

**ESTRÉS LABORAL EN PASTORES EVANGÉLICOS DE LA IGLESIA
EVANGÉLICA INTERAMERICANA DE COLOMBIA (IGLEICO) EN LA CIUDAD DE
MEDELLÍN**

CARLOS MARIO HOLGUÍN CHICA



UNIVERSIDAD DE ANTIOQUIA

FACULTAD DE CIENCIAS SOCIALES Y HUMANAS

DEPARTAMENTO DE PSICOLOGÍA

MEDELLÍN

2017

**ESTRÉS LABORAL EN PASTORES EVANGÉLICOS DE LA IGLESIA
EVANGÉLICA INTERAMERICANA DE COLOMBIA (IGLEICO) EN LA CIUDAD DE
MEDELLÍN**

CARLOS MARIO HOLGUÍN CHICA

Informe final de investigación para optar el título de

Psicólogo

Asesor

ORLANDO ARROYAVE ÁLVAREZ

Doctor en Ciencias Sociales

UNIVERSIDAD DE ANTIOQUIA

FACULTAD DE CIENCIAS SOCIALES Y HUMANAS

DEPARTAMENTO DE PSICOLOGÍA

MEDELLÍN

2017

Agradecimientos.....	4
Resumen	5
Abstract	6
1. Introducción	7
2. Planteamiento del problema.....	9
3. Pregunta de investigación.....	14
3.1 Antecedentes de investigación.....	17
3.2 Justificación	22
4. Marco teórico	24
4.1 Antecedentes	24
4.2 Modelo Procesual del Estrés.	30
5. Objetivo.....	48
5.1 Objetivo general	48
5.2 Objetivos específicos.....	48
6. Metodología	48
6.1 Tipo de investigación.....	49
6.2 Técnicas de recolección de información	49
6.2.1 Descripción general	50
6.2.2 Aplicación y calificación	50
6.2.3 Interpretación.	51
6.2.4 Propiedades psicométricas.....	52
6.2.4.1 Sustentación teórica.....	52
6.2.4.2 Etapa de Estructuración Interna	53
6.2.4.3 Etapa de Validación Relacionada con el Criterio:.....	54
7. Descripción de participantes	55
8. Plan de recolección.....	56
9. Unidades de análisis	56
10. Consideraciones éticas.....	57
11. Descripción de los resultados	60
12. Discusión	72
13. Conclusión.....	74
14. Referencias	76

Agradecimientos

En primer lugar, quiero expresar mi más sincero agradecimiento a mi asesor de trabajo de grado, el Dr Edgar Orlando Arroyave, por su valioso apoyo brindado a este proyecto, por el respeto a mis ideas y por el aporte de su experiencia en cada momento de la tesis. Gracias por la confianza ofrecida durante este tiempo.

En segundo lugar, la finalización, no solo de este proyecto, sino también de mis estudios de psicología, los debo completamente a mis padres, María Ofir Chica y Luis Fernando Monroy, sin su invaluable apoyo, nada de lo aquí realizado podría haber sido realidad. Gracias madre por ser el motor que impulsa mis logros.

En tercer lugar, agradezco a todas las personas que de una u otra manera hicieron parte de este proyecto, al Dr Julio Cesar Cabrera, el Dr Carlos Alberto Gómez, todos los pastores evangélicos de Igleico que dispusieron su tiempo. A grandes amigos que fueron un gran apoyo emocional en cada momento del proyecto, Jairo José Hernández, José Exiquio Mosquera, Madeleinis Rodríguez. A mi novia, Juliana Peláez, porque ha sido una verdadera ayuda idónea durante todo este proceso.

Por último, y siendo el más importante, mi eterno agradecimiento siempre será a Dios, porque mi fe en Él me ha traído a donde me encuentro hoy.

Resumen

Objetivo: La presente investigación tiene como propósito identificar los niveles de estrés laboral en los pastores evangélicos de la Iglesia Interamericana de Colombia con sede en Medellín. **Método:** Para ello se realizó un estudio descriptivo en el que se aplicó el cuestionario Perfil de Estrés a 12 pastores evangélicos con el fin de determinar los niveles de estrés, los hábitos de salud (Ejercicio, Alimentación, Descanso/sueño, ARC) y el bienestar psicológico (Valoración positiva, valoración negativa, maximización de la amenaza, concentración en el problema). **Resultados:** Se encontró que el 50% de los pastores evangélicos presentaron niveles de estrés promedio; el 66,7% de los pastores evangélicos estaban en el promedio de hábitos de salud; y el 75% de los pastores evangélicos presentaban un alto bienestar psicológico.

Conclusión: En los pastores evangélicos de Igleico se puede afirmar que el estrés laboral no se presenta niveles que puedan afectar su salud física o mental, pero por otro lado se pueden señalar factores como Ejercicio y Concentración en el problema que presentaron respectivamente bajos y altos niveles.

Palabras claves: Estrés laboral, pastores evangélicos, salud física y mental, evaluación cognitiva.

Abstract

Objective: The objective of the new research was to identify the levels of work stress in which the evangelical pastors of the Inter-American Church of Colombia based in Medellín are located. **Method:** For this, a descriptive study was carried out in which the questionnaire was applied. Stress Profile to 12 evangelical pastors with the purpose of stress levels, exercise, feeding, rest / sleep, ARC. psychological well-being (Positive assessment, negative assessment, threat maximization, concentration on the problem). **Results:** It was found that 50% of evangelical pastors reached average stress levels; 66.7% of evangelical pastors were in the average of health habits; and 75% of the evangelical pastors presented a high psychological well-being. **Conclusion:** In the evangelical pastors of Igleico it can be affirmed that the work stress does not present levels that can affect their physical or mental health, but that on the other hand they can be affected.

Keywords: Work stress, evangelical pastors, physical and mental health, cognitive evaluation.

1. Introducción

La presente investigación tiene como propósito el estudio del estrés laboral, el cual se diferencia del estrés psicológico, que se caracteriza ya sea por cargas emocionales, pleitos familiares, persecuciones, entre muchos otros. Por el contrario, el estrés laboral es entendido como un tipo de estrés específico, puesto que éste solo puede producirse y solo puede ser estudiado desde la interacción del trabajador en los lugares de trabajo. Es por esta razón que, en el estudio del estrés laboral, el contexto es de gran importancia, no solo en términos de infraestructura, aunque también tiene incidencia, sino en la percepción y valoración que la persona tiene de las condiciones en que labora.

El estrés laboral puede ser estudiado en cualquier tipo de población trabajadora, aunque algunas poblaciones pueden ser de mayor interés para los investigadores que otras. En este caso, se eligió como población específica para esta investigación a los pastores evangélicos de la Iglesia Interamericana de Colombia (Igleico) con sede en Medellín.

Los pastores evangélicos son trabajadores al servicio de una comunidad eclesial, que se diferencia y separa de las otras religiones que actualmente se encuentren en Colombia, en temas de doctrina, liturgia y demás. Los pastores evangélicos de Igleico, son trabajadores que deben cumplir, entre otras, las funciones de líderes y guías de sus feligreses en temas relacionados con la enseñanza de los escritos bíblicos, en la consejería y asesoría pastoral, visitas a feligreses y a los nuevos adeptos, viajes para capacitaciones en convenciones y conferencias dictadas por los líderes pastorales a nivel nacional.

El estudio del estrés laboral en pastores evangélicos de Igleico surgió por el interés en estudiar una población que, a nivel nacional, no ha sido estudiada por las instituciones

educativas, no solo desde el estrés laboral, sino desde muchos otros posibles temas de investigación. En este caso se abordó el estrés laboral en pastores evangélicos de Igleico por dos motivos claros: el primero, por un interés personal en esta población, puesto que mis creencias privadas son afines a este movimiento; en segundo lugar, por un interés académico, porque el tema específico ha sido estudiado en países como Estados Unidos, Canadá y Sudáfrica, y no en Sudamérica, donde hay poca información al respecto, a pesar del crecimiento de grupos religiosos en esta región de América. En la presente investigación se tomó estudiar este fenómeno en una ciudad de Colombia, Medellín.

Para realizar esta investigación se usó la Teoría del Modelo Procesual del teórico Bonifacio Sandín. Ésta teoría hace parte de las teorías basadas en la interacción, la cual se centra específicamente en estudiar el estrés laboral, sus causas y efectos. Donde algunas de esas causas pueden deberse a tres tipos de variables claramente identificadas. La primera, relacionada con la vida laboral, como lo son las condiciones del contexto o lugar de trabajo, el tipo de demanda que produce el trabajo, entre otros. La segunda, los recursos personales y las estrategias de afrontamiento que tiene el trabajador para enfrentar las demandas laborales. Y, el tercero, la valoración cognitiva que hace la persona de sus propios recursos para enfrentar las demandas laborales y de lo dañina que puede ser la demanda. Por lo que la valoración cognitiva será un aspecto esencial en el desarrollo del estrés laboral.

Como técnica de recolección de datos se utilizó un cuestionario psicológico que se desarrolló a partir de las teorías interaccionistas, el cual se llama Perfil de Estrés y que está dirigido especialmente a población trabajadora. Este test tiene como propósito el recoger datos referentes a la percepción de estrés, los hábitos de salud y bienestar psicológico del evaluado. Este cuestionario se le aplicó a 12 de 21 pastores evangélicos de Igleico con sede en Medellín. En

un principio se propuso aplicar el cuestionario a todos los pastores evangélicos, pero por motivos de tiempo y disponibilidad, por parte de los pastores evangélicos, solo se pudieron aplicar 12 cuestionarios.

El tipo de investigación utilizada fue cuantitativa de nivel descriptivo. Esto, debido a que los resultados obtenidos por medio del cuestionario se interpretaron con el fin de poder mostrar los niveles de estrés percibido por parte de los pastores evangélicos de Igleico con sede en Medellín, y a su vez, cómo son los hábitos de salud (Ejercicio, Alimentación, Descanso/suelo, ARC) y bienestar psicológico (Valoración positiva, Valoración negativa, Maximización de la amenaza, Concentración en el problema) de los mismos.

Por último, los resultados de la investigación evidenciaron que 50% de los pastores evangélicos de Igleico presentan un nivel promedio de estrés. Estos resultados serán utilizados como una evidencia cuantificable sobre la experiencia de estrés laboral que presencian los pastores evangélicos de Igleico con sede en Medellín. Y, así mismo, los resultados serán entregados a las autoridades que dirigen Igleico a nivel nacional para que estos puedan intervenir de manera directa sobre los pastores evangélicos que están laborando para Igleico con sede Medellín, y puedan generar políticas internas que velen por la salud psicológica de los pastores evangélicos y no solo por su salud física.

