PSYKHE - Vol. 3, Nº 2, 1994

Efectos del estrés y el apoyo social sobre el bienestar psicosocial de los adolescentes: revisión de la literatura

PATRICIO CUMSILLE E.*
MARIA LORETO MARTINEZ G.**

Resumen

El artículo revisa la literatura sobre estrés, apoyo social y bienestar psicosocial en adolescentes. Se discuten los estudios que examinan tanto los efectos principales del estrés sobre el bienestar psicosocial, como también las propiedades moderadoras de los sistemas de apoyo social. Se enfatiza la distinción entre eventos estresantes mayores y menores. Finalmente se entregan sugerencias para futuras investigaciones y para el desarrollo de programas preventivos del estrés en adolescentes.

Abstract

The article reviews the existing literature on adolescent stress, social support and psychological well-being. Available studies on the main effects of stress on adolescent well-being, and the buffering properties of social support are discussed. The distinction between major and minor stressful events is emphasized, both for research and intervention purposes. Finally, suggestions for future research and design of preventive programs are discussed.

INTRODUCCION

Por presentar baja morbilidad, el grupo adolescente no ha sido prioridad en los programas y políticas de salud en nuestro país (Weinstein, Aguirre & Téllez, 1990). Sin embargo, durante la última década han aumentado los problemas de salud de este grupo, incluyendo embarazo, enfermedades de transmisión sexual, uso de alcohol, tabaquismo, depresión y suicidio (Maddaleno, 1986). Al mismo tiempo, en la opinión pública se ha generado una creciente preocupación por lo que habitualmente se denomina "conductas desviadas" entre los jóvenes, las que dan cuenta de graves problemas que éstos sufren y/o causan (Weinstein *et al.*, 1990).

En Chile existe una notable falta de investigación empírica acerca de factores que representan ya sea un riesgo o una protección para el desarrollo de los adolescentes. Como consecuencia de ello, gran parte de la información con la que se elaboran los programas orientados a favorecer el desarrollo adolescente y a prevenir trastornos en esta etapa está basada en investigaciones realizadas en contextos socioculturales foráneos.

El propósito del presente artículo es revisar los estudios empíricos que examinan la relación entre nivel de estrés, apoyo social y bienestar psicosocial en los adolescentes. Se presentará un análisis crítico de esta literatura, a la luz de la cual se entregarán sugerencias para la investigación y el diseño de programas de intervención en Chile.

El análisis propuesto está dirigido a la población adolescente por ser ésta una etapa en la que el individuo enfrenta una serie de estresores relacionados con las tareas evolutivas, lo que lo hace más vulnerable al desarrollo de desajustes psicosociales (Maddaleno, 1986).

* Psicólogo (MA). Profesor Escuela de Psicología Pontificia Universidad Católica de Chile. Dirección: Vicuña Mackenna 4860. Santiago-Chile. Fax: 56-2-5533092.

** Psicóloga (MA). Profesora Escuela de Psicología Pontificia Universidad Católica de Chile. Dirección: Vicuña Mackenna 4860. Santiago-Chile. Fax: 56-2-5533092. E-mail: lmartinez@tacora.puc.cl

El pasaje a la etapa adolescente se caracteriza por una serie de cambios biológicos, psicológicos y ecológicos. Se trata de un período de considerable discontinuidad en el desarrollo, en el cual se altera una serie de regularidades sociales (Seidman, 1991). Como en cualquier etapa del desarrollo humano, el adolescente se enfrenta a una serie de tareas evolutivas, las que debe resolver adecuadamente para acceder a las etapas posteriores. El cumplimiento apropiado de las tareas de la adolescencia se traduce en el desarrollo de un sentimiento de competencia que provee una seguridad básica para enfrentar los desafíos del medio.. Por el contrario, el no cumplimiento de estas tareas dificulta la transición y pone al adolescente en riesgo de presentar desajustes cuando sea adulto.

La década pasada ha sido testigo de una serie de tendencias sociales alarmantes entre los jóvenes y sus familias. El aumento en la incidencia de deserción escolar, delincuencia, embarazo precoz y uso de alcohol y drogas son fenómenos que se han observado en diversos países, entre ellos Chile (Florenzano, Gazmuri & Carrasco 1992; Maddaleno, 1986; Gottlieb, 1991). Weinstein *et al.* (1990) reportan que, anualmente, más de 13 mil jóvenes son acusados de robos y hurtos, y más de 4 mil ejercen la prostitución. Se estima que alrededor de un 13% de los adolescentes chilenos son bebedores anormales (Weinstein *et al.*, 1990). Aún más dramático, en países como EE.UU., la tasa de suicidios en adolescentes se ha duplicado de una década a otra (Friedrich, Reams & Jacobs, 1982).

DEFINICION DE ESTRES Y SUS EFECTOS SOBRE EL DESARROLLO DE LOS ADOLESCENTES

Existe considerable evidencia que las experiencias de vida estresantes representan una importante contribución al desarrollo de problemas de salud mental y física de niños y jóvenes (Rutter, 1981).

El *estrés* puede ser conceptualizado como una relación particular entre la persona y su ambiente, la que es evaluada por ella como excediendo sus recursos y amenazando su bienestar (Lazarus & Folkman, 1984). El estrés es un *proceso* dinámico y complejo que está afectado desde su inicio por un cúmulo de antecedentes internos y externos, y por factores mediadores.

