscan facilitar la adaptación social en población migrante. *Migración Y desarrollo*, (11), 79-95
- Organización de las Naciones Unidas. (2013, febrero 26). *Argentina: OIM reporta aumento de inmigración*. Recuperado el 10 de noviembre de 2015, desde <http://www.un.org/spanish/News/story.asp?NewsID=25775#.VkNilbcvfiU>
- Orozco Vargas, A. E. (2013). Migración y estrés aculturativo: una perspectiva teórica sobre aspectos psicológicos y sociales presentes en los migrantes latinos en Estados Unidos. *Norteamérica*, 8(1), 7–44. doi:10.1016/s1870-3550(13)71765-8
- Patiño Rodríguez, C. & Kirchner Nebot, T. (2011). Estrés migratorio y sintomatología depresiva: Rol mediador del afrontamiento. *Revista Mexicana de Psicología*, 28(2), 151-160

- Retortillo Osuna, A. (2010). El nivel educativo como factor de inclusión social de la población inmigrante desde la perspectiva de la aculturación. *Revista Interuniversitaria de Formación del Profesorado*, 69(24), 59-72
- Revollo, H.-W., Qureshi, A., Collazos, F., Valero, S. & Casas, M. (2011). Acculturative Stress as a Risk Factor of Depression and Anxiety in the Latin American Immigrant Population. *International Review of Psychiatry*, 23(1), 84–92. doi:10.3109/09540261.2010.545988
- Salvador, C. M.; Pozo, C. & Alonso, E. (2010). Estrategias comportamentales de aculturación y síndrome de Ulises de los inmigrantes latinoamericanos. *Boletín de Psicología*, 98, 55-72
- Sánchez, M.; Dillon, F.; Ruffin, B. & De La Rosa, M. (2012). The Influence of Religious Coping on the Acculturative Stress of Recent Latino Immigrants. *Journal of Ethnic & Cultural Diversity in Social Work*, 21(3), 171-194. doi:10.1080/15313204.2012.700443
- Sánchez Márquez, G. & López Miguel, M. J. (2008). Ansiedad y modos de aculturación en la población inmigrante. *Apuntes de Psicología*, 26(3), 399-410
- Smart, J. F., & Smart, D. W. (1995). Acculturative Stress of Hispanics: Loss and Challenge. *Journal of Counseling & Development*, 73(4), 390–396. doi:10.1002/j.1556-6676.1995.tb01770.x
- Sosa, F. M. (noviembre, 2011). *Aculturación psicológica y adaptación sociocultural en estudiantes universitarios migrantes y no migrantes* [En línea]. 3er Congreso Internacional de Investigación, 15 al 17 de noviembre de 2011, La Plata. Recuperado el 10 de noviembre de 2015, desde http://www.memoria.fahce.unlp.edu.ar/trab_eventos/ev.1545/ev.1545.pdf
- Sosa, F., & Zubieta, E. (2010). Afrontamiento y aculturación en estudiantes universitarios [en línea], *Revista de Psicología*, 6(12), 65-84. Recuperado el 10 de noviembre de 2015, desde <http://bibliotecadigital.uca.edu.ar/repositorio/revistas/afrontamiento-aculturacion-estudiantesuniversitarios.pdf>
- Torres, L. & Rollock, D. (2004). Acculturative Distress Among Hispanics: The Role of Acculturation, Coping, and Intercultural Competence. *Journal of Multicultural Counseling & Development*, 32(3), 155–167. doi:10.1002/j.2161-1912.2004.tb00368.x
- Ugalde-Watson, K.; Smith-Castro, V. Moreno-Salas, M.; & Rodríguez-García, J. M. (2011). Estructura, correlatos y predictores del estrés por aculturación. El caso de personas refugiadas colombianas en Costa Rica. *Universitas Psychologica*, 10(3), 759-774
- Zlobina, A., Basabe, N., Páez, D., & Furnham, A. (2006). Sociocultural adjustment of immigrants: Universal and group-specific predictors. *International Journal of Intercultural Relations*, 30(2), 195–211. doi:10.1016/j.ijintrel.2005.07.005

X. Anexos

A. Instrumentos

- Cuestionario Sociodemográfico

Por favor complete la información solicitada, llenando los datos en la columna de la derecha. En caso de que haya opciones, marque con una X aquella que corresponda a su situación. Responda con honestidad, recuerde que la información es confidencial.