2. Planteamiento del problema

El estudio del estrés en el área laboral, es un campo de investigación reciente con respecto al estudio del estrés psicológico, puesto que el estudio del estrés psicológico se ha dividido en

dos momentos. El primero obedece al estudio de variables biológicas y psicológicas y cómo las personas responden a las demandas del medio. El estudio de estas variables se ha encuadrado en las Teorías Basadas en la Respuesta (TBR). El segundo, obedece al estudio de las características de los estímulos externos que obedecen a las Teorías Basadas en los Estímulos (TBE). Por tanto, para el estudio estrés laboral, surgió el modelo interaccionista del estrés que se ocupa de estudiar este fenómeno en el ámbito laboral, el cual obedece a las Teorías Basadas en la Interacción (TBI).

Con el surgimiento de las TBI, el estudio del estrés solo desde las TBR y desde las TBE, dejó de ser preeminente. Las TBI se presentan como un modelo centrado especialmente en el estudio del estrés producido en las organizaciones, aunque no excluye las demás áreas de la vida en que las personas se ven implicadas. Ejemplo de esto, podría ser el estrés generado por el estudio, por la presión familiar, por una relación sentimental muy demandante, una enfermedad, entre otros.

Con las TBI, el estudio del estrés laboral fue ampliando su campo de investigación y, a partir de allí, se hallaron poblaciones que han sido ampliamente estudiadas; ejemplo de esto son las abundantes investigaciones que se han realizado en los campos empresariales de la enfermería y medicina, y en los servidores públicos (Juárez, 2007; Bardera, García y Pastor, 2014; Aguado, J. Bátiz, A. y Quintana, S. 2013)

En la actualidad ha surgido el interés por estudiar el estrés laboral, no solo en los trabajadores que realizan el trabajo duro, sino también por los demás miembros de las organizaciones, ya sean jefes, presidentes, gerentes o líderes en general (Peiró y Rodríguez, 2008). Este interés se da debido a que el estrés en los líderes de organizaciones, además de

cumplir con un trabajo específico, deben estar a cargo de un grupo de personas, lo que implica que los niveles de estrés laboral pueden verse incrementados por las responsabilidades que se derivan de supervisar un grupo de personas, como es el caso de los líderes religiosos (pastores evangélicos, sacerdotes católicos, entre otros), interés de la presente investigación.

Por tanto, al estudiar el estrés laboral en líderes religiosos, debemos tener en cuenta algunos datos sobre la religión que son relevantes para la presente investigación.

La religión es un estilo de vida que está establecido en la cultura de los diferentes países desde tiempos inmemoriales, y aunque en la medida en que pasan los tiempos muchas personas y comunidades dejan de lado la religión, la fe y las creencias en entidades divinas, en la actualidad el porcentaje de personas que practican algún tipo de creencia religiosa en el mundo sigue siendo muy alto, en donde el 85,71% practica alguna religión o creencia, y el 14,29% se consideran ateos y no religiosos (García, 2010).

En Colombia los porcentajes muestran unos resultados muy similares a las creencias mundiales, en donde la mayoría de la población tiende a considerar el catolicismo como su religión oficial, esto es el 87,3%, y, a partir de allí, se desprenden las demás religiones, que en orden de feligreses se encuentran los cristianos protestantes evangélicos que son el 11,5% de la población nacional, el resto del porcentaje de la población nacional (1,2%) se divide entre los que profesan religiones tales como: La Iglesia de Jesucristo de los Santos de los Últimos Días, Adventistas del Séptimo Día, Testigos de Jehová, judíos, musulmanes, ateos, entre otros (Ministerio de Asuntos Exteriores, 2017).

Los resultados hallados en estas investigaciones, muestran que tanto a nivel mundial como nacional, las religiones se presentan como un estilo de vida que es importante para las

personas, y que además de esto, tiene gran incidencia en las decisiones y comportamientos de sus adeptos. Estos argumentos que hablan de la importancia y globalización de la religión, también han sido estudiados desde la filosofía con autores como Hume (1966) y Dennett (2007).

En donde la religión para Dennett (2007), es un sistema social en el cual sus participantes manifiestan creencias en agentes o seres sobrenaturales o en agentes cuya aprobación y voluntad ha de buscarse. Además, Dennett (2007) considera la religión como un fenómeno humano que está compuesto por eventos, organismos, objetos, estructuras, patrones, liturgias, entre otros.

De lo dicho por Dennett (2007) se pueden resaltar tres aspectos importantes de la religión, tales como: en primer lugar, es una experiencia inducida por “el éxtasis religioso”, siendo esta solamente un estado psicológico, y que se hace real solo para la persona que lo practica debido a la interpretación que hace de sus experiencias; en segundo lugar, la religión es una fuerza en el mundo tan potente e influyente como muy pocas, teniendo la capacidad de movilizar las ideas y comportamientos de millones de personas; y, en tercer lugar, reconoce que lo que ocurra con la religión será tremendamente significativo para el planeta, puesto que su curso a lo largo de la historia ha creado grandes alianzas entre comunidades, pero también ha producido múltiples guerras (Dennett, 2007).

Debido a lo que se ha dicho hasta acá, se realizó un estudio que pretendió determinar los niveles de estrés laboral que presentan los pastores evangélicos de la Iglesia Evangélica Interamericana de Colombia (Igleico) que habitan en la ciudad de Medellín. En esta población se encuentran dos criterios que se consideran importantes; por un lado, los pastores evangélicos de Igleico son trabajadores como cualquier otro, puesto que reciben las correspondientes prestaciones sociales y se les cumple con lo exigido por el Ministerio de Trabajo; por otro lado,

esta población específica se encuentra en posiciones de liderazgo en donde las responsabilidades con el trabajo son mayores, puesto que tienen personas a su cargo, y fuera de esto deben cumplir con unos requerimientos específicos como lo son la preparación de conferencias basadas en sus estudios realizados de los textos bíblicos, la consejería y asesoría pastoral a sus feligreses, adoctrinamiento de los nuevos adeptos, visitas a sus feligreses a sus casas, visitas a hospitales y cárceles, asistencia a concilios pastorales, constantes viajes a diferentes regiones del país, asistencia a conferencias y convenciones programadas por los líderes nacionales de Igleico, entre muchas otras cosas.

Ahora bien, la presente investigación es de gran relevancia puesto que tiene dos aportes a la academia; en primer lugar, esta investigación produjo un conocimiento que hasta el momento no tenía antecedentes en nuestro contexto, tanto para Medellín como para Colombia. Y, en segundo lugar, nos permitió saber el estado de salud física y mental en que laboran los pastores evangélicos de Igleico.

Este estudio se hace importante para la academia y para los pastores evangélicos de Igleico, debido a que los resultados de la investigación pueden ser predictores de algunas de las consecuencias en la salud física y mental del estrés laboral que han evidenciado que altos niveles de estrés laboral durante largos periodos de tiempo pueden generar, entre otras, enfermedades orgánicas del aparato digestivo (enfermedad ácido péptica, gastritis, úlcera duodenal), enfermedades del sistema cardiovascular (angina de pecho, disritmia cardíaca, insuficiencia cardíaca, infarto del miocardio, hipertensión) y algunos trastornos mentales como estados de ansiedad, neurosis de angustia, trastornos depresivos, trastornos de adaptación, entre otros, (Marulanda, 2007).

Esto implica que, al haber estudiado los niveles de estrés laboral en pastores evangélicos de Igleico con sede Medellín como líderes religiosos de la ciudad de Medellín, se pudieron obtener dos resultados: primero, se reconocieron los niveles de estrés laboral que padecen los líderes religiosos de Igleico en la ciudad de Medellín; y segundo, con esos resultados realizamos una conclusión sobre cómo está y cómo puede estar la salud física y mental de los pastores evangélicos de Igleico Medellín en la actualidad y en el futuro cercano, y en qué condiciones físicas y mentales están laborando. Esto debido a que en la posición de líderes en que se encuentran los pastores evangélicos de Igleico Medellín, los desórdenes en la salud mental y física pueden alterar su correcto funcionamiento laboral.

3. Pregunta de investigación

Desde la Constitución Política de Colombia del año 1991, se estableció la Ley de Libertad de Culto. A partir de ese momento el crecimiento de iglesias en Colombia ha sido notorio, contando hasta el momento con más de 850 religiones y más de 5374 iglesias no católicas registradas en el estado con representación legal y con personería jurídica especial o extendida según un estudio realizado en el 2015 (Ministerio del Interior, 2015).

Por tal motivo, es lógico pensar que la religiosidad, no solo en Colombia, sino a nivel mundial, es de gran impacto para la vida de las personas. Para el departamento de Antioquia, según las estadísticas, hay 423 iglesias, que corresponden al 8% de iglesias a nivel nacional. Y de este 8%, el 5% están en Medellín, lo cual habla de alrededor de 265 iglesias (Ministerio del Interior, 2015). Cabe aclarar que se trata de las iglesias no católicas, sin discriminar enfoques doctrinales. Por lo que este porcentaje deberá dividirse en las diferentes doctrinas, siendo nuestro

grupo de investigación los pastores evangélicos de Igleico que habitan en la ciudad de Medellín en donde dichos pastores evangélicos son líderes que dirigen congregaciones, las cuales variarán en el número de feligreses.

En un estudio más reciente llevado a cabo por el Ministerio del Interior, se cuenta en la actualidad con 6449 iglesias a nivel nacional registradas con personería jurídica, de las cuales la mayoría son iglesias cristianas (Ministerio del Interior, 2017).

Por otra parte, es claro que este número de iglesias son las que están registradas legalmente en el Ministerio del interior, porque aún hay iglesias conocidas como iglesias de garaje, las cuales no se encuentran en los registros del Ministerio del Interior (Ministerio del Interior, 2015)

Así pues, entendemos por líder a aquella persona que se encuentra en una posición de dirección y que, desde una perspectiva más administrativa, ocupa un lugar principal en las organizaciones (Peiró y Rodríguez, 2008). Por tal motivo, Van Wart (2003, citado por Hernández, Espinoza y Arellano, 2014) señala que el líder es una persona que tiene el rol o la función de capacitar, motivar, educar y desarrollar continuamente estrategias que se apliquen a los seguidores con el fin de mejorar la efectividad organizacional. Así mismo, encontramos a Pautt (2011, citando a Kotter, 1999, y Palomo, 2007) quien afirma que el líder es alguien que lleva a un grupo de personas en una determinada dirección por medios no coercitivos, y que tiene una influencia clara y demostrable sobre las personas con las cuales interactúa.