Los autores concuerdan en considerar que la experiencia del estrés es universal, aun cuando las relaciones particulares entre los individuos y sus ambientes son culturalmente específicas. La teoría del estrés social (*social stress theory*) (Dohrenwend & Dohrenwend, 1974; Monroe & Peterman, 1988) ofrece un marco conceptual útil para identificar los factores y procesos que enfrentan los adolescentes y el ajuste social concomitante. Dohrenwend (1978) ha propuesto 3 factores que contribuyen al nivel general de estrés experimentado por el individuo: *estímulo estresor, fuerzas mediadoras externas* y *fuerzas mediadoras internas*. La severidad del estrés del individuo estará determinada por la duración y la intensidad del estímulo estresor, y por los efectos mediadores de los factores externos e internos.

Varias líneas de investigación prometen mejorar nuestra comprensión de los factores que moderan el impacto de los eventos psicosociales estresantes en las vidas de niños y adolescentes. Por ejemplo, basándose en la investigación sobre estresores psicosociales tempranos en la vida de los niños y procesos protectores del desarrollo, Garmezy (1983) y Rutter (1981) han documentado las secuelas psiquiátricas de una serie de estresores agudos, destacando tanto las propiedades inductoras de estrés, como las protectoras del mismo, que tiene el contexto social. En su revisión de una serie de estudios transculturales, Garmezy (1983) propone tres factores que distinguen a los jóvenes más resistentes de aquellos más vulnerables: *disposiciones de personalidad aventajadas* (*e.g.*, responsividad social y autonomía), *medio familiar apoyador* y *presencia de apoyo social externo de un grupo de pares y miembros adultos de la comunidad.* No obstante que las disposiciones de personalidad otorgan a los adolescentes una mayor resistencia al estrés, estos factores son más difíciles de alterar que los recursos ambientales, tales como la calidad y disponibilidad de apoyo social. De esta manera, la capacidad de modificar los factores ambientales otorga a las intervenciones basadas en el apoyo social una especial relevancia en el trabajo con adolescentes.

Estudios recientes realizados en Estados Unidos (Cohen, Burt & Bjorck, 1987; Compas, Slavin, Wagner & Vannatta, 1986; Compas, Davis, Forsythe & Wagner, 1987; Maton, 1990) sugieren que los conceptos de *eventos estresantes mayores, estresores cotidianos menores, apoyo social* y *participación en actividades escolares y comunitarias* pueden ser importantes factores mediadores de los resultados evolutivos en adolescentes.

Aun cuando la investigación sugiere influencias significativas de la exposición al estrés y de la disponibilidad de sistemas de apoyo social en

la promoción del bienestar psicosocial de los adolescentes, las transacciones que ocurren a nivel del microsistema y mesosistema (*e.g.*, las transacciones del(a) joven con la familia, con el grupo de pares, en el colegio y/o en el vecindario) han sido mucho menos investigadas que las variables individuales de personalidad. Por ejemplo, se ha encontrado que las transacciones que ocurren en el vecindario están relacionadas con comportamientos mal adaptativos, como el uso de drogas (Dembo, Schmeidler, Burgos & Taylor, 1985).

La percepción de apoyo social es uno de los factores situacionales señalado como potencial moderador de la vulnerabilidad al estrés en adolescentes de alto riesgo. Sin embargo, la investigación acerca de los sistemas de apoyo social en la adolescencia se encuentra en una etapa muy temprana de desarrollo. Esto último es especialmente válido en el caso de nuestro país.

La cultura chilena comparte una fuerte orientación familiar (Informe de la Comisión Nacional de la Familia, 1993). Se podría pensar que la disponibilidad de una atmósfera familiar apoyadora cumple la función de proteger a sus miembros del impacto de los estresores, previniendo así el desarrollo de psicopatologías. Sin embargo, no existe evidencia empírica que apoye esta afirmación.

ESTRES Y PROCESOS DE ADAPTACION EN LA ADOLESCENCIA

En su análisis de la interacción entre procesos sociales y de enfermedad, Cassel & Tyroler (1961) han planteado que la vulnerabilidad frente a la enfermedad que sufren los sujetos que experimentan cambios sociales no se debe al proceso de cambio en sí sino a sus consecuencias para la interacción social. La desorganización provocada por el cambio hace que las pautas de comportamiento antiguas o anteriores a aquél no obtengan los resultados o reacciones esperadas en los demás. Esta hipótesis sugiere que los grupos humanos más susceptibles de enfermar serían aquellos en los cuales los actores no reciben confirmación o *feedback* de que sus acciones conducen a consecuencias socialmente deseables. Por ser la adolescencia una etapa de cambio social (transición vital), la incertidumbre provocada por la falta de familiaridad del joven con las expectativas de la sociedad puede servir de explicación a la mayor vulnerabilidad que se atribuye a esta etapa. Cassel & Tyroler también postulan que aquellos individuos que ocupan posiciones de subordinación o jerárquicamente inferiores son los más expuestos a riesgo (*e.g.*, adolescentes de nivel socioeconómico bajo o en extrema pobreza serían más vulnerables al riesgo de adoptar conductas desviadas).

