

UNIVERSIDAD AUTÓNOMA “JUAN MISAEL SARACHO”
FACULTAD DE HUMANIDADES
CARRERA DE PSICOLOGÍA



**“ESTRATEGIAS DE AFRONTAMIENTO A LOS SUCESOS
CRÍTICOS DE ENVEJECIMIENTO EN MUJERES ADULTAS DE
45 Y 55 AÑOS DE LA CIUDAD DE TARIJA”**

POR:

**MANU RAMIREZ EMPERATRIZ
ORTEGA JARAMILLO DEYSI**

Trabajo de investigación presentado a consideración de la UNIVERSIDAD AUTÓNOMA “JUAN MISAEL SARACHO” como requisito para optar el grado académico de LICENCIATURA EN PSICOLOGÍA.

Mayo2011

TARIJA – BOLIVIA

APROBADO POR:

Msc. Lic. Verónica Gonzales
**DOCENTE DE LA MATERIA ACTIVIDAD
DE PROFESIONALIZACIÓN III**

Msc. Lic. Javier Blades Pacheco
**DIRECTORADEPARTAMENTO DE CIENCIAS SOCIALES Y
PSICOLOGÍA EDUCATIVA – DEPARTAMENTO DE
PSICOLOGÍA CLÍNICA Y GENERAL**

Msc. Lic. Bismarck Gutiérrez
**DECANO FACULTAD
HUMANIDADES**

Msc. Lic. Giovanna Barrero
**VICEDECANA FACULTAD
HUMANIDADES**

TRIBUNALES:

TRIBUNAL 1

TRIBUNAL 2

TRIBUNAL 3

El tribunal calificador del presente trabajo de investigación no se solidariza con la forma, términos, modos y expresiones utilizadas en el mismo, siendo estos únicamente responsabilidad de las autoras.

AGRADECIMIENTOS

A Dios, por guiar cada paso en mi vida, a mis padres por todo el amor y paciencia incondicional, a mis hermanos por la confianza y cariño depositado en mí.

(Emperatriz Manu Ramirez)

AGRADECIMIENTOS

A Dios, a mis padres y mi esposo por su amor
y confianza en mí.

(Deysi Ortega Jaramillo)

DEDICATORIA

A mis amados padres Ceferino y Ana por ser ejemplo en mi vida, siendo mis guías para prepararme en los senderos que me faltan por recorrer.

(Emperatriz Manu Ramirez)

DEDICATORIA

A mis padres Donato y Marlene, a mi esposo y
mis hijas.

(Deysi Ortega Jaramillo)

ÍNDICE

Resumen	
Introducción	1

CAPÍTULO I PLANTEAMIENTO Y JUSTIFICACIÓN DEL PROBLEMA

1.1. Planteamiento del Problema	3
1.2. Justificación	5

CAPÍTULO II DISEÑO TEÓRICO

2.1. Formulación del Problema	6
2.2. Objetivos	6
2.2.1. Objetivo General	6
2.2.2. Objetivos Específicos	6
2.3. Hipótesis	6
2.3.1. Hipótesis Especificas	6
2.4. Operacionalización de Variables	9

CAPÍTULO III MARCO TEÓRICO

3.1. El Envejecimiento Femenino	10
3.2. Desarrollo Físico en la madurez	14
3.3. Desarrollo Psicologicos en la madurez	17
3.3. 1. Desarrollo Cognoscitivo en la madurez	17
3.4. Sucesos Críticos	20

3.4.1. Definición Estrategias de Afrontamiento	22
3.4.2. Afrontamiento Cognitivo.....	26
3.4.2.1. Solución de Problema	27
3.4.2.2. Evitación Cognitiva	27
3.4.2.3. Reevaluación Positiva.....	28
3.4.2.4. Negación.....	28
3.4.3. Afrontamiento Comportamental	28
3.4.3.1. Apoyo Social.....	29
3.4.3.2. Apoyo Profesional	29
3.4.3.3. Reacción Agresiva	30
3.4.3.4. Autonomía	30
3.4.4. Afrontamiento Afectivo.....	31
3.4.4.1. Espera	31
3.4.4.2. Religión.....	31
3.4.4.3. Evitación Emocional.....	32
3.4.4.4. Expresión de la dificultad de afrontamiento.....	32

CAPÍTULO IV

DISEÑO METODOLÓGICO

4.1. Tipificación de la Investigación	33
4.2. Población y Muestra	34
4.2.1. Población	34
4.2.2. Muestra	35
4.3. Métodos, Técnicas e Instrumentos.....	35
4.3.1. Métodos	36
4.3.2. Técnicas	36
4.3.3. Instrumentos	36
4.4. Procedimiento.....	37