Ahora bien, cuando asociamos estrés laboral y liderazgo debemos revisar algunos de los planteamientos hechos por Ferreira (s.f). Esta autora afirma que el estrés en el ámbito laboral puede darse por tres motivos: 1) sucesos vitales intensos, que conllevan en sí eventos como la

muerte de un familiar, las separaciones matrimoniales, la pérdida del trabajo, entre otros; 2) sucesos diarios de poca intensidad, como lo son las condiciones climáticas, problemas interpersonales, entre otros; y 3) sucesos de tensión crónica mantenida, los cuales hacen referencia a situaciones que permanecen por largo tiempo, como lo es una enfermedad, la drogadicción, entre otros.

Por otro lado, Mancilla (2011) añade el concepto de estrés de rol, que es el que se produce o se origina por el desempeño de un rol o cargo en la organización. Este tipo de estrés se divide en: a) ambigüedad de rol, que se refiere a la falta de información y conocimiento del empleado sobre lo que debe hacer y sus funciones dentro de la organización; b) el conflicto de rol, que se refiere a los problemas del empleado para realizar una actividad con la cual no está de acuerdo; y c) la sobrecarga de rol, que es la realización de deberes que exceden la capacidad de respuesta del individuo.

Además de estas causas del estrés laboral ya mencionadas, un estudio realizado por Arumugam (2003), comprobó que la responsabilidad de tener personas a su cargo incrementa los niveles de estrés laboral.

Es claro pues, que la religiosidad a nivel nacional y local es importante para las personas, empero es más importante y notorio, la influencia de los líderes religiosos sobre la vida de las personas, cuya influencia afecta la toma de decisiones y el estilo de vida (Dennett, 2007); por este motivo la presente investigación se preguntó: ¿cuáles son los niveles de estrés laboral que presentan los pastores evangélicos de Igleico en Medellín, y cómo puede estar afectando el estrés laboral su salud física y mental?

Teniendo en cuenta esta pregunta, a partir de los resultados obtenidos, se hizo una reflexión sobre la posición de liderazgo que los pastores evangélicos tienen, el estado de su salud física y mental, y cómo éstas pueden afectar su desempeño laboral.

3.1 Antecedentes de investigación

En la presente investigación se pretendió estudiar el estrés laboral en los pastores evangélicos de Igleico, sede Medellín. Para tal investigación se realizó una revisión de la bibliografía existente sobre el tema que aquí se presenta. Resultado de esto fue descubrir que a nivel local (Medellín) como a nivel nacional (Colombia) no se han realizado estudios similares. Lo mismo ocurrió al extender la revisión bibliográfica a nivel sudamericano.

Solo se halló una investigación que estudió la incidencia del síndrome de Burnout en sacerdotes católicos latinoamericanos realizado por Helena López (2009), la cual utilizó una muestra de 881 sacerdotes católicos que residían en México, Puerto Rico y Costa Rica. En dicho estudio se encontró que el 60,38% de los encuestados presentaron algún grado del síndrome de Burnout, de los cuales el 26% manifiesta Burnout en un alto grado.

Al hacer, pues, esta revisión de la bibliografía existente (Arumugam, 2003; Brouwer, 2011; Reimer, 2010), se halló que en Norteamérica y Sudáfrica hay investigaciones que asocian el estrés al trabajo de los líderes religiosos, aunque no con el propósito que aquí se realizó. La diferencia está en que el estudio del estrés laboral en población creyente como los pastores evangélicos se le ha denominado como estrés clerical.

Esto genera una diferencia con el estudio presente, puesto que el estrés clerical está más centrado en lo que, Mancilla (2011) llamó, estrés de rol. Pero, el estrés laboral como aquí se estudió está centrado en la globalidad de la experiencia de trabajo, en donde caben las variables del contexto, las variables biológicas y psicológicas, siendo la valoración cognitiva el elemento fundamental en el estudio del estrés laboral desde las Teorías Basabas en la Interacción.

Así pues, entre estas investigaciones se encontró una realizada por Arumugam (2003), en Sudáfrica, la cual se centró en intervenir el estrés clerical en iglesias protestantes para brindar herramientas para futuras intervenciones en donde los pastores evangélicos pudieran utilizarlas para controlar los altos niveles de estrés clerical.

Para ello se realizó un estudio con un enfoque integrado, en donde se aplicó el cuestionario Stress Diagnostic Survey (SDS), con el fin de determinar, por medio de un análisis descriptivo, los niveles de estrés en el que se encontraban los pastores evangélicos. Y, para hacer la evaluación de la eficacia de los talleres se hizo una Evaluación del Programa de Gestión de Estrés, el cual se hizo con un enfoque fenomenológico. Los talleres tenían como fin el realizar una intervención en los pastores evangélicos en promoción de la salud. El programa se les aplicó a 45 pastores evangélicos (84% hombres, 16% mujeres), con una edad promedio de 39 años.

Arumugam (2003) sostiene que el ejercicio pastoral es una vocación inherentemente estresante y que, debido a este estrés clerical, la salud mental y el bienestar de los pastores evangélicos se pueden ver perjudicadas. Por tanto, se determinaron primeramente las causas y consecuencias del estrés clerical, y los medios de afrontamiento (estrategias espirituales como la oración) que usaban los pastores evangélicos para contrarrestar los efectos del estrés clerical sobre su salud mental y física. Algunas de las causas del estrés clerical, que mencionaban los

pastores evangélicos, eran las múltiples responsabilidades que, por momentos, los hacían sentir sobrecargados, sin embargo, afirman que las recompensas de ejercer el ministerio pastoral les ayudan a sobrellevar esas dificultades.

En apoyo a las estrategias usadas por los pastores evangélicos, Arumugam (2003) utilizó a profesionales de la salud mental para la realización de los talleres, con el fin de apoyarlos en el manejo del estrés clerical y la prevención del agotamiento.

Los resultados del SDS reportaron que los pastores evangélicos mantienen niveles moderados de estrés clerical en general. Estos niveles indican una preocupación para los pastores evangélicos, pero aún se considera que están dentro de los límites manejables. Por otro lado, los resultados hallados por la aplicación de los talleres comprobaron su eficacia. A lo que se concluyó que los pastores evangélicos deben contar con el apoyo de profesionales en la salud mental con el fin de manejar el estrés clerical y prevenir el agotamiento (Arumugam, 2003).

En Estados Unidos se realizó una investigación por Brouwer (2011), con el fin de determinar cómo es la experiencia del estrés en los pastores evangélicos, cuáles son las fuentes de estrés y cuáles son los medios usados por ellos para hacer frente al estrés. Esto debido a que la autora considera que el gran número de creyentes en dicho país son altamente influenciados por los pastores evangélicos que se encuentran a su cargo, lo que la llevó a estudiar las condiciones físicas y mentales en que los pastores evangélicos y líderes religiosos en general están laborando, puesto que un desorden en algunas de estas áreas puede perjudicar a los feligreses de sus iglesias.

Para determinar lo anterior, Brouwer (2011) hace un estudio basado en los principios de la psicología adleriana, en los cuales se encuentran las variables de interés social, tareas de la vida, buscando la perfección y estilo de vida, con el fin de examinar las principales fuentes de estrés

experimentado por los pastores evangélicos, y cuáles son las estrategias de afrontamiento que estos utilizan para controlar los altos niveles de estrés.

En este estudio se encontró que los pastores evangélicos son trabajadores como cualquier otro, sin embargo, su oficio conlleva mayor riesgo de sufrir altos niveles de estrés debido a que en su práctica realizan actividades que implican una preparación académica sobre administración, la cual no tienen, y también deben trabajar en la preparación y capacitación de personas, motivarlas, aconsejarlas, acompañarlas y hasta disciplinarlas verbalmente.

También se encontró que su rol de pastor evangélico en comunidad lo lleva a estar bajo la presión de mantener un comportamiento que no lo desacredite. Así mismo, su relación intrafamiliar se ve afectada debido a que los pastores evangélicos suelen presentar sentimientos de soledad y aislamiento. Ante estos descubrimientos la autora concluye que el papel del pastor evangélico está lleno de una variedad de desafíos únicos y fuentes potenciales de estrés (Brouwer, 2011).

Otra de las investigaciones consultadas fue la realizada por Reimer (2010), en Canadá, en la cual se analizó el bienestar de los pastores evangélicos en una muestra de 475 líderes de iglesias evangélicas. El propósito con el que se realizó esta investigación fue para determinar los niveles de satisfacción laboral que había en los pastores y así mismo saber los niveles de estrés percibido por parte de estos.

Los resultados de la investigación mostraron que las principales fuentes de estrés y amenaza para la salud de los pastores están relacionadas, en primer lugar, con el exceso de tiempo en el trabajo, pues el tiempo de trabajo semanal no debería sobrepasar la barrera de las 40 horas, pero los pastores están trabajando más de 50 horas semanales, lo que afecta el manejo del

tiempo para descanso y para estar con la familia, siendo la familia una de las áreas más afectadas por el exceso de trabajo. En segundo lugar, se encontró que los malos comentarios, los chismes y las críticas en contra de los pastores evangélicos son altamente estresantes. En tercer lugar, se halló que los pastores evangélicos son propensos a tener sentimientos de soledad, que los llevan a permanecer mucho tiempo aislados, provocando así que el estrés se incremente. Y, en cuarto lugar, se halló que el estrés de rol juega un papel importante en los altos niveles de estrés, pero esto se encontró especialmente en los pastores más jóvenes. Se halló que estos tenían un ideal de lo que sería el servicio pastoral, lo que ha llevado a una mayor deserción del oficio de pastor evangélico a trabajadores jóvenes.

Con respecto a la satisfacción laboral, los resultados fueron muy importantes debido a que en los pastores evangélicos que se encontraron altos niveles de estrés, también se hallaron altos niveles de satisfacción laboral, lo que se evaluó como una buena noticia (Reimer, 2010).

Así pues, por medio de las investigaciones mencionadas, es claro que, en nuestro contexto latinoamericano, a pesar de ser una de las regiones a nivel mundial más cristianizadas, la investigación de líderes religiosos, en este caso pastores evangélicos, no han sido de interés para los investigadores sociales. Y, teniendo en cuenta que estas personas generan tanta influencia en la vida de las personas, ya sea en sus ideas o comportamientos, sería pertinente que nos preocupáramos más por saber las condiciones físicas y mentales en que estos trabajan.