Eventos mayores y eventos cotidianos

La investigación sobre estrés y bienestar psicosocial en adolescentes se ha centrado tradicionalmente en los efectos de eventos de vida mayores (e.g., separación de los padres, muerte de un familiar cercano).

Dos estudios realizados con adolescentes norteamericanos (Cohen, *et al.*, 1987; Youngs, Rathge, Mullis & Mullis, 1990) han encontrado una relación inversa entre eventos negativos de vida y autoestima. En la misma línea, los estudios realizados por Dornbusch, Mont-Reynaud, Ritter, Zeng-chin & Steinberg (1991); Newcomb, Huba & Bentler (1981) y Swearingen & Cohen (1985) han indicado que la experiencia de eventos negativos mayores es un predictor significativo (transversal y longitudinal) de problemas psicológicos, medidos por la presencia de síntomas. Por ejemplo, en el estudio de Dornbusch *et al.*, los eventos negativos mayores predecían significativamente el nivel de síntomas físicos, síntomas psicológicos, rendimiento escolar y desviación social en una muestra de 10.041 adolescentes norteamericanos provenientes de diversos grupos étnicos y sociales.

Swearingen & Cohen (1985) evaluaron la presencia de eventos de vida negativos y positivos en una muestra de 233 adolescentes norteamericanos, en dos momentos separados por un intervalo de cinco meses. Los resultados del análisis transversal mostraron una relación directa significativa entre eventos negativos y problemas psicológicos.

Los estudios anteriores se abocaron básicamente al estudio de la relación entre eventos negativos mayores y bienestar psicosocial. Recientemente se ha reconocido, sin embargo, que reducir la experiencia de estrés a los eventos mayores es insuficiente para comprender la relación entre estrés y bienestar psicosocial. La aproximación al estudio del estrés basado en el análisis de los eventos mayores asume una asociación temporal entre un incremento de eventos objetivos (*e.g.*, muerte de un familiar, cesantía), el cual altera las actividades habituales del individuo, y la producción de problemas psicológicos (Caspi, Bolge & Eckenrode, 1987).

El enfoque basado en los eventos mayores ha generado importantes conocimientos en el área

del estrés, pero también ha sido criticado desde varios ángulos. Las propiedades psicométricas de los cuestionarios de eventos de vida mayores no siempre son apropiadas. Las medidas de eventos indeseables de vida y las medidas criterio pueden estar confundidas operacionalmente (Thoits, 1982); y la validez predictiva de las medidas de eventos de vida es, en el mejor de los casos, moderada (Rabkin & Struening, 1976).

Por otra parte, la evidencia proveniente de algunos estudios de cambio drástico sugiere que los períodos de estrés no necesariamente son negativos, y la secuencia causal desde los cambios drásticos de vida a los problemas psicológicos puede estar condicionada por un cúmulo de factores individuales y del contexto. En este sentido, el estar sometido a experiencias estresantes, como las que se dan, por ejemplo, en una situación de crisis, puede ser una oportunidad aprovechada en vías del crecimiento y desarrollo.

Recientemente se ha reconocido que los estímulos estresantes que confrontan los adolescentes no están limitados a grandes eventos sino también incluyen estresores menores y continuos presentes en las situaciones de la vida diaria. Es así como la investigación (Wagner, Compas & Howell, 1988; De Longis, Coyne, Dalkof, Folkman & Lazaurs, 1982;, Monroe, 1982) está prestando creciente atención a los estresores y dificultades permanentes que caracterizan a la vida diaria y su relación con el funcionamiento psicológico. Algunos ejemplos de este tipo de situaciones son las discusiones con los padres, los problemas de movilización urbana y los fracasos en alguna prueba escolar.

Aun cuando los efectos de los estresores menores cotidianos han sido menos investigados en los adolescentes, los estudios disponibles a la fecha han indicado que la relación entre estresores diarios y síntomas físicos y psicológicos puede exceder a aquélla referida a grandes eventos (De Longis *et al.*, 1982; Monroe, 1983).

Wagner *et al.* (1988), usando la versión original de la Escala de Eventos Percibidos para Adolescentes, encontraron, en una muestra de adolescentes de clase media, que los eventos cotidianos negativos se asociaban con sintomatología. Más aún, usando un diseño de panel con mediciones repetidas en el tiempo, estos autores confirmaron su hipótesis que los eventos cotidianos negativos mediaban la relación entre los eventos estresantes mayores y el bienestar psicológico de los adolescentes. Los eventos mayores llevaban a un incremento de eventos negativos cotidianos, lo que, a su vez, conducía a un incremento de los síntomas psicológicos.

Tolan, Miller & Thomas (1988) afirman que el estudio de la experiencia de estrés en relación al desarrollo adolescente debiera diferenciar el tipo de eventos analizados, de acuerdo al tipo de proceso de readaptación que ellos requieren. En forma similar, Felner, Farber & Primavera (1983) sugieren que es necesario diferenciar el estrés que está relativamente circunscrito o relacionado con eventos discretos (*e.g.* accidente en auto) de estresores que marcan el inicio de un proceso de transición de vida (*e.g.*, divorcio de los padres). Además de diferir en el tipo de inicio y la probable duración en el tiempo, las transiciones y eventos circunscritos parecen diferenciarse en el tipo de adaptación que requieren. Las primeras parecen requerir una reorganización del funcionamiento adaptativo, mientras que las segundas pueden requerir apoyo para superar el trauma.