Nacionalidad				
Edad				
Género				
Estado civil				
¿Familiares (padres, hermanos, abuelos, primos, tíos) de nacionalidad argentina?	Si		No	
Nivel educativo máximo alcanzado	Universitario incompleto	Universitario completo	Posgrado incompleto	Posgrado incompleto
¿Estudios universitarios en curso?	Si		No	
Universidad	Pública		Privada	
Carrera				
¿Trabaja actualmente?	Si		No	
Motivo del viaje a la Argentina (elijá una)	Situación económica		Atractivo cultural	
	Prestigio académico		Otro:	
Fecha de llegada a Argentina				

Lugar actual de residencia	Ciudad de Buenos Aires	Provincia de Buenos Aires
Con quién convive	Solo	Familia
	Amigos	Pareja
Situación migratoria	Sin DNI	DNI en trámite
	Residencia precaria	DNI permanente
Fuente principal de ingresos	Beca	Padres/Familia
	Ingresos personales	Préstamo
	Ahorro	Otro:

- Escala de aculturación de Berry, adaptada por Piontkowski y Florack (1995)

A continuación, vas a leer unas frases. Tu tarea consiste en valorarlas expresando tu grado de acuerdo o desacuerdo. Escribe al finalizar cada oración el número que corresponda con la opción con la que más te identifiques.

1= Muy en desacuerdo	2= En desacuerdo	3= Ni en desacuerdo ni de acuerdo	4= De acuerdo	5= Muy de acuerdo
----------------------	------------------	-----------------------------------	---------------	-------------------

- a. Los inmigrantes latinoamericanos que viven en Argentina deberían mantener su cultura y a la vez adoptar la cultura argentina.
- b. Los inmigrantes latinoamericanos que viven en Argentina deberían mantener su cultura de origen, pero no deberían mezclarla con la cultura argentina.
- c. Los inmigrantes latinoamericanos que viven en Argentina deberían renunciar a su cultura de origen y adoptar la cultura argentina.
- d. Los inmigrantes latinoamericanos que viven en Argentina no deberían mantener su cultura y tampoco adoptar la cultura argentina, porque, en cualquier caso, debería haber menos inmigración en este país.
- e. El que los inmigrantes latinoamericanos que viven en Argentina mantengan su cultura de origen o adopten la cultura argentina no hace diferencias, porque cada persona es libre de adoptar la cultura de su elección.

- Escala de Estrés de Aculturación Social, Actitudinal, Familiar, Ambiental (SAFE) de Mena, Padilla y Maldonado (1987) traducida al español

A continuación, se presenta una lista de 24 afirmaciones con situaciones que puedes haber experimentado a consecuencia estar viviendo en un país que no es el de tu cultura de origen. Al final de cada oración pon el número que refleje qué tan estresante resulta para ti haber vivido o estar atravesando estas situaciones. En caso de no que no hayas experimentado lo descrito, por favor escribe un cero (0) después de la oración.

0= <i>No he vivido esto.</i>	1= <i>No es estresante</i>	2 = <i>Es un poco estresante</i>	3 = <i>Es estresante</i>	4 = <i>Es muy estresante</i>	5 = <i>Es demasiado estresante</i>
------------------------------	----------------------------	----------------------------------	--------------------------	------------------------------	------------------------------------

1. Me siento incómodo/a cuando otras personas hacen chistes, burlas o menosprecian a las personas de mi cultura.
2. Tengo más barreras que superar que la mayoría de la gente.
3. Me molesta que mis familiares cercanos no entiendan mis nuevos valores.
4. Las expectativas que tienen mis familiares y yo sobre mi futuro son conflictivas.
5. Es difícil expresarle a mis amigos cómo me siento en realidad.
6. Mi familia no quiere que me mude pero yo sí quiero hacerlo.
7. Me molesta pensar que muchas personas consumen drogas.
8. Me molesta no poder estar con mi familia.
9. A veces siento que mi etnicidad es una limitación cuando busco trabajo.
10. No tengo amigos cercanos.
11. Muchas personas tienen estereotipos sobre mi cultura y me tratan como si estos fuesen ciertos.
12. No me siento en casa.
13. Frecuentemente siento que las personas entorpecen activamente que yo avance.
14. Me molesta cuando las personas me presionan para asimilar algo.
15. A menudo me siento ignorado/a por personas que se supone que deberían ayudarme.
16. Porque que soy diferente no recibo tanto crédito por el trabajo que hago.
17. Me molesta tener acento.
18. Soltar los lazos en mi país es difícil.