Como se pudo ver, la presencia de estrés laboral en pastores evangélicos es evidente, al igual que lo es el desgaste físico y mental. Provocando en éstos dificultades para desempeñar su labor, dificultades en el ambiente familiar y dificultades en su salud física y mental.

3.2 Justificación

Los motivos por los cuales deseo realizar esta investigación son, en primer lugar, un interés fundamentado en mis creencias personales, en donde la cercanía durante muchos años con pastores evangélicos me ha permitido percatarme del trabajo que estos deben realizar. También, porque inicié mis estudios de psicología, los cuales me llevaron a tener un mayor interés sobre las causas y efectos del estrés, en este caso del estrés laboral en la vida de las personas. Por tal motivo, he considerado pertinente realizar esta investigación, ya que me ayudará a tener claridad de como el ejercicio pastoral puede o no afectar la salud física y mental de los pastores evangélicos. Y, a partir de los resultados obtenidos, hacer una reflexión debido a la preocupación que me genera el saber la gran influencia de estos líderes religiosos sobre la vida y comportamiento de los feligreses, por lo que el estado físico y mental de los pastores evangélicos pueda afectar la dirección de sus congregaciones.

En segundo lugar, al realizar esta investigación busco generar un conocimiento que en nuestro contexto no se tiene aún, pues como lo pudimos ver más atrás, las ciencias sociales a nivel latinoamericano no se han interesado por el estudio de este tema, siendo de vital importancia, por ser los líderes religiosos personas que pueden influir en la vida y decisiones de las personas, ya sea para bien o para mal. Por tanto, al realizar esta investigación estaremos promoviendo un conocimiento que no solo será novedoso, sino que puede impulsar nuevas investigaciones.

Desde nuestro campo de acción en la psicología, el trato con las personas es la razón de ser, sin discriminar un campo teórico en particular. Por lo que al hablar de psicología clínica me refiero a la práctica profesional de acompañar a un paciente en un proceso terapéutico que variará

en la cantidad de tiempo de intervención según el caso. Pero, por otro lado, está el oficio de los pastores evangélicos que se asemeja a la práctica del psicólogo como asesor, acompañante o consejero. Por tal motivo, el estudio del estrés laboral en pastores evangélicos desde las ciencias sociales, en ramas como la sociología y la psicología, ha de ser de vital relevancia, al igual que el estudio del estrés laboral en psicólogos clínicos, puesto que como líderes pueden influenciar de manera directa, y esta influencia no necesariamente será para bien, debido a que el estrés laboral puede afectar a los líderes con diversos desórdenes físicos o mentales.

En tercer lugar, la presente investigación tendrá un gran impacto a nivel social, puesto que la religión es muy importante para la sociedad latinoamericana, hecho que no se puede negar, como tampoco se puede negar la influencia de la religión en el estilo de vida de las personas. Por lo que los resultados que se obtengan mostrarán cómo estos líderes, no solo religiosos, sino también sociales, están laborando a nivel físico y mental.

Y, en cuarto lugar, como la Constitución política de Colombia del año 1991 permite la libertad de culto y el establecimiento de iglesias por cualquier persona, el incremento de iglesias en nuestra nación ha sido notorio, por lo que los resultados de la presente investigación pueden tener un impacto político en donde se puedan promover leyes que controlen el incremento de iglesias, no solo por los requisitos notariales, sino también en donde los líderes religiosos sean sometidos a pruebas que determinen si están capacitados para ejercer ese oficio y para liderar a una gran cantidad de personas.

4. Marco teórico

4.1 Antecedentes

En el campo de la psicología, el estudio del estrés se inició en la década de los 40's, a raíz de los estragos dejados por la segunda guerra mundial (Lazarus, 2000). Sin embargo, los primeros estudios sobre el estrés no psicológico, datan del siglo XVII, centrados en el área de la física y las matemáticas para campos específicos como la ingeniería civil, ya que se debían construir puentes que pudieran soportar grandes pesos y los azotes de los fenómenos naturales. El físico-biólogo Hooke (citado por Lazarus, 2000) desarrolló tres términos relacionados, como son: la carga, el estrés y la tensión. La carga se refiere a las fuerzas externas, como el peso; el estrés es el área de la estructura sobre la que se aplica la carga; y la tensión es la deformación de la estructura producida por la carga y el estrés.

Ya en el siglo XX se desplegó un estudio sobre el estrés psicológico, abordado por las ciencias sociales, las cuales entenderán el término carga como un estímulo externo estresante, y la tensión se entenderá como la respuesta del estrés o su reacción. Lazarus (2000) va un poco más atrás en la historia, y afirma que ya en la Grecia antigua, Platón y Aristóteles se preguntaban sobre algunos comportamientos y reacciones emocionales que se manifestaban en el hombre a causa de un conflicto interno que involucraba pensamientos, deseos y emociones, el cual entendemos como estrés en la actualidad.

Así pues, el término estrés tuvo su origen y evolución en campos de estudio diferentes al de la psicología, pero en la investigación del funcionamiento humano frente al estrés, la psicología ha producido la información necesaria que permite tener una mayor comprensión del fenómeno.

El estudio del estrés se puede dividir en tres tiempos o épocas que se caracterizaron por un enfoque teórico en particular con un autor que las propuso. El primer momento teórico en que se estudió el estrés se denominó como las Teorías Basadas en la Respuesta (TBR) cuyo autor fue Hans Selye en 1956, quien entendía el estrés como una respuesta no específica del organismo en donde no había una causa en particular, asumiendo así, que el estrés radicaba en las respuestas distorsionadas del individuo.

El segundo momento del estudio del estrés, está encabezado por los teóricos Thomas Holmes y Richard Rahe en 1967, quienes entendieron el estrés como una reacción del organismo frente a los estímulos externos, entendiendo así que el estrés se localizaba fuera del individuo, puesto que el estímulo externo excedía a la capacidad de respuesta del individuo; de esta postura se originó lo que se conoce como las Teorías Basadas en el Estímulo (TBE).

El tercer momento del estudio del estrés está liderado por el teórico Richard Lazarus en 1966, el cual entiende el estrés como un conjunto de relaciones que se dan entre la persona y la situación, siendo la situación valorada por la persona como algo que excede sus propios recursos y que pone en peligro su bienestar personal. Así pues, el estrés no está centrado solamente en la respuesta del individuo sino también en las características de los estímulos externos, siendo esta la base para las Teorías Basadas en la Interacción (Belloch, Sandín y Ramos, 2009).

Las TBR toman como base el hecho de que el organismo siempre está en busca de equilibrio, y en esa búsqueda el organismo debe responder a los estímulos o demandas del medio. Por lo que se entiende que frente a un estímulo como el frío el organismo buscará calentarse, frente al hambre el organismo buscará ingerir alimentos, y así sucesivamente.

Según Selye (1954, 1960, citado por Belloch et al. 2009), el estrés se genera cuando el organismo produce una respuesta no específica, o de otro modo sería, que las respuestas inespecíficas del organismo a las demandas hechas sobre él producirán el estrés. Esta teoría reconoce la necesidad de un estímulo estresor (físico, psicológico, cognitivo o emocional), siempre y cuando provoque en el organismo una respuesta inespecífica de necesidad de reajuste o estrés.

Frente a estas respuestas inespecíficas, el organismo activa el eje hipotálamo-hipófiso-suprarrenal y el sistema nervioso autónomo. Si dicha activación persiste durante un largo tiempo se produce el “síndrome de estrés”, que a su vez genera hiperdesarrollo de la corteza suprarrenal, involución de la glándula timo y desarrollo de la úlcera péptica. Por lo que, para Selye (1956, citado por Lazarus, 2000), la razón por la que un individuo sufre de estrés es porque este reacciona de forma inespecífica ante las demandas del ambiente, por lo que al mantener estos comportamientos el organismo debe sobre-esforzarse para sobreponerse al estrés. Selye (1974, citado por Belloch et al., 2009) señala que la respuesta de estrés está constituida por un mecanismo tripartito denominado síndrome general de adaptación (SGA). El desarrollo del SGA implica tres etapas:

1. Reacción de alarma: es la reacción del organismo frente a estímulos a los cuales no está adaptado, por lo que esta respuesta inicial es una llamada a las fuerzas defensivas del organismo. Esta fase se divide en dos sub-fases, en donde la primera es el choque, que es la reacción inicial, y la segunda es contra-choque, que es una reacción de rebote caracterizada por la movilización de una fase defensiva.

2. Etapa de resistencia: en esta etapa se produce una adaptación del organismo al agente estresor junto con la consecuente mejora y desaparición de los síntomas. Está caracterizada por una resistencia incrementada al estímulo nocivo y una menor resistencia a otros estímulos. Obteniendo así la impresión de estar adaptado.

3. Etapa de agotamiento: si el organismo permanece expuesto al estímulo estresor y pierde la adaptación adquirida, reaparecerán los síntomas de la reacción de alarma y puede significar la muerte del organismo.

Por otra parte, están las TBE, las cuales tienen a Holmes y Rahe (1967, citado por Belloch et al., 2009), como sus principales exponentes. Esta teoría entiende el estrés en términos de características asociadas a los estímulos del ambiente, entendiendo que estos son los que perturban o alteran el correcto funcionamiento del organismo. Esta postura se ha entendido como una analogía del modelo de ingeniería basado en la Ley de la Elasticidad de Hooke. Esta ley comprueba cómo las fuerzas externas producen una deformación en los metales. Las fuerzas externas se entienden como cargas o demandas sobre el metal y la persona, respectivamente. La ley de la elasticidad de Hooke afirma que estas cargas pueden deformar el metal, pero si las cargas no pasan el límite de resistencia del metal, este retornará a su estado original. Por el contrario, cuando la carga sobrepasa los límites de resistencia del metal se producirán daños permanentes.

A partir de esta base, se entiende que los organismos vivos también poseen unos límites de tolerancia al estrés. Lo que implica que, si un organismo es sometido a un estímulo que sobrepasa dichos límites, aparecerán los daños fisiológicos y/o psicológicos.

Esta postura teórica ha señalado ocho categorías de eventos estresores que pueden afectar el organismo, no desconociendo que una situación puede llegar a ser muy estresante para una persona, pero muy poco o nada para otra; estas categorías son:

- 1) Procesar la información velozmente;
- 2) Estímulos ambientales dañinos;
- 3) Percepción de amenaza;
- 4) Función fisiológica alterada (enfermedades, pérdida de sueño, etc.);
- 5) Aislamiento y confinamiento;
- 6) Bloquear, obstaculizar;
- 7) Presión grupal,
- 8) Frustración.

Esta teoría promovió lo que se conoce hoy como el enfoque psicosocial del estrés o el enfoque de los sucesos vitales (Sandín, 2008).