Desde otra perspectiva, las transiciones pueden ser distinguidas por cuán esperables o predecibles son. Siendo la adolescencia una etapa evolutiva, en la que la vida está "inmersa en transición", parece importante distinguir entre transiciones que son inducidas o atribuibles a circunstancias externas (e.g., separación de los padres) y, por lo tanto, no tan predecibles, y aquellas que son evolutivamente esperables, como los cambios puberales. Pudiera ser que el estrés del desarrollo impacte en forma diferente al estrés inducido externamente. De igual modo, las transiciones inducidas, debido a su falta de universalidad, pueden acarrear más estigma, lo que, a su vez, puede aumentar el estrés que implican (Dohrenwend & Dohrenwend, 1974).

Por todas las razones anteriores, en el estudio del estrés en adolescentes se hace necesario diferenciar el tipo de eventos y comparar su impacto sobre los procesos de adaptación del adolescente.

APOYO SOCIAL COMO MEDIADOR DEL EFECTO DEL ESTRES EN LA ADOLESCENCIA

Los sistemas de apoyo social ayudan a las personas a organizar sus habilidades y recursos para enfrentar el estrés, proporcionando ayuda instrumental y emocional. Los comportamientos de apoyo social generalmente incluyen intentos de ayuda al individuo para superar el malestar emocional y compartir responsabilidades, proporcionan consejo, enseñan habilidades y proveen ayuda material (Barrera, 1981).

Las variaciones en los niveles de apoyo social son, en parte, el resultado de normas culturales (Leavy, 1983; Vaux, 1985) y, también, una fun-

ción de variables tales como origen étnico, sexo, edad y nivel socioeconómico (Vaux, 1985; Vernon & Roberts, 1985).

El apoyo social opera en contextos específicos, por lo que la naturaleza de los estresores experimentados o las fuentes efectivas de apoyo social probablemente varían en distintos grupos de subpoblaciones. Por ejemplo, los adolescentes chilenos urbanos pueden enfrentar diferentes estresores y poseer distintas fuentes de apoyo social que sus pares de áreas rurales. No existe evidencia empírica que apoye la tesis que las medidas de apoyo social operen en forma similar en contextos sociales y culturales diferentes.

La adolescencia es una etapa durante la cual los sistemas de apoyo social experimentan cambios dramáticos, debido a que el mundo de los adolescentes se expande más allá de los padres y la familia, desarrollando un sistema de apoyo basado en los pares (Vaux, 1985). Estudiando una muestra de jóvenes de minorías en EE.UU., Cauce, Felner & Primavera (1982) observaron una expansión del apoyo social extrafamiliar durante la adolescencia. El nivel de apoyo social total aumentaba con el nivel de escolaridad, reflejando aparentemente un incremento en el nivel de apoyo social formal (profesores y orientadores) e informal (pares y amigos). El apoyo social de la familia se incrementaba en las mujeres y decrecía en los hombres.

Ringeling *et al.* (1991) reportan los resultados de la aplicación piloto de un cuestionario (diseñado para evaluar el perfil psicosocial del adolescente escolar) en una muestra de adolescentes mujeres de nivel socioeconómico medio, residentes en el área oriente de Santiago. Examinando dos grupos adolescentes extremos (alumnas de sexto básico y de cuarto medio), Ringeling *et al.* (1991) encontraron que las principales fuentes de apoyo social mencionadas por los adolescentes de ambos grupos etarios eran madre, padre, pares, hermanos y sacerdote. En ambos grupos se observó un alto grado de confianza depositada en la madre como fuente de apoyo social, como también la importancia de los hermanos como fuente de apoyo social en el grupo de mayor edad. Es importante señalar que las adolescentes estudiadas pertenecían en su mayoría a familias nucleares completas, percibidas con un alto grado de cohesión. De aquí que el reporte de consumo de alcohol y drogas fuera bajo.

El análisis de los datos reveló diferencias tanto en las principales áreas de preocupación de los grupos adolescentes estudiados como, también, en las manifestaciones de problemas de salud mental. Desafortunadamente, no se cuenta con información sobre los grupos etarios intermedios de esta población, y el análisis de los grupos etarios extremos no permite inferir tendencias evolutivas en la percepción de la utilidad de las fuentes de apoyo social.

Por otra parte, algunos estudios realizados en Chile (Maddaleno, 1986) han enfatizado la importancia de considerar la percepción que tienen los adolescentes sobre el apoyo recibido de su familia. El estudio de Maddaleno (1986) utilizó el Apgar Familiar de Smilkstein y mostró que un 30% de adolescentes con problemas de salud mental percibía una disfunción familiar o consideraba que su sistema familiar necesitaba apoyo.

Aun cuando se espera que la transición desde la niñez a la adolescencia se caracterice por la creciente importancia del grupo de pares, el rol central que juega la familia a través de toda la etapa adolescente ha sido destacado por una serie de estudios que han demostrado relaciones significativas entre el ambiente familiar percibido y el funcionamiento psicológico del adolescente (Billings & Moos, 1982; Felner, Aber, Primavera & Cauce, 1985). En forma similar, Cauce *et al.*, (1982) observaron, en jóvenes de ambos sexos, que niveles elevados de apoyo social de la familia estaban relacionados con un concepto de sí mismo más positivo.