19. Pienso con frecuencia en mi pasado cultural.
20. Por mi origen étnico siento que otros me excluyen a menudo de participar en sus actividades.
21. Me es difícil presumir de mi familia.
22. La gente me desprecia si practico alguna costumbre de mi cultura.
23. Tengo problemas para entender a los demás cuando hablan. Tengo problemas para entender a los demás cuando hablan.

Ahora ten en cuenta esta lista con 9 formas de encarar situaciones estresantes. Para cada una de las 23 oraciones que ya evaluaste, escribe la letra que corresponda a la estrategia que más uses para la experiencia descrita.

- A. Trato activamente de averiguar más sobre la situación y tomar alguna acción positiva y planificada.
- B. Hablo con otros sobre el problema (amigos, parientes).
- C. No me preocupo. Probablemente todo va a salir bien.
- D. Me involucro con otras actividades para mantener mi mente lejos del problema.
- E. Rezo y/o consulto un sacerdote o cura.
- F. Busco consejo profesional (fisioterapeuta, psicológico, guía)
- G. Aprendo de mis experiencias pasadas, quizás situaciones similares puedan ayudar.
- H. Busco apoyo de miembros de mi grupo cultural.
- I. Trato de reducir la tensión (como, tomo, me drogo, fumo, más ejercicio).

- Cuestionario COPE- 28 (Según el original de Carver, 1997, adaptado por Morán, Landero y González, 2010)

Las frases que aparecen a continuación describen formas de pensar, sentir o comportarse, que la gente suele utilizar para enfrentarse a los problemas personales o situaciones difíciles que en la vida causan tensión o estrés. Las formas de enfrentarse a los problemas, como las que aquí se describen, no son ni buenas ni malas, ni tampoco unas son mejores o peores que otras. Simplemente, ciertas personas utilizan más unas formas que otras. Ponga 0, 1, 2 ó 3 en el

espacio dejado al principio, es decir, el número que mejor refleje su propia forma de enfrentarse a ello, al problema. Gracias.

0 = Nunca lo hago	1 = A veces lo hago	2 = La mayoría de las veces lo hago	3 = Siempre hago esto
-------------------	---------------------	-------------------------------------	-----------------------

1. ----- Intento conseguir que alguien me ayude o aconseje sobre qué hacer.
2. ----- Concentro mis esfuerzos en hacer algo sobre la situación en la que estoy.
3. ----- Acepto la realidad de lo que ha sucedido.
4. ----- Recorro al trabajo o a otras actividades para apartar las cosas de mi mente.
5. ----- Me digo a mí mismo "esto no es real".
6. ----- Intento proponer una estrategia sobre qué hacer.
7. ----- Hago bromas sobre ello.
8. ----- Me critico a mí mismo.
9. ----- Consigo apoyo emocional de otros.
10. ----- Tomo medidas para intentar que la situación mejore.
11. ----- Renuncio a intentar ocuparme de ello.
12. ----- Digo cosas para dar rienda suelta a mis sentimientos desagradables.
13. ----- Me niego a creer que haya sucedido.
14. ----- Intento verlo con otros ojos, para hacer que parezca más positivo.
15. ----- Utilizo alcohol u otras drogas para hacerme sentir mejor.
16. ----- Intento hallar consuelo en mi religión o creencias espirituales.
17. ----- Consigo el consuelo y la comprensión de alguien.
18. ----- Busco algo bueno en lo que está sucediendo.
19. ----- Me río de la situación.
20. ----- Rezo o medito.
21. ----- Aprendo a vivir con ello.
22. ----- Hago algo para pensar menos en ello, tal como ir al cine o ver la televisión.
23. ----- Expreso mis sentimientos negativos.
24. ----- Utilizo alcohol u otras drogas para ayudarme a superarlo.
25. ----- Renuncio al intento de hacer frente al problema.
26. ----- Pienso detenidamente sobre los pasos a seguir.
27. ----- Me echo la culpa de lo que ha sucedido.
28. ----- Consigo que otras personas me ayuden o aconsejen.