Por último, están las TBI, que tienen su origen con los planteamientos de Lazarus y Folkman (1986). Estas teorías tienden a maximizar la relevancia de los factores psicológicos que median entre los estímulos y las respuestas de estrés. A diferencia de los dos modelos teóricos anteriores, esta postura ve al sujeto como una persona activa en la ocurrencia del estrés. Se entiende entonces que el estrés se origina a través de las relaciones particulares que establecen el sujeto y su entorno.

La idea central de la postura interaccionista, o aproximación mediacional cognitiva, está focalizada en el término cognitivo de evaluación. Para Lazarus (2000) la evaluación cognitiva pasa a ser el eje mediador de las respuestas personales de estrés a los estímulos del ambiente. La evaluación cognitiva es, pues, un proceso universal en donde las personas valoran lo que está pasando, asignándoles un significado relacionado con su bienestar personal. Dicha evaluación cognitiva se divide a su vez en tres tipos de evaluación, a saber, en evaluación primaria, evaluación secundaria y reevaluación.

- Evaluación primaria: se produce cada vez que el organismo se enfrenta a una demanda externa o interna. Es el primer mediador psicológico del estrés, y puede dividirse en cuatro niveles de evaluación: 1) Amenaza: es la anticipación de un daño que a pesar de que aún no se ha producido, su ocurrencia parece inevitable. 2) Daño/Pérdida: hace referencia a un daño a nivel psicológico que ya se ha producido (por ejemplo, la muerte de un familiar). 3) Desafío: es la evaluación que se hace de una demanda que puede traer una posible ganancia, y a su vez, una amenaza. En esta evaluación las personas creen poder hacer frente a la demanda, siempre y cuando se empleen los recursos de afrontamiento necesarios. 4) Beneficio: con este tipo de evaluación no habría reacciones de estrés.

- Evaluación secundaria: si la evaluación primaria hacía referencia a la evaluación del grado de dificultad que tiene la demanda externa o interna, la evaluación secundaria hará referencia a la evaluación que hace el individuo sobre sus propias capacidades y recursos para afrontar la demanda. Por esta razón, la valoración de los propios recursos determinará que frente a una demanda el individuo se sienta amenazado, desafiado u optimista.

- **Reevaluación:** este es un proceso de *feedback* que se da cuando el individuo interacciona con las demandas externas o internas. La reevaluación permitirá que el individuo haga correcciones sobre las dos primeras evaluaciones. Por tanto, si en un principio una situación se vio como amenazante, su grado de amenaza puede mermar cuando el individuo la enfrente y reevalúe la demanda y sus propios recursos (Belloch et al., 2009).

Pues bien, hasta aquí hemos presentado las teorías del estrés más representativas, cuyas teorías han sido el fundamento de múltiples investigaciones a lo largo de la historia, y además han sido el punto de partida para nuevos desarrollos teóricos de acuerdo al enfoque que tenga el autor, ya sea en las teorías basadas en la respuesta, los estímulos o las interaccionistas.

4.2 Modelo Procesual del Estrés.

El estudio del estrés se ha realizado desde tres posturas teóricas, como lo son las TBR, las TBE y las TBI. La presente investigación está centrada en las Teorías Basadas en la Interacción. Esta teoría tiene a Lazarus y Folkman (1986) como su creador, y fue denominada como *aproximación mediacional cognitiva*. Pero al igual que las otras dos teorías, ésta ha sido modificada y ampliada por diversos autores. En este caso hablamos de Bonifacio Sandín, el cual basado en la teoría de Lazarus propuso el *Modelo Procesual del Estrés* (MPE) (Belloch et al., 2009), cuyo modelo en un principio fue conocido como un *modelo de trabajo*.

Sandín (Belloch et al., 2009) retoma la definición de estrés propuesta por el modelo interaccionista, el cual entiende al estrés como un conjunto de relaciones particulares entre la persona y la situación, siendo ésta valorada por la persona como algo que grava o excede sus

propios recursos y que pone en peligro su bienestar personal. Y partiendo de esta definición el autor entenderá el estrés, no como un concepto simple y estático, sino como un conjunto de variables que funcionan a diferentes niveles y que varían de persona a persona (tipos de personalidad y características demográficas como el sexo) aún en situaciones similares.

De modo que el MPE reconoce que en las reacciones de estrés deben coexistir ciertos elementos esenciales, como es la presencia de agentes externo o internos, procesos de evaluación cognitiva frente a los estímulos del medio y los propios recursos, además de las estrategias de afrontamiento de cada persona y, por último, la existencia ineludible de una serie de respuestas tanto fisiológicas como psicológicas. Por tanto, para entender la psicopatología del estrés, el *modelo procesual del estrés* estará fundamentado en siete etapas, que son: a) demandas psicosociales; b) evaluación cognitiva; c) respuesta de estrés; d) afrontamiento; e) apoyo social; f) variables personales; y g) estatus de salud.

a. Demandas psicosociales.

Es la primera etapa del modelo, y corresponde a los agentes externos o psicosociales estresores. Desde esta perspectiva se entiende que los acontecimientos estresantes son los que constituyen el estrés y producen alteraciones en sus funciones fisiológicas y psicológicas.

Ahora bien, las demandas psicosociales se pueden presentar en dos maneras distintas, por los sucesos vitales o sucesos vitales mayores (Arias, 2012), y, por otro, los sucesos vitales menores o estrés diario (Belloch et al., 2009).

- Sucesos vitales: los sucesos vitales son entendidos como experiencias objetivas que amenazan con alterar las actividades cotidianas del individuo, provocando así un reajuste sustancial en la conducta del individuo. Por lo que, un aspecto determinante para que un suceso sea vital, será el cambio que produzca en el comportamiento usual del individuo. Esto implica que el potencial de estrés de un acontecimiento radica en la cantidad de cambio que conlleva para la persona (Belloch et al., 2009). Algunos de los sucesos vitales más estresantes son la muerte de un cónyuge, el divorcio, condenación judicial, muerte de un familiar, enfermedad, matrimonio, entre otros (Lazarus, 2000). De acuerdo a esta postura, los sucesos vitales pueden evocar primariamente reacciones psicofisiológicas, por lo que los sucesos vitales también se pueden denominar como cambios vitales. En donde a mayor cambio, mayor es la probabilidad de enfermedad. Esto implicó un cambio en la visión de enfermedad producida por un agente patógeno a un modelo de enfermedad más complejo y multidisciplinario como lo es el bio-psico-social. Así pues, los sucesos vitales se identifican por la respuesta que evocan, es decir, los sucesos vitales estresantes son aquellos que producen estrés.

Por otra parte, están los sucesos vitales únicos, que hacen referencia a eventos altamente traumáticos como lo son las situaciones bélicas, víctimas del terrorismo, víctimas de violencia en general, enfermedades terminales, desastres naturales, entre otros (Belloch et al., 2009).

- Sucesos menores: estos sucesos hacen referencia a los acontecimientos que tienen menor incidencia en las respuestas de estrés, pero que aparecen en la vida de las personas de manera diaria o casi diaria, como lo son las pequeñas disputas familiares, problemas económicos, condiciones climáticas, entre otros.

Desde esta postura, hay dos tipos de eventos que tienen una implicación para la salud: el estrés diario, conocido como *hassles* (fastidios o sucesos negativos), y la satisfacción diaria, conocido como *uplifts* (placeres o satisfacción). El estrés diario ha mostrado mayor implicación en el deterioro de la salud, siendo mejores predictores de trastornos físicos o mentales, y esto, por ser eventos estresores que permanecen durante largos periodos de tiempo en la vida de las personas, entre estos eventos están los atascos de tráfico, no tener dinero, inclemencias del tiempo, discusiones interpersonales, decepciones, entre otros. Por otro lado, están los eventos satisfactorios que se han presentado como posibles amortiguadores emocionales contra el estrés, pero la evidencia científica no valida completamente esta idea; algunos de estos eventos satisfactorios podrían ser las manifestaciones amorosas, recibir buenas noticias, entre otros (Belloch et al., 2009).

b. Evaluación cognitiva.

La evaluación cognitiva se presenta como una variable cognitiva mediadora del estrés, este elemento fue introducido en el acervo científico por Lazarus (2000), quien aseguró que los niveles de estrés variarían en las personas según la evaluación que estas hacen de las demandas del ambiente, esta evaluación es una variable cognitiva que está determinada por procesos cognitivos como la percepción, sensación, entre otros. Además de esto, Lazarus (2000) presentó la evaluación cognitiva como un proceso que se dividía en dos momentos que se integraban en el momento de la interacción con las demandas del medio, estos dos momentos son la evaluación primaria y la evaluación secundaria.

Para el MPE, la evaluación cognitiva seguirá siendo igual de importante como para la aproximación mediacional de Lazarus, pero lo que Belloch et al. (2009) hacen con respecto a la división de la evaluación cognitiva en evaluación primaria y secundaria, es eliminar esta diferencia, puesto que estos investigadores asumen la evaluación cognitiva como un proceso único en donde la persona que se enfrenta a una demanda la puede evaluar tanto por el tipo de amenaza y por la característica de la demanda.

El tipo de amenaza puede ser por pérdida (por ejemplo, la separación conyugal, la muerte o desaparición de un familiar), de peligro más o menos inminente (por ejemplo, una situación que se asocie a un posible daño o que atente contra la integridad del individuo), o de desafío (por ejemplo, una situación que implique un reto personal).

Además de esto, la demanda también es valorada por sus características, entre las cuales está la valencia, la independencia, la predecibilidad y la controlabilidad.

- Valencia: el individuo valora la demanda como un evento positivo o como un evento negativo.
- Independencia: la demanda es evaluada como dependiente o independiente de las acciones del individuo.
- Predecibilidad: la demanda puede ser esperada o inesperada para el individuo.
- Controlabilidad: el individuo percibe que puede o no controlar la demanda psicosocial.

Esta última característica, controlabilidad, ha sido más estudiada que las demás, debido a que, para Belloch et al. (2009), el control percibido que tiene el sujeto de la demanda psicosocial afectará en gran medida que se presenten o no las reacciones de estrés. Para que el control percibido pueda reducir el estrés, se deben dar dos mecanismos que están implicados en el control. El primero es la ganancia de información, que se refiere a la predecibilidad que tiene el individuo sobre el evento que está por ocurrir, lo que implica una anticipación del evento aversivo. Y, en segundo lugar, está la respuesta anticipatoria que consiste en la preparación cognitiva para un suceso, implicando la interpretación y evaluación del suceso. La respuesta anticipatoria prepara al organismo para hacer frente al evento amenazante, anticipándose a la llegada del estresor. Así pues, el control percibido pasa a ser un aspecto fundamental en el MPE.

c. Afrontamiento del estrés.