Al mismo tiempo, los vínculos sociales estables y recíprocos con jóvenes coetáneos influyen en el desarrollo de la autoestima y de la competencia social (Fischer, Sollie & Morrow, 1986) y promueven la salud mental y el desarrollo personal durante la adolescencia (Epstein, 1983). La interacción con pares proporciona oportunidades para el aprendizaje de aquellas habilidades sociales, involucradas en la mantención de relaciones sociales, que son logradas más que adscritas, tales como la reciprocidad (Gottlieb, 1991). Durante la adolescencia, el grupo de pares constituye una porción importante de las redes sociales del joven, pero no desplaza o suple a los vínculos familiares (Armsden & Greenberg, 1987; Berndt, Miller & Park, 1989; Hoffman, Ushpiz & Levi-Schiff, 1988; Hunter & Youniss, 1982).

Una línea de investigación ha examinado los efectos moderadores de estrés que los sistemas de apoyo social tienen en poblaciones adolescentes. Estos estudios han generado resultados equívocos. Por ejemplo, Gad & Johnson (1980) no encontraron evidencia que el apoyo social jugara un rol mediador entre los eventos de estrés y la adaptación, en un grupo de jóvenes norteamericanos de diferente nivel socioeconómico. Los resultados de dicha investigación proporcionaron evidencia de la existencia de una relación entre

cambios de vida y percepción de salud, así como, también, de adaptación y uso de drogas en adolescentes. Sus resultados indicaron que los cambios negativos se correlacionaban más altamente con estas variables que los cambios positivos.

En forma similar, Compas *et al.* (1986) no encontraron una interacción significativa entre eventos estresantes y apoyo social, como predictores de síntomas en adolescentes. Una posible explicación para la falta de evidencia del rol moderador del apoyo social sobre el estrés en la adaptación de los adolescentes puede ser el método de análisis del apoyo social utilizado y/o el haberse focalizado el estudio exclusivamente en los eventos estresantes mayores.

El concepto de apoyo social es multidimensional (Barrera, 1986; Cauce *et al.*, 1982; Thoits, 1982). Los enfoques globales en la medición del apoyo social pueden ocultar importantes diferencias en la relación entre diversos tipos de apoyo social y la adaptación de jóvenes de distinto sexo, edad o grupo étnico.

Para los adolescentes parecen existir dimensiones identificables en el apoyo social y, tanto la utilidad percibida de estas diferentes fuentes de apoyo social, como su relación con medidas de adaptación, pueden variar en función de características personales (sexo, edad), sociales y culturales, así como, también, en relación al área de adaptación examinada. Cauce *et al.* (1982) identificaron tres dimensiones: *apoyo social de la familia, apoyo social informal* (de amigos y pares) y *apoyo social formal* (profesores, orientadores). En la muestra de adolescentes estudiada por Cauce *et al.* el apoyo social de la familia explicaba la mayor proporción de la varianza del concepto de sí mismo.

Otros estudios han intentado probar que el apoyo social protege a los adolescentes sometidos a estrés psicosocial contra la emergencia de síntomas depresivos. Esta hipótesis fue apoyada en un estudio conducido por Feldman, Rubinstein & Rubin (1988). Estos autores encontraron que entre los adolescentes sometidos a cambios en su estructura familiar (*e.g.*, divorcio o separación), aquellos con redes de amigos más estrechas presentaban menos síntomas depresivos. Esta relación no ha sido apoyada consistentemente. Una investigación realizada por Friedrich, Reams & Jacobs (1988) encontró sustentación para la relación inversa entre apoyo social y depresión sólo en adolescentes mujeres.

Martin & Burks (1985) estudiaron el apoyo social intrafamiliar y extrafamiliar. Ellos utilizaron dos muestras de estudiantes universitarias como una forma de validar los resultados. En ambas muestras el apoyo social extrafamiliar se correlacionó inversamente con la depresión, en tanto que el apoyo social intrafamiliar lo hizo en sólo una de las muestras.

También se han reportado efectos negativos del apoyo social de amigos sobre el bienestar psicosocial de adolescentes. Estudiando una muestra de adolescentes norteamericanos de nivel socioeconómico bajo, Cauce *et al.* (1982) observaron que altos niveles de apoyo social de pares y amigos estaban relacionados con notas escolares más bajas y mayor ausentismo escolar.

Otros estudios han comparado los efectos del apoyo social de los padres y de los amigos sobre el bienestar psicosocial. Armsden & Greenberg (1987) examinaron los vínculos de adolescentes con sus padres y con sus pares, y exploraron su grado de asociación con el bienestar psicológico. Los análisis de regresión mostraron que los vínculos con los padres y los pares predecían el nivel de autoestima y la satisfacción de vida de los adolescentes. Los vínculos con los pares predecían significativamente los puntajes de los adolescentes en estado afectivo.

En un estudio de corte transversal en adolescentes israelíes, Hoffman *et al.* (1988) encontraron que niveles elevados de apoyo social de los padres y amigos se asociaban con altos niveles de autoestima. Resultados muy similares han sido reportados por Greenberg, Siegel & Leitch (1983), quienes examinaron la influencia relativa de las relaciones con padres y pares sobre la autoestima del adolescente. Sus resultados indicaron que la calidad de los vínculos, tanto con los padres como con los pares, eran predictores significativos del nivel de autoestima.