B. Tablas

A continuación, se presentan tablas de resultados de pruebas ANOVA para las Estrategias de afrontamiento adaptativas y desadaptativas según rango etario, motivo de viaje y tiempo en la Argentina (Tabla 1 a 3); y para las Estrategias de afrontamiento del COPE-28 según motivo de viaje a la Argentina y tiempo en la Argentina (Tabla 4 y 5). También se presentan las correlaciones entre las Estrategias aculturativas de Separación y de Asimilación con las Estrategias de afrontamiento para el COPE-28 (Tabla 6 y 7).

Tabla 1: Estadísticos descriptivos de Estrategias de afrontamiento adaptativas y desadaptativas para COPE-28 según rango etario

		Media	DE	IC la media al 95%		ANOVA	
				Límite inferior	Límite superior	F	p
Afrontamiento adaptativo	Hasta 20 años (n = 23)	3,9435	,76463	3,6128	4,2741	,949	,418
	20 a 25 años (n= 65)	3,5602	,82199	3,3565	3,7638		
	25 a 30 años (n = 63)	3,6733	1,05706	3,4071	3,9395		
	Más de 30 años (n= 30)	3,6607	1,02043	3,2796	4,0417		
Afrontamiento desadaptativo	Hasta 20 años (n = 23)	1,7170	,66377	1,4299	2,0040	1,495	,217
	20 a 25 años (n= 65)	1,7822	,76762	1,5919	1,9724		
	25 a 30 años (n = 63)	1,9497	,84180	1,7377	2,1617		
	Más de 30 años (n= 30)	2,1053	1,00477	1,7301	2,4805		

Tabla 2: Estadísticos descriptivos de Estrategias de afrontamiento adaptativas y desadaptativas para COPE-28 según motivo de viaje

		Media	DE	IC al 95%		ANOVA	
				Límite inferior	Límite superior	F	p
Afrontamiento adaptativo	Situación económica (n = 25)	3,6776	,85400	3,3251	4,0301	,075	,973
	Prestigio académico (n = 131)	3,6524	,92094	3,4933	3,8116		
	Atractivo cultural (n= 23)	3,6983	1,08657	3,2284	4,1681		
	Otro (n = 2)	3,9400	2,03647	-14,3569	22,2369		
Afrontamiento desadaptativo	Situación económica (n = 25)	2,0128	,89379	1,6439	2,3817	,521	,668
	Prestigio académico (n = 131)	1,8893	,83187	1,7455	2,0331		
	Atractivo cultural (n= 23)	1,7174	,78212	1,3792	2,0556		
	Otro (n = 2)	2,0000	,00000	2,0000	2,0000		

Tabla 3: Estadísticos descriptivos de Estrategias de afrontamiento adaptativas y desadaptativas para COPE-28 según tiempo en la Argentina

		Media	DE	IC al 95%		ANOVA	
				Límite inferior	Límite superior	F	p
Afrontamiento adaptativo	Hasta 5 años (n = 154)	3,6658	,89756	3,5230	3,8087	,001	,975
	Más de 5 años (n = 27)	3,6596	1,15729	3,2018	4,1174		
Afrontamiento desadaptativo	Hasta 5 años (n = 154)	1,8593	,77899	1,7353	1,9833	1,052	,306
	Más de 5 años (n = 27)	2,0367	1,07609	1,6110	2,4624		

Relaciones entre las estrategias de aculturación, el nivel de estrés aculturativo y las estrategias de afrontamiento en estudiantes universitarios colombianos residentes en Buenos Aires

Amaya Méndez Valentina

Lic. en Psicología

Tabla 4: Estadísticos descriptivos de Estrategias de afrontamiento para COPE-28 según el motivo de viaje a la Argentina