El afrontamiento del estrés es entendido como los esfuerzos y estrategias cognitivas y conductuales, que realiza el individuo para enfrentar o manejar las situaciones estresantes, ya sean estas externas o internas, y a su vez, el estado emocional vinculado al mismo. El afrontamiento está estrechamente relacionado con la evaluación cognitiva, debido a que el individuo reaccionará de cierta manera frente a un estímulo. La investigación experimental en laboratorios con animales ha mostrado que el afrontamiento de eventos impredecibles e incontrolables pueden generar diferentes enfermedades, por lo que se ha considerado que el afrontamiento es un mediador entre las circunstancias estresantes y la salud (Belloch et al., 2009).

Por otra parte, el desarrollo teórico del afrontamiento, está dividido en dos grandes enfoques; el primero de ellos entiende el afrontamiento como un estilo, y el segundo, entiende el afrontamiento como un proceso.

- Estilos de afrontamiento: son disposiciones personales para hacer frente a las situaciones estresantes. Belloch et al., 2009 resaltan cuatro momentos teóricos del afrontamiento como estilo. El primero estuvo dirigido por Byrne (1964, citado por Belloch et al., 2009), quien propuso dos tipos de afrontamiento: *represor/sensibilizador*. El represor es el individuo que tiende a la negación y a la evitación, y el sensibilizador, en cambio, es más vigilante y expansivo. Las pruebas realizadas por Byrne (1964, citado por Belloch et al., 2009) evidenciaron que los represores suelen informar que experimentan baja ansiedad ante situaciones estresantes, pero emiten elevadas respuestas fisiológicas. Los sensibilizadores por otra parte, tienden a informar de mayor grado de ansiedad que reflejado en los registros fisiológicos.

El segundo está unido al primero, puesto que los autores Weinberger, Schwartz y Davidson (1979, citado por Belloch et al., 2009) investigaron si podía haber estilos de afrontamiento represor que realmente presentaran baja ansiedad, y sensibilizadores que realmente presentaran alta ansiedad, esto se hizo basándose en puntuaciones de autoinformes de ansiedad (AA) y deseabilidad social (DS). Esto autores, hallaron cuatro tipos de afrontamiento: 1) represor (alta puntuación de DS y baja en AA); 2) no-defensivo/no-ansioso (baja puntuación en DS y AA); 3) no-defensivo/ansioso (baja puntuación en DS y alta AA); y 4) defensividad ansiosa (alta puntuación en DS y AA).

El tercer momento está dirigido por Miller (1987, citado por Belloch et al., 2009), quien diferenció dos tipos de afrontamiento: *incrementador/atenuador*. Este modelo se basa en el modo en que los individuos procesan cognitivamente la información de amenaza. El incrementador indica el grado con que un individuo está alerta y sensibilizado respecto a la información relacionada con la amenaza. El atenuador indica el grado con que un individuo evita o transforma cognitivamente la información de amenaza.

Y, en cuarto lugar, está lo propuesto por Kohlmann (1993, citado por Belloch et al., 2009), quien basándose en los constructos de deseabilidad social y del *incrementador/atenuador*, propuso cuatro estilos de afrontamiento:

1. Modo vigilante rígido: alta vigilancia y baja evitación. Característico en personas que se estresan por la experiencia de incertidumbre.
 2. Modo evitador rígido: baja vigilancia y alta evitación. Las personas tienden a prestar poca atención a las características amenazantes del estresor.
 3. Modo flexible: baja vigilancia y baja evitación. Tendencia a utilizar las estrategias necesarias para una situación en particular.
 4. Modo inconsistente: alta vigilancia y alta evitación. Personas que se estresan fuertemente por la incertidumbre de la situación, y por la activación emocional que genera las señales anticipatorias.
- Afrontamiento como proceso: este modelo está centrado en los planteamientos de Lazarus y Folkman (1984, citado por Belloch et a., 2009), quienes entienden el afrontamiento

como el proceso tanto cognitivo como conductual que el individuo utiliza para hacer frente al estrés. Esta postura está basada en cinco principios:

1. El afrontamiento debe separarse de los resultados: no existen procesos de afrontamiento buenos o malos, pues esto variará debido a los múltiples factores, como la persona y sus experiencias, los estímulos, entre otros.
2. El afrontamiento depende del contexto: una fuente generadora de estresores presenta una serie de amenazas, en donde el individuo las valorará según su significación adaptativa.
3. Estrategias estables e inestables: según la experiencia del individuo frente a ciertos estímulos estresantes, encontrará que unas estrategias le son más útiles que otras.
4. Dos funciones principales del afrontamiento: a) afrontamiento focalizado en el problema: se trata de manejar o alterar la fuente generadora de estrés; y, b) afrontamiento focalizado en la emoción: se trata de cambiar la interpretación de lo que ocurre para mitigar el estrés, se intenta regular la respuesta emocional.
5. El afrontamiento depende de la evaluación: si la evaluación dice que se puede hacer algo, el afrontamiento se dirige a los problemas, pero si no se puede hacer nada, el afrontamiento se dirige a la emoción.

En otro lugar, Sandín y Chorot (2002), analizaron las estrategias básicas de afrontamiento que usan las personas para afrontar el estrés; de este estudio surgieron siete estrategias que son: (1) focalizado en la solución del problema; (2) auto-focalización negativa; (3) reevaluación

positiva; (4) expresión emocional abierta; (5) evitación; (6) búsqueda de apoyo social; y (7) la religión.

d. La respuesta de estrés.

Cuando se habla de una respuesta de estrés, significa que el organismo está pasando por algún tipo de reacción, ya sea fisiológica o psicológica. Popularmente se entiende que la persona está estresada. Se asocia, pues, a la existencia de estrés con una respuesta del organismo. Esta respuesta se ha definido en términos de sobreesfuerzo impuesto al funcionamiento normal del organismo. Hay dos tipos de respuestas de estrés básicas que son:

- Respuestas fisiológicas: Selye (1956, citado por Belloch et al., 2009) fue el primer autor en hacer referencia a las respuestas fisiológicas del organismo frente al estrés. Este autor implicó prioritariamente a la activación de los sistemas neuroendocrinos hipotálamo-hipófiso-corticosuprarrenal y médulo-suprarrenal, así como también la activación del sistema nervioso autónomo simpático.

Posteriormente, Mason (1968, citado por Belloch et al., 2009) establece la idea de totalización neuroendocrina, que implica que el sistema neuroendocrino es muy sensible a los diferentes agentes estresantes, por lo que cualquier hormona es susceptible de ser activada. Mason (1968,1964, citado por Belloch et al., 2009) diferenció dos tipos de activación o respuesta hormonal que llamó: primer patrón y segundo patrón.

1. Primer patrón: son un subgrupo de hormonas constituidas por la 17-hidroxicorticosteroides (17-OHCS), la adrenalina, la noradrenalina, la tiroxina y la hormona de crecimiento, y se caracteriza por una subida rápida de los niveles de estas hormonas.

2. Segundo patrón: consiste en una caída inicial del nivel hormonal, en donde están los andrógenos, los estrógenos y la insulina.

En análisis hechos sobre la activación de las hormonas según el patrón, han mostrado que, metabólicamente hablando, el primer patrón tiene efectos catabólicos sobre el organismo, y la activación de las hormonas que obedecen al segundo patrón, ejercen efectos anabólicos sobre el organismo. A partir de esto, se reconoce que la activación de los procesos catabólicos y la inhibición de los procesos anabólicos, tiene un efecto directo para la adaptación del organismo sometido a estrés, lo que implica un coste orgánico primario inducido por el gravamen o sobreesfuerzo del estrés. Es característica del sistema neuroendocrino, su gran sensibilidad frente a los estímulos estresantes, en especial aquellos que tienen una fuerte carga emocional. También se ha reconocido que, frente al estrés, todas o casi todas las hormonas se ven modificadas (Belloch et al., 2009).

Algunas de las respuestas fisiológicas del estrés que han sido registradas son:

Tipo de respuesta / Órgano	Tipo de efecto
	Incremento tasa cardiaca

Cardiovascular	Aumento de presión sanguínea sistólica/diastólica
	Vaso constricción periférica
	Posibles arritmias cardíacas
Respuestas metabólicas	Liberación de glucosa
	Aumento de ácidos grasos libres
	Aumento de colesterol plasmático
	Aumento de triglicéridos plasmáticos
	Incremento del transporte de oxígeno
Estómago	Incremento de secreción gástrica
Tiroides	Incremento tamaño/actividad
Hígado	Involución
Riñón	Degeneración

Belloch et al., (2009).

- Respuestas psicológicas: frente a las situaciones estresantes que intentan

desequilibrar el normal funcionamiento del organismo, este reacciona de maneras diferentes, y la principal respuesta psicológica asociada al estrés es de tipo emocional, siendo esta un acompañante y determinante en la mayoría de los procesos de estrés. Por tanto, los fenómenos más comunes de la respuesta de estrés es la sensación subjetiva de la carga emocional, y algunas de las emociones que suelen acompañar al estrés son la ansiedad, la ira, el miedo, la depresión, etc.

La activación emocional que va acompañada a la reacción de estrés varía según el nivel de estrés percibido por el individuo, y por el tiempo de duración de la situación estresante. Por lo que algunas de las reacciones emocionales que se presentan en el estrés agudo son de ansiedad/miedo, pero cuando el estrés excede estos niveles, aparece el estrés crónico que puede presentar un estado de ánimo depresivo, y esto, debido al agotamiento del organismo al estar frente a la presencia del estrés prolongado.

Además de la activación emocional, hay más variables cognitivas que aparecen en las reacciones de estrés, pero éstas están estrechamente relacionadas a la evaluación cognitiva de las demandas del ambiente y a las estrategias de afrontamiento utilizadas por el individuo. Ejemplo de esto es la preocupación, que hace referencia a un componente cognitivo de la ansiedad; la sensación de pérdida de control, que hace referencia a la reevaluación cognitiva; y la negación, que es en sí una estrategia de afrontamiento.

e. Apoyo social.