En una muestra de 274 adolescentes, Burke & Weir (1979) examinaron la relación entre las respuestas de ayuda de las madres, padres y pares con diversos aspectos del bienestar psicosocial de los jóvenes. Los autores encontraron una relación directa entre las respuestas de apoyo emocional e instrumental de las personas que proporcionaban ayuda y el bienestar de los adolescentes, siendo dicha relación más fuerte cuando las respuestas de ayuda venían de los padres que cuando provenían de los pares. Los resultados también indicaron que el apoyo emocional e instrumental proporcionado por los pares se relacionaba directa y significativamente con el nivel de satisfacción del apoyo recibido y con el número de problemas con los que los adolescentes se sentían cómodos de discutir (apertura) con las personas que los ayudaban. Los hallazgos anteriores sugieren que las conductas de ayuda que corresponden a apoyo emocional e instrumental estimulan a los adoles-

centes a utilizar sus sistemas disponibles de apoyo y a expresar mayor satisfacción con ellos.

Las investigaciones revisadas se han centrado en el estudio de los efectos principales del apoyo social, tanto del proveniente de los amigos como de los padres, sobre el bienestar psicosocial. Varios de estos estudios han comparado los efectos del apoyo brindado por la familia *versus* el apoyo brindado por los pares sobre el bienestar psicosocial. En términos generales, los resultados apuntan a una asociación directa entre apoyo de los amigos y de la familia, y autoestima.

CONCLUSIONES Y SUGERENCIAS

Por tratarse de una etapa de cambios, la adolescencia constituye un momento propicio para el desarrollo de intervenciones a nivel de prevención primaria de distintos problemas que pueden manifestarse en la vida adulta. En este contexto, los modelos basados en el estudio del estrés psicosocial ofrecen un enorme potencial, tanto para comprender las demandas que enfrentan los adolescentes de sectores urbanos, como para desarrollar programas preventivos, particularmente dirigidos a aquellos sectores de la población adolescente que viven en condiciones desventajadas de marginalidad y pobreza.

A pesar de lo anterior, los programas orientados a prevenir problemas psicosociales en adolescentes frecuentemente se desarrollan sin una base empírica sólida, y no se evalúa su impacto. Esto hace que muchos de los esfuerzos desarrollados se pierdan por la falta de un marco de análisis, y, a la vez, sean inefectivos al momento de evaluar sus resultados.

La evidencia revisada en el presente artículo está basada, en su mayoría, en hallazgos obtenidos en muestras de jóvenes norteamericanos. Aunque la asociación entre apoyo social, tanto de la familia como de los amigos, con el bienestar de los jóvenes parece ser robusta, estos resultados no debieran ser generalizados a la población chilena. Importantes diferencias sociales, culturales y económicas impiden la extrapolación. Por esta razón, se hace imperativo estudiar el valor predictivo de los factores de estrés y apoyo social en muestras de adolescentes chilenos, y evaluar el potencial preventivo de estas variables como promotoras del bienestar psicosocial del adolescente.

Considerando la literatura revisada como una base empírica válida, sugerimos las siguientes ideas para el desarrollo de la investigación y el diseño de programas preventivos con adolescentes en nuestro país:

1. Tanto la investigación acerca del estrés en la adolescencia, como el desarrollo de programas preventivos para aminorar sus efectos en los adolescentes deberían diferenciar el tipo de eventos estresantes que los jóvenes experimentan. Esto implica diferenciar, por ejemplo, entre eventos mayores y eventos menores, así como entre eventos normativos y no normativos. Dada la mejor aceptación social de las crisis originadas por estresores normativos, por ejemplo, los programas preventivos pueden suponer en su diseño un mayor potencial para la activación de sistemas naturales de apoyo social en la prevención del impacto de este tipo de estresores.
2. Un aspecto central en la experiencia de estrés se refiere a la percepción que tiene el sujeto de la misma. El significado y la valencia afectiva que la persona asigna al evento estresante condiciona la manera como ésta responde a la situación y, por lo tanto, el resultado adaptativo. Desde esta perspectiva, parece importante considerar en el diseño de programas preventivos el potencial de crecimiento y desarrollo personal que ofrecen las crisis originadas por estresores normativos.
3. Evaluar la importancia relativa de los diferentes tipos de estresores según nivel socioeconómico, sexo, edad y origen étnico. La cultura constituye el contexto en el cual los eventos estresantes derivan su significado, y ofrece a sus miembros líneas guías acerca de qué hacer al enfrentarse a los problemas y dificultades de la vida diaria (Cohen, 1980). Por esta razón, es fundamental investigar el tipo de eventos percibidos como estresantes y sus repercusiones en el bienestar psicosocial, desde la perspectiva de los adolescentes chilenos insertos en diferentes contextos socioculturales.
4. Considerando que los sistemas de apoyo social son susceptibles de ser modificados, su estudio y análisis es particularmente promisorio en la etapa adolescente, debido a su potencial para ser utilizado en programas de intervención y/o prevención.

Algunos autores (*e.g.*, Escobar & Randolph, 1982) afirman que el sistema de apoyo social "natural" contenido en los lazos familiares cercanos facilita el desarrollo psicológico sano. Esta afirmación merece ser investigada en jóvenes chilenos por el potencial preventivo de los siste-

mas naturales de apoyo social como la familia, el grupo de amigos o el vecindario. Estos sistemas naturales de apoyo social a menudo son subutilizados al formular estrategias de intervención profesionales.