CAPÍTULO V
ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN DE RESULTADOS

5.1. Objetivo Específico N° 1. Determinar las estrategias cognitivas de afrontamiento a los sucesos críticos de envejecimiento en mujeres adultas de 45 a 55 años.....	40
5.1.1. Conclusión de Objetivo	46
5.2. Objetivo Específico N° 2. Determinar las estrategias comportamentales de afrontamiento a los sucesos críticos de envejecimiento en mujeres adultas de 45 a 55 años	46
5.2.1. Conclusión de Objetivo	51
5.3. Objetivo Específico N° 3. Determinar las estrategias afectivas de afrontamiento a los sucesos críticos de envejecimiento en mujeres adultas de 45 a 55 años	51
5.3.1. Conclusión de Objetivo	55
5.3.2. Conclusión de Objetivo N° 4.....	56
5.4. Análisis de las Hipótesis.....	56

CAPÍTULO VI
CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

6.1. Conclusiones	58
6.2. Recomendaciones.....	58

BIBLIOGRAFÍA

ANEXOS

ÍNDICE DE CUADROS

Cuadro N° 1. Estrategias Cognitivas	40
Cuadro N° 2. Estrategias Cognitivas por Rango de edad.....	43
Cuadro N° 3. Estrategias Comportamentales.....	46
Cuadro N° 4. Estrategias Comportamentales por Rango de edad	49
Cuadro N° 5. Estrategias Afectivas	52
Cuadro N° 6. Estrategias Afectivas por Rango de edad.....	54

ÍNDICE DE ANEXOS

Anexo N°1 Programa de Intervención para Mujeres que Atraviesan los Sucesos Críticos del Envejecimiento de 45 a 55 años de edad.....	1
Anexo N°2 Escala de Estrategias de Coping – Modificada (EEC-M)	13
Anexo N°3 Cuestionario de Estrategias de Afrontamiento	16
Anexo N°4 Matriz de Datos de la Escala de Estrategias de Coping – Modificada.....	20
Anexo N°5 Matriz de Datos del Cuestionario de Estrategias de Afrontamiento	24
Anexo N°6 Estrategias Cognitivas - Cuestionario	28
Anexo N°7 Estrategias Comportamentales - Cuestionario	29
Anexo N°8 Estrategias Afectivas Cuestionario	30

RESUMEN

El envejecimiento implica un proceso de cambios biológicos, psicológicos y sociales que caracterizan la crisis normal del envejecimiento y que requiere el uso de estrategias de afrontamiento de parte de quien envejece. Esta crisis del desarrollo supone ciertas preocupaciones o desafíos de adaptación propios de la etapa vital.

El trabajo está referido principalmente a identificar las estrategias de afrontamiento (Coping) utilizadas por las mujeres de 45 a 55 años de edad de la Ciudad de Tarija que se encuentran en los Sucesos Críticos del envejecimiento.

Por las características diagnósticas, la presente investigación se enmarca en el *Área de la Psicología Clínica*, que se ocupa de los procesos de salud y enfermedad entendida holísticamente. La investigación se tipifica como un estudio *Exploratorio*, ya que es un tema de estudio nuevo dentro de la psicología clínica en Tarija y *Descriptiva*, porque el trabajo detalla cuáles son las estrategias de afrontamiento a los sucesos críticos de envejecimiento en mujeres adultas mayores de 45 a 55 años, que pueden servir de base a ser utilizadas como estrategias de intervención. De la misma manera es *Transversal* porque los datos fueron recogidos en un solo momento y en un determinado tiempo.

Es de carácter *Cuantitativa* porque se expresan algunas variables de manera porcentual-numérica, para ser procesada en diferentes cuadros para una mejor comprensión del estudio. Es *cuantitativa* por las características de la investigación por la forma que se realiza el análisis de todos los elementos que intervienen en las estrategias de afrontamiento.

Dentro de los instrumentos empleados se tienen: La Escala de Estrategias Coping – Modificada (EEC-M) y el Cuestionario de Estrategias de Afrontamiento de elaboración propia los mismos que fueron administrados durante la aplicación de los instrumentos.

La población con la que se trabajó fueron 100 mujeres comprendidas entre las edades de 45 a 55 años de edad.

Los resultados logrados con la investigación son:

Una de las *Estrategias Cognitivas de Afrontamiento* utilizadas por la mujer es la *Negación*, es decir rechaza toda idea que le sugiere encontrarse en la etapa de la vejez.

En relación a las *Estrategias de Afrontamiento Comportamental* se pudo observar que las mujeres de 45 a 55 años de edad tienen tendencia a utilizar: la *Autonomía*, como estrategia de afrontamiento.

Por último se puede observar que dentro de las *Estrategias de Afrontamiento Afectivas* se tiene que las mujeres que se encuentran en proceso de envejecimiento utilizan como forma afectiva, la *Religión*.

Tomando en cuenta los resultados de la investigación se realizó un programa de intervención para fortalecer un mejor afrontamiento hacia el envejecimiento.