En los apartados anteriores se han mencionado las estrategias personales de afrontamiento que pueden emplear los individuos frente a distintas situaciones amenazantes; el apoyo social se constituye como los recursos sociales de afrontamiento que posee el individuo, en donde este debe tener ineludiblemente relaciones interpersonales estables. El apoyo social es entendido también como compañía humana, disponibilidad de personas de confianza, lazos sociales, apoyo personal, entre otros. Las características del apoyo social son cinco: 1) dirección (el apoyo social es aportado o recibido); 2) disposición (disponibilidad en cantidad y calidad); 3) descripción/evaluación (la naturaleza y calidad del apoyo social); 4) contenido (emocional, instrumental, informativo o valorativo); y 5) redes sociales que constituyen la fuente de apoyo (familia, amigos, vecinos, etc.) (Belloch et al., 2009).

El apoyo social se presenta como uno de los recursos de afrontamiento que más implicación tiene para la salud física y mental, pues la evidencia científica ha comprobado que el apoyo social favorece la salud de las personas (Adler y Matthews, 1994, citados por Belloch et al., 2009). Para explicar este fenómeno se presentan dos teorías que intentan determinarlo, el modelo de amortiguación y la hipótesis de efectos directos:

- **Modelo de amortiguación:** el apoyo social actúa protegiendo al individuo durante los momentos de estrés potenciando la adaptación de la persona. Así pues, el apoyo social desde este modelo cumple tres funciones que ayudan a reducir el impacto del estrés: elimina o reduce el propio estresor, refuerza la capacidad del individuo para afrontar el estrés y atenúa la experiencia del estrés una vez que este ha iniciado.

- Hipótesis de efectos directos: esta postura afirma que el apoyo social ejerce beneficios primarios sobre la salud, siendo así que estos efectos son independientes de los efectos del estrés.

A partir de estas dos posturas, Sandín (1964, citado por Belloch et al., 2009) concluye que los efectos del apoyo social sobre la salud no están necesariamente separados, sino que los efectos de los dos modelos anteriores se presentan unidos en la vida de las personas que cuentan con el apoyo social. Aunque también reconoce que el modelo de amortiguación es el que más evidencia tiene.

f. Variables personales.

En este punto se reconoce que no solo las variables cognitivas de afrontamiento, de apoyo social y de factores demográficos conocidos (edad, sexo, etc.), tienen una incidencia directa sobre el estrés, sino que también hay otras variables que intervienen como lo pueden ser los rasgos o tipos de personalidad que afectan directamente la experiencia de estrés de las personas. Por lo que el MPE no desconoce que la personalidad puede influir sobre la salud a través de mecanismos fisiológicos directos, o también puede potenciar la enfermedad al motivar conductas poco saludables (Belloch et al., 2009).

Se han identificado tres rasgos de personalidad sobresalientes que pueden afectar la experiencia de estrés directamente:

1. La alexitimia: se entiende como una característica personal que consiste en una incapacidad para describir verbalmente las emociones. Es una alteración cognitivo-afectiva que

altera la manera en que las personas experimentan las emociones. Tiene cuatro dimensiones que son: dificultad para identificar emociones, dificultad para comunicar emociones, reducción de ensueños y fantasías, y pensamiento orientado externamente.

2. **Hardiness:** entendido como resistencia o dureza ante el estrés. Es una orientación optimista del individuo que experimente el estrés, caracterizada por tres conceptos:

- **Compromiso:** habilidad para creer en y reconocer los propios valores y capacidades. Estas personas tienen un sistema de creencias que minimiza la percepción de amenaza, implicándose directamente en las situaciones vitales.
- **Desafío:** se percibe la situación estresante como un desafío, oportunidad o incentivo para el desarrollo personal. Son personas cognitivamente flexibles y tolerantes a la ambigüedad.
- **Control:** hay una elevada percepción de control y de responsabilidad en los actos a llevar frente a cada situación.

5 **Sentido de coherencia:** es una disposición estable de personalidad, que funciona como un recurso de afrontamiento para preservar la salud. Se caracteriza por:

- **Comprensibilidad:** es el control percibido sobre el propio medio que rodea al individuo.
- **Manejabilidad:** es el reconocimiento de los recursos que se tienen para afrontar adecuadamente las demandas.

- Significatividad: es la evaluación de una amenaza como reto, y si merece implicarse en ello.

Por otra parte, la teoría psicossomática de Eysenck (1988, citado por Belloch et al., 2009) diferencia seis tipos de personas que tienden a reaccionar frente al estrés de una forma determinada:

- Tipo 1: ante situaciones estresantes reaccionan con sentimientos de desesperanza e indefensión. Suelen idealizar un objeto o a una persona como importantes y necesarios para su bienestar, y tienden a reprimir las reacciones emocionales abiertas.
- Tipo 2: reaccionan al estrés mediante excitación general, ira, agresividad e irritación crónicas. Evalúan los objetos y personas como perturbadoras, fracasando así en sus relaciones sociales.
- Tipo 3: pasan de experimentar sentimientos de desesperanza e indefensión a reaccionar con ira, agresividad e irritación.
- Tipo 4: marcado grado de autonomía en su comportamiento. Afrontan el estrés de forma apropiada y realista, usando las estrategias necesarias para cada situación.
- Tipo 5: suelen suprimir o negar las manifestaciones afectivas, encontrando dificultad para manifestar las emociones.
- Tipo 6: reacciona mediante comportamientos de tipo antisocial.

Es claro pues, que frente a las reacciones del estrés no se puede generalizar, debido a que cada individuo tiene un patrón de comportamiento diferente frente a los estímulos ambientales,

siendo los tipos de personalidad un factor determinante en el estudio del estrés, además de las condiciones contextuales y demográficas, de las estrategias de afrontamiento, del apoyo social, entre otros.

g. Estatus de salud.

Los efectos nocivos para la salud física y mental devenidos del estrés no es algo desconocido para la ciencia. Pero frente a este hecho, los investigadores se cuestionan sobre temas de por qué a uno individuos los afecta más un acontecimiento que a otros, por qué hay organismos que tienden a verse más afectados por ciertas situaciones estresoras, o por qué en algunas situaciones estresoras puede o no una persona padecer algún trastorno. Todos estos cuestionamientos apuntan a la individualidad, pues como quedó evidenciado en el apartado anterior, hay diferencias y/o determinantes personales que producen cierta vulnerabilidad o resistencia frente a los estresores, como lo son la percepción de control, el estilo de afrontamiento, las respuestas de estrés, entre otros.

Ahora bien, el estrés puede afectar a la salud física y mental en dos maneras posibles: de forma directa y de forma indirecta. La forma directa se da cuando una situación estresante propiamente dicha tiene un alto costo para el organismo produciendo un sobreesfuerzo que lo lleva al desgaste físico y mental, y, en tanto el estresor se mantenga prolongadamente en el tiempo, afectará más al individuo. Y, la forma indirecta, en que el estrés afecta a la salud, se da en concreto, a través de la elicitación o mantenimiento de conductas no saludable. Es decir, cuando un individuo está en constante exposición a situaciones estresantes, puede desarrollar

estrategias de afrontamiento (nocivas) con el fin de reducir el estrés, como lo es el incremento del consumo de tabaco y cigarrillo, entre otros.

5. Objetivo

5.1 Objetivo general

Identificar los niveles de estrés en los pastores evangélicos de Igleico de la ciudad de Medellín, por medio del cuestionario Perfil de Estrés (Nowack, 2002).

5.2 Objetivos específicos

Relacionar la percepción de estrés con las demás áreas de estudio para determinar cuáles son las áreas generadoras de mayor fuente de estrés en la vida laboral de los pastores evangélicos.

Relacionar los resultados del área de hábitos de salud con sus variables asociadas para determinar cuáles son las áreas que puedan afectar la salud física de los pastores evangélicos.

Relacionar los resultados del área de Bienestar psicológico con sus variables asociadas para determinar cuáles son las áreas que más puedan afectar la salud mental de los pastores evangélicos.

6. Metodología

6.1 Tipo de investigación

El estudio aquí presentado se hizo bajo un diseño de investigación cuantitativa, debido a que la información que se pretende recolectar es medible y todos los datos ofrecidos serán expresados en porcentajes.

La investigación que se realizó es de nivel descriptivo, en donde se describió de modo sistemático las características de una población específica, en este caso los pastores evangélicos de Igleico, y un área de interés clara que fue el estrés laboral, y cómo por medio de la aplicación del Perfil de Estrés, se pudo evidenciar los niveles de estrés que tienen los pastores evangélicos y cuáles eran las áreas de mayor vulnerabilidad para su salud física y mental.

Por tanto, con la aplicación del cuestionario Perfil de Estrés, se obtuvieron resultados en forma de porcentajes y en aspectos numéricos. No se usaron categorías, ni abstracciones de un enfoque teórico, antes bien, se analizarán todos los resultados por medio de porcentajes y datos medibles.

6.2 Técnicas de recolección de información

Los datos necesarios para realizar la presente investigación se recogieron con el cuestionario diseñado por Kenneth Nowack (2002) llamado *Stress Profile*, que al traducirlo al español fue llamado como Perfil de Estrés.

El Perfil de Estrés está diseñado con dos propósitos. En primer lugar, para identificar las áreas que ayudan a una persona a tolerar el estrés y sus consecuencias, y, en segundo lugar, se

desarrolló para evaluar el estrés y el riesgo para la salud, que incluye los factores claves que han demostrado regular la relación entre estrés y enfermedad (Nowack, 2002).

6.2.1 Descripción general

El Perfil de Estrés es una prueba psicotécnica basada en el modelo mediacional (TBI) del estrés desarrollado por Lazarus. Consta de 123 ítems que están divididos en 15 áreas que pretenden informar sobre factores psicosociales que regulan o intervienen en la relación entre estrés y enfermedad, además de una medición de sesgos en la respuesta y otra de respuestas inconsistentes, siendo esta prueba una herramienta de evaluación de los riesgos para la salud, puesto que sus resultados son objetivos, cuantificables y fundamentados en la teoría, por lo que su utilización es apta para probar o negar hipótesis clínicas, experimentales y/o epidemiológicas (Nowack, 2002).

6.2.2 Aplicación y calificación

El Perfil de Estrés puede aplicarse tanto individual como grupalmente. Su duración no excede los 30 minutos y lo puede realizar cualquier persona que esté laborando, que tenga entre 20 y 70 años de edad y que tenga un nivel de lectura básico de secundaria.

Antes de la aplicación, el evaluador debe informar sobre las instrucciones necesarias para su uso. Al final, cuando el evaluado termine de aplicar la prueba, el evaluador deberá revisar que todos los reactivos se hayan respondido. No se debe aplicar el Perfil si los individuos manifiestan

estar cansados, ansiosos, en un estado confusional activo, o si no pueden entender lo que están leyendo.