El estudio de los patrones específicos de relación entre estrés, apoyo social y bienestar psicosocial en adolescentes constituye un aporte para la comprensión de los procesos de adaptación de los adolescentes chilenos, y puede orientar el desarrollo de programas preventivos de trastornos psicosociales en esta etapa.

BIBLIOGRAFIA

Armsden, G. & Greenberg, M. (1987). The inventory of parent and peer attachment: Individual differences and their relationship to psychological well-being in adolescence. *Journal of Youth and Adolescence, 16,* 427-454.

Barrera, M. (1981). Social support in the adjustment of pregnant adolescents: Assessment issues. En B. Gottlieb (Ed.), *Social Networks and Social Support.* (pp. 69-96). Beverly Hills CA: Sage.

Barrera, M. (1986). Distinctions between social support concepts, measures, and models. *American Journal of Community Psychology, 14,* 413-445.

Berndt, T., Miller, K. & Park, K. (1989). Adolescents' perceptions of friends' and parents' influence on aspects of their school adjustment. *Journal of Early Adolescence, 9,* 419-435.

Billings, A. & Moos, R. (1982). Stressful life events and symptoms: A longitudinal model. *Health Psychology, 1,* 99-117.

Burke, R. & Weir, T. (1979). Helping responses of parents and peers and adolescent well-being. *Journal of Psychology, 102,* 49-62.

Caspi, A., Bolger, N. & Eckenrode, J. (1987). Linking person and context in the daily stress process. *Journal of Personality and Social Psychology, 52,* 184-195.

Cassel, J. & Tyroler, H. (1961). Epidemiological studies of culture change. *International Archives of Environmental. Heatlh., 3,* 31-39.

Cauce, A., Felner, R. & Primavera, J. (1982). Social support in high-risk adolescents: Structural components and adaptive impact. *American Journal of Community Psychology, 10,* 417-428.

Cohen, L. (1980). Stress and coping among Latin American women immigrants. En G. Coelho & P. Ahmed (Eds.), *Uprooting and development: dilemmas of coping with modernization* (pp. 345-373). New York: Plenum Press.

Cohen, L., Burt, C. & Bjorck, J. (1987). Life stress and adjustment: Effects of life events experienced by young adolescents and their parents. *Developmental Psychology, 23,* 583-592.

Comisión Nacional de la Familia (1993). *Informe.* Santiago.

Compas, B., Slavin, L.,Wagner, B. & Vannatta, K. (1986). Relationship of life events and social support with psychological dysfunction among adolescents. *Journal of Youth and Adolescence, 15,* 205-211.

Compas, B., Davis, G. Forsythe, C. & Wagner, B. (1987). Assessment of major and daily events during adolescence: The Adolescent Perceived Events Scale. *Journal of Consulting and Clinical Psychology, 55,* 534-541.

De Longis, A., Coyne, J., Dakof, G., Folkman, S. & Lazarus, R. (1982). Relationship of daily hassles, uplifts, and major life events to health status. *Health Psychology, 1,* 119-136.

Dembo, R., Schmeidler, J., Burgos, W. & Taylor, R. (1985). Environmental setting in early drug involvement among inner city junior high school youth. *International Journal of the Adiction, 20,* 1239-1255.

Dohrenwend, B. (1978). Social stress and community psychology. *American Journal of Community Psychology, 6,* 1-14.

Dohrenwend, B. & Dohrenwend, B. (1974). *Stressful life events: their nature and effects.* New York: Wiley.

Dornbusch, S., Mont-Reynaud, S., Ritter, P., Zeng-chin, Y. & Steinberg, L. (1991). Stressful events and their correlates among adolescents of diverse backgrounds. En M. Colten & S. Gore (Eds.), *Adolescent Stress: causes and consequences* (pp. 111-130). New York: Aldine de Gruyter.

Epstein, J. (1983). Examining theories of adolescent friendships. En J.L. Epstein & N. Karweit (Eds.), *Fiends in school: patterns of selection and influence in secondary schools.* New York: Academic Press.

Escobar, J. & Randolph, E. (1982). The Hispanic and social networks. En R. Becerra, M. Karno & J. Escobar (Eds.), *Mental health and hispanic americans: Clinical perspectives.* New York: Grune & Stratton.

Feldman, S.S., Rubenstein, J.L. & Rubin, C. (1988). Depressive affect and restraint in early adolescents: Relationships with family structure, family process and friendship. *Journal of Early Adolescence, 8,* 279-296.

Felner, R., Farber, S. & Primavera, J. (1983). Transitions and stressful life events: A model for primary prevention. En R. Felner, L. Jason, J. Moritsugu & S. Farber (Eds.), *Preventive psychology: theory, research and practice.* New York: Pergammon Press.

Felner, R., Aber, M., Primavera, J. & Cauce A. (1985). Adaptation and vulnerability in high-risk adolescents: An examination of environmental mediators. *American Journal of Community Psychology, 13,* 365-379.

Fischer, J., Sollie, D. & Morrow, B. (1986). Social networks in male and female adolescents. *Journal of Adolescent Research, 6,* 1-14.