		Media	DE	IC al 95%		ANOVA	
				Límite inferior	Límite superior	F	p
Afrontamiento activo	Situación económica (n = 25)	4,16	1,179	3,67	4,65	1,428	,236
	Prestigio académico (n = 131)	4,61	1,141	4,41	4,81		
	Atractivo cultural (n= 23)	4,30	1,295	3,74	4,86		
	Otro (n = 2)	5,00	1,414	-7,71	17,71		
Planificación	Situación económica (n = 25)	4,24	1,234	3,73	4,75	,745	,527
	Prestigio académico (n = 131)	4,40	1,239	4,19	4,62		
	Atractivo cultural (n= 23)	4,09	1,505	3,44	4,74		
	Otro (n = 2)	3,50	2,121	-15,56	22,56		
Apoyo emocional	Situación económica (n = 25)	3,28	1,621	2,61	3,95	1,464	,226
	Prestigio académico (n = 131)	3,19	1,741	2,89	3,49		
	Atractivo cultural (n= 23)	3,61	1,924	2,78	4,44		
	Otro (n = 2)	5,50	,707	-,85	11,85		
Apoyo social	Situación económica (n = 25)	3,20	1,555	2,56	3,84	,406	,749
	Prestigio académico (n = 131)	3,05	1,635	2,76	3,33		
	Atractivo cultural (n= 23)	2,87	1,325	2,30	3,44		
	Otro (n = 2)	4,00	2,828	-21,41	29,41		
Religión	Situación económica (n = 25)	2,80	2,198	1,89	3,71	,240	,868
	Prestigio académico (n = 131)	2,53	1,959	2,19	2,87		
	Atractivo cultural (n= 23)	2,35	2,124	1,43	3,27		
	Otro (n = 2)	3,00	4,243	-35,12	41,12		
Reevaluación positiva	Situación económica (n = 25)	3,96	1,274	3,43	4,49	,640	,590
	Prestigio académico (n = 131)	3,87	1,400	3,63	4,11		
	Atractivo cultural (n= 23)	4,17	1,154	3,67	4,67		
	Otro (n = 2)	3,00	1,414	-9,71	15,71		
Aceptación	Situación económica (n = 25)	4,28	1,208	3,78	4,78	,852	,467
	Prestigio académico (n = 131)	3,99	1,193	3,79	4,20		
	Atractivo cultural (n= 23)	4,30	1,020	3,86	4,75		
	Otro (n = 2)	4,50	,707	-1,85	10,85		
Negación	Situación económica (n = 25)	,92	1,152	,44	1,40	1,045	,374
	Prestigio académico (n = 131)	,66	1,035	,49	,84		
	Atractivo cultural (n= 23)	,48	,846	,11	,84		
	Otro (n = 2)	,00	,000	,00	,00		
Humor	Situación económica (n = 25)	3,48	1,418	2,89	4,07	,325	,807
	Prestigio académico (n = 131)	3,56	1,819	3,24	3,87		
	Atractivo cultural (n= 23)	3,87	1,392	3,27	4,47		
	Otro (n = 2)	3,00	2,828	-22,41	28,41		
Autodistracción	Situación económica (n = 25)	3,40	1,683	2,71	4,09	,082	,970
	Prestigio académico (n = 131)	3,57	1,554	3,30	3,84		
	Atractivo cultural (n= 23)	3,57	1,854	2,76	4,37		
	Otro (n = 2)	3,50	,707	-2,85	9,85		
Autoinculpación	Situación económica (n = 25)	3,08	1,824	2,33	3,83	1,065	,365
	Prestigio académico (n = 131)	2,80	1,516	2,54	3,06		
	Atractivo cultural (n= 23)	2,35	1,402	1,74	2,95		
	Otro (n = 2)	3,50	,707	-2,85	9,85		
Desconexión	Situación económica (n = 25)	1,28	1,242	,77	1,79	,953	,416
	Prestigio académico (n = 131)	1,02	1,180	,82	1,23		
	Atractivo cultural (n= 23)	,74	1,096	,27	1,21		
	Otro (n = 2)	1,50	,707	-4,85	7,85		
Desahogo	Situación económica (n = 25)	2,76	1,393	2,19	3,33	,819	,485
	Prestigio académico (n = 131)	2,37	1,511	2,11	2,64		
	Atractivo cultural (n= 23)	2,39	1,469	1,76	3,03		
	Otro (n = 2)	3,50	,707	-2,85	9,85		
Uso de sustancias	Situación económica (n = 25)	,64	1,114	,18	1,10	,496	,686
	Prestigio académico (n = 131)	,90	1,508	,64	1,16		
	Atractivo cultural (n= 23)	,78	1,126	,30	1,27		
	Otro (n = 2)	,00	,000	,00	,00		

Relaciones entre las estrategias de aculturación, el nivel de estrés aculturativo y las estrategias de afrontamiento en estudiantes universitarios colombianos residentes en Buenos Aires

Amaya Méndez Valentina

Lic. en Psicología

Tabla 5: Estadísticos descriptivos de las Estrategias de afrontamiento para COPE-28 según el tiempo en Argentina