Florenzano, R., Gazmuri, C. & Carrasco, E. (1992). *Alcoholismo y farmacodependencias juveniles en Chile.* Santiago: Corporación de Promoción Universitaria.

Friedrich, W., Reams, R. & Jacobs, J. (1982). Depression and suicidal ideation in early adolescents. *Journal of Youth and Adolescence, 11,* 403-407.

Friedrich, W., Reams, R. & Jacobs, J. (1988). Sex differences in depression in early adolescents. *Psychological Reports, 62,* 475-481.

Gad, M. & Johnson, J. (1980). Correlates of adolescents life stress as related to race, SES, and levels of perceived social support. *Journal of Clinical Child Psychology, Spring, 13-16.*

Garmezy, N. (1983). Stressors of childhood. En N. Garmezy & M. Rutter (Eds.), *Stress, coping, and development in children* (pp. 43-84). New York: McGraw-Hill.

Gottlieb, B. (1991). Social support in adolescence. En M. Colten & S. Gore (Eds.), *Adolescent stress: causes and consequences* (pp. 281-306). New York: Aldine de Gruyter.

Greenberg, M, Siegel, J. & Leitch, C. (1983). The nature and importance of attachment relationships to parents and peers during adolescence. *Journal of Youth and Adolescence, 12,* 373-385.

Hoffman, M., Ushpiz, V. & Levi-Shiff, R. (1988). Social support and self-esteem in adolescence. *Journal of Youth and Adolescence, 17,* 307-316.

Hunter, F. & Youniss, J. (1982). Changes in functions of three relations during adolescence. *Developmental Psychology, 18,* 806-811.

Lazarus, R. & Folkman, S. (1984). *Stress, appraisal and coping*. New York: Springer.

Leavy, R. (1983). Social support and psychological disorder: A review. *Journal of Community Psychology, 11,* 3-21.

Maddaleno, M. (1986). Enfoque familiar y los problemas de salud del adolescente. En R. Florenzano, N. Horwitz, I. Ringeling, G. Venturini & P. Villaseca (Eds.), *Salud familiar* (pp. 125-144). Santiago: Corporación de Promoción Universitaria.

Martin, B., Burks, N. (1985). Family and nonfamily components of social support as buffers of stress for college women. *Journal of Applied Social Psychology, 15,* 448-465.

Maton, K. (1990). Meaningful involvement in instrumental activity and well-being: Studies of older adolescents and at risk urban teen-agers. *American Journal of Community Psychology, 18,* 297-320.

Mónroe, S. (1982). Life events and disorder: Event-symptom associations and the course of disorder. *Journal of Abnormal Psychology, 91,* 14-24.

Monroe, S. (1983). Major and minor life events as predictors of psychological distress: Further issues and findings. *Journal of Behavioral Medicine, 6,* 189-205.

Monroe, S. & Peterman, A. (1988). Life stress and pschopathology. En L. Cohen (Ed.), *Life events and psychological functioning: Theoretical and methodological issues*. Beverly Hills CA: Sage.

Newcomb, M., Huba, G. & Bentler, P. (1981). A multidimensional assessment of stressful life events among adolescents: Derivation and correlates. *Journal of Health and Social Behavior, 22,* 400-415.

Rabkin, J.G. & Struening, E.L. (1976). Life events, stress, and illness. *Science, 194,* 1013-1020.

Ringeling, I., Horwitz, N., Maddaleno, M. & Jara, C. (1991) Un modelo psicosocial para el estudio de la adolescencia. En R. Florenzano, N. Horwitz, M. Penna & M. Valdés (Eds.), *Temas de salud mental y atención primaria de salud*. Santiago: Universidad de Chile/CPU.

Rutter, M. (1981). Stress, coping, and development: Some issues and some questions. *Journal of Child Psychology and Psychiatry, 22,* 323-356.

Seidmam, E. (1991). Growing up a hard way: Pathways of urban adolescents. *American Journal of Community Psychology, 19,* 173-201.

Swearingen, E. & Cohen, L. (1985). Life events and psychological distress: A prospective study of young adolescents. *Developmental Psychology, 21,* 583-592.

Thoits, P. (1982). Conceptual, methodological, and theoretical problems in studying social support as a buffer against life stress. *Journal of Health and Social Behavior, 23,* 145-159.

Tolan, P., Miller, L. & Thomas, P. (1988). Perception and experience of types of social stress and self-image among adolescentes. *Journal of Youth and Adolescence, 17,* 147-163.

Vaux, A. (1985). Variations in social support associated with gender, ethnicity and age. *Journal of Social Issues, 41,* 89-110.

Vernon, S. & Roberts, R. (1985). A comparison of Anglos and Mexican-Americans on selected measures of social support. *Hispanic Journal of Behavioral Sciences, 7,* 381-399.

Youngs, G., Rathge, R., Mullis, R. & Mullis, A. (1990). Adolescent stress and self-esteem. *Adolescence, 25,* 333-341.

Wagner, B., Compas, B. & Howell, D. (1988). Daily and major life events: A test of an integrative model of psychosocial stress. *American Journal of Community Psychology, 16,* 189-205.

Weinstein, J., Aguirre, R. & Téllez, A. (1990). Los jóvenes dañados: una revisión de las conductas problemas en la juventud popular. En J. Weinstein (Ed.), *Los jóvenes en Chile hoy* (pp. 125-135) Santiago: Generación Compiladores.