		Media	DE	IC al 95%		ANOVA	
				Límite inferior	Límite superior	F	p
Afrontamiento activo	Hasta 5 años (n = 154)	4,55	1,150	4,36	4,73	,752	,387
	Más de 5 años (n = 27)	4,33	1,301	3,82	4,85		
Planificación	Hasta 5 años (n = 154)	4,37	1,220	4,18	4,56	,943	,333
	Más de 5 años (n = 27)	4,11	1,577	3,49	4,73		
Apoyo emocional	Hasta 5 años (n = 154)	3,25	1,709	2,98	3,53	,272	,602
	Más de 5 años (n = 27)	3,44	2,006	2,65	4,24		
Apoyo social	Hasta 5 años (n = 154)	3,05	1,604	2,80	3,31	,004	,947
	Más de 5 años (n = 27)	3,07	1,542	2,46	3,68		
Religión	Hasta 5 años (n = 154)	2,49	1,984	2,17	2,80	,908	,342
	Más de 5 años (n = 27)	2,89	2,225	2,01	3,77		
Reevaluación positiva	Hasta 5 años (n = 154)	3,92	1,331	3,71	4,13	,062	,804
	Más de 5 años (n = 27)	3,85	1,486	3,26	4,44		
Aceptación	Hasta 5 años (n = 154)	4,08	1,149	3,90	4,27	,037	,847
	Más de 5 años (n = 27)	4,04	1,315	3,52	4,56		
Negación	Hasta 5 años (n = 154)	,66	1,049	,50	,83	,037	,848
	Más de 5 años (n = 27)	,70	,912	,34	1,06		
Humor	Hasta 5 años (n = 154)	3,59	1,725	3,32	3,87	,041	,841
	Más de 5 años (n = 27)	3,52	1,718	2,84	4,20		
Autodistracción	Hasta 5 años (n = 154)	3,53	1,556	3,28	3,78	,085	,771
	Más de 5 años (n = 27)	3,63	1,843	2,90	4,36		
Autoinculpación	Hasta 5 años (n = 154)	2,75	1,502	2,51	2,99	,809	,370
	Más de 5 años (n = 27)	3,04	1,786	2,33	3,74		
Desconexión	Hasta 5 años (n = 154)	1,04	1,160	,85	1,22	,095	,758
	Más de 5 años (n = 27)	,96	1,285	,45	1,47		
Desahogo	Hasta 5 años (n = 154)	2,37	1,468	2,14	2,60	2,439	,120
	Más de 5 años (n = 27)	2,85	1,537	2,24	3,46		
Uso de sustancias	Hasta 5 años (n = 154)	,81	1,358	,59	1,02	,622	,431
	Más de 5 años (n = 27)	1,04	1,675	,37	1,70		

Tabla 6: Correlaciones Estrategia aculturativa de Separación y Estrategias de afrontamiento para COPE-28

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
1	1	,054 (,467)	-,041 (,584)	-,060 (,419)	,021 (,776)	,039 (,605)	,037 (,621)	,071 (,344)	,065 (,382)	,082 (,270)	,064 (,389)	,043 (,568)	,025 (,740)	-,043 (,569)	,001 (,988)

** La correlación es significativa al nivel 0,01 (bilateral).
 * La correlación es significativa al nivel 0,05 (bilateral).
Referencia: 1: Separación; 2: Afrontamiento activo; 3: Planificación; 4: Apoyo emocional; 5: Apoyo social; 6: Religión; 7: Reevaluación positiva; 8: Aceptación; 9: Negación; 10: Humor; 11: Autodistracción; 12: Autoinculpación; 13: Desconexión; 14: Desahogo; 15: Uso de sustancias

Tabla 7: Correlaciones Estrategia aculturativa de Asimilación y Estrategias de Afrontamiento para COPE-28

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
1	1	,010 (,894)	-,033 (,657)	-,052 (,487)	,040 (,597)	,060 (,419)	-,021 (,782)	,013 (,861)	-,061 (,416)	,046 (,538)	-,030 (,691)	-,092 (,218)	-,049 (,514)	-,123 (,098)	,008 (,914)

** La correlación es significativa al nivel 0,01 (bilateral). * La correlación es significativa al nivel 0,05 (bilateral). (valor p)
Referencia: 1: Asimilación; 2: Afrontamiento activo; 3: Planificación; 4: Apoyo emocional; 5: Apoyo social; 6: Religión; 7: Reevaluación positiva; 8: Aceptación; 9: Negación; 10: Humor; 11: Autodistracción; 12: Autoinculpación; 13: Desconexión; 14: Desahogo; 15: Uso de sustancias