Para la calificación de la prueba es necesario retirar la hoja de respuestas para que así quede libre la hoja de puntuaciones, en donde se verán los resultados en valores numéricos que se deberán sumar según los ítems que correspondan al factor evaluado. Así mismo, se realizará la puntuación del Índice de Inconsistencia en la Respuesta (INR) que está compuesto por 10 pares de preguntas. Esta se califica comparando la respuesta de la hoja de puntuaciones para cada par de reactivos; si la diferencia es más de un punto, se debe marcar al lado derecho de los reactivos para obtener el Índice de Inconsistencia de la Respuesta. Una puntuación de cuatro o más en esta sección indican que el individuo no tuvo claridad en sus respuestas, debido a que estos ítems tienen enunciados similares.

Ahora bien, las puntuaciones naturales para cada factor se deben trasladar a la parte inferior de la hoja en que está la gráfica. En esa misma sección se registrarán el INR y el índice de sesgo en la respuesta.

Para diagramar en la gráfica se deben utilizar las puntuaciones directas, y luego de graficadas se usarán los valores que están al lado izquierdo y derecho de la gráfica para sacar las puntuaciones T que corresponden al rango percentil (Nowack, 2002).

6.2.3 Interpretación.

Para la interpretación, primero se realizará el análisis del INR y del índice de sesgo en la respuesta que consiste en 5 reactivos de falso y verdadero, en donde aquellos que puntúen 3 o

más, se asociarán con un patrón distorsionado de respuesta que no permitirá el uso confiable de los resultados. Segundo, se analizarán las 15 puntuaciones de cada factor que reflejan el riesgo para la salud relacionados con el estrés.

En la mayoría de las escalas (hábitos de salud, ejercicio, descanso/sueño, alimentación/nutrición, prevención, red de apoyo social, fuerza cognitiva, valoración positiva, minimización de la amenaza, concentración en el problema y bienestar psicológico) las puntuaciones bajas sugieren una vulnerabilidad hacia la enfermedad relacionada con el estrés. Pero cuando sus puntuaciones son elevadas, se presentan como recursos protectores de la salud. En cambio, las demás escalas (estrés, conducta tipo A, valoración negativa y el conglomerado de reactivos ARC (uso de alcohol, drogas recreativas y cigarrillos) cuando tienen una puntuación elevada, reflejan una vulnerabilidad ante la enfermedad relacionada con el estrés (Nowack, 2002).

Con las puntuaciones T se pueden establecer normas y obtener una evaluación de grado de similitud entre las respuestas por persona y por grupos. Así mismo, las puntuaciones T tienen una media de T-50, con una desviación estándar de T-40 a T-60. Las puntuaciones superiores a T-61 se consideran elevadas, y las puntuaciones menores a T-39 se consideran bajas.

Los resultados obtenidos evidenciarán los hábitos de estilo de vida y conductas que usan las personas que podrían poner en riesgo o amenazar su bienestar físico y mental, tanto como un tiempo de vida saludable (Nowack, 2002).

6.2.4 Propiedades psicométricas.

6.2.4.1 Sustentación teórica

El Perfil de Estrés es una prueba que está sustentada en la teoría cognitiva transaccional propuesta por Lazarus (1981, citado por Nowack, 2002), de la cual han salido todos los reactivos en los que se compone esta prueba. Estos reactivos fueron agrupados por categorías racionales o teóricas apropiadas. Para esto, se usó la ayuda de profesionales de la salud con conocimiento en la literatura del estrés y psicología.

El proceso comenzó con una depuración de 1000 reactivos que se recolectaron de diferentes fuentes de psicología de la salud y de la medicina conductual. Luego paso a tener 300 reactivos, en donde se excluyeron los reactivos que se consideraron redundantes para reducir la extensión del instrumento, obteniendo como resultado el Perfil de Estrés de 123 reactivos.

6.2.4.2 Etapa de Estructuración Interna

Para la muestra de estandarización se realizó con 1111 individuos adultos sanos y trabajadores provenientes de diferentes campos laborales. Se diferenciaron por grupo étnico (asiáticos 78, negro 122, hispano 200, blanco 689, otro 22); género (hombres 533, mujeres 578); nivel educativo (secundaria 167, carrera técnica 356, bachillerato 344, maestría 233, doctorado 11); y, edad (entre 20-29: 244, entre 30-39: 378, entre 40-49: 266, entre 50-59: 156, entre 60-69: 56, y mayores de 70: 11). Las puntuaciones del Perfil de Estrés no fueron afectadas de manera sustancial por el género o los antecedentes étnicos.

La homogeneidad de la escala o consistencia interna (alfa de Cronbach) para las escalas mostró una confiabilidad mediana de 0.72, de un rango de 0.51 a 0.91. La estabilidad en la medida se realizó por medio del *test retest*, en un periodo de tres meses de una muestra obtenida

de la población general. Para este estudio se incluyeron las escalas de Estrés, Hábitos de salud, Conducta tipo A y Fuerza cognitiva. Las confiabilidades para estas escalas mostraron una mediana de 0.79, de un rango entre 0.76 a 0.86.

6.2.4.3 Etapa de Validación Relacionada con el Criterio:

Se han utilizado varios estudios de validez concurrente. El primero se realizó con dos escalas del Perfil de Estrés (Conducta tipo A y Fuerza cognitiva) junto con el Inventario Millon de Salud Conductual (MBHI), que se desarrolló con el propósito específico de valorar los factores de personalidad en pacientes médicos.

Las correlaciones entre las dos escalas del Perfil de Estrés y el MBHI, mostraron que la Fuerza cognitiva se relacionaba con las subescalas Desesperanza futura, Retraimiento social y Pesimismo mórbido. Y, la escala Conducta tipo A, se asocia con las escalas de Respuesta al tratamiento, Reactividad a las amenazas de muerte y Vulnerabilidad emocional. Estas observaciones proporcionaron información sobre la validez convergente (Nowack, 2002).

Un segundo estudio de validación se realizó al tiempo que se desarrollaba el Perfil de Estrés, con 196 empleados profesionales, los cuales completaron el *Health Assessment Audit*. En este estudio los participantes fueron capacitados para desarrollar habilidades directivas en organizaciones. Completaron el *Health Assessment Audit* junto con mediciones de autoinforme de salud física y psicológica. Al final se utilizaron regresiones múltiples para determinar las contribuciones del Perfil de Estrés a la predicción del estado de salud. Lo que estos análisis

sugieren es que el Perfil de Estrés es predictor tanto de la enfermedad física como sobre la salud psicológica autoinformados.

Por otra parte, se han realizado estudios para determinar la validez predictiva de la prueba. Uno de ellos fue el realizado a un grupo de 68 estudiantes universitarios, trabajadores de medio tiempo. A estos se les aplicó el Perfil de Estrés, y 10 meses después se les volvió a aplicar el test junto con el MBI. Los resultados evidenciaron que los estudiantes que informaron mayor agotamiento fueron quienes presentaron mayor estrés.

También se han realizado estudios que comprueban la predecibilidad del ausentismo, la pérdida de peso y el bajo desempeño laboral (Nowack, 2002).

7. Descripción de participantes

Los pastores evangélicos son aquellos líderes religiosos encargados de instruir y velar por el cuidado espiritual de los feligreses basados en las enseñanzas de la Biblia.

Para la aplicación de los tests en esta investigación, participaron pastores evangélicos de la Iglesia Interamericana que estaban laborando en las iglesias del área metropolitana de Medellín. Solo se usaron participantes hombres, los cuales son los representantes legales ante las autoridades legales y ante las autoridades eclesiales. Los pastores evangélicos están a cargo de iglesias registradas ante el estado con personería jurídica, no se usaron en ningún caso a pastores evangélicos de iglesias de garaje.

Es común que en el campo de trabajo de las iglesias evangélicas se suele tener a un pastor líder, que es el representante, y un copastor que es el que se encarga de la iglesia cuando el pastor

principal no puede estar. En este caso, solo se aplicaron los tests a los pastores líderes de las iglesias.

8. Plan de recolección

El tiempo estimado para la aplicación y recolección de la información fue de un mes. Se aplicó esta prueba a 12 de los 21 pastores evangélicos de la Iglesia Interamericana que residen en toda el área metropolitana de Medellín. Por tanto, el investigador debió desplazarse a los lugares dispuestos por los pastores evangélicos para la aplicación.

Se realizó el proceso de recolección de los datos, en los horarios y lugares que a los pastores evangélicos les quedara más fácil, ya fuera en las congregaciones o en los hogares de estos.

Por esta razón, se les dio un previo aviso a los pastores evangélicos que iban a ser parte de la investigación, con el fin de tener un tiempo determinado y que los participantes estuvieran preparados para realizar el cuestionario sin contratiempos.

9. Unidades de análisis

La unidad de análisis de esta investigación es el estrés producido por la vida laboral, mencionado en la literatura investigativa como estrés laboral. En el estrés laboral se encontraron tres variables determinantes que nos ayudaron a entender los resultados de la presente investigación. Estas variables fueron: 1) los factores personales o de respuesta frente a los

estímulos producidos por el trabajo, los cuales estaban determinadas por factores de personalidad, estilos de aprendizaje, estilos de afrontamiento, experiencias pasadas, entre otros; 2) las características de la demanda laboral, pero no se refiere tanto a la cantidad de trabajo, sino a la percepción que tiene el individuo de la demanda laboral; y 3) la valoración cognitiva, que es el factor determinante del estrés laboral, puesto que este concepto es el que media entre la respuesta y la percepción de la demanda laboral.

10. Consideraciones éticas

Los datos que se hallaron en el proceso de recolección de información por medio de la aplicación del cuestionario Perfil de Estrés, fueron usados expresamente para uso de la investigación. En donde solo el respectivo asesor de prácticas y el estudiante que investiga tuvieron acceso a esta información. Solo se usaron en la investigación, datos correspondientes al número de participantes, rangos de edad, lugares de aplicación, entre otros.

Cuando se registraron los resultados de la investigación solo se mostraron los niveles de estrés, factores de vulnerabilidad, factores de protección, entre otros. En ningún caso se hizo mención de los participantes de forma particular. Además, se abrió la posibilidad de que cada pastor evangélico pudiera tener acceso a los resultados de su respectivo test, por lo que se pidió el respectivo correo electrónico, y posterior a la investigación se les podrá compartir los resultados.

Lo último obedece a lo expresado en la Ley número 1090 de 2006 que reglamenta el ejercicio profesional de la psicología y el Código Deontológico y Bioético, en el Título V De los Derechos, Deberes, Obligaciones y Prohibiciones del Profesional de Psicología, el artículo 10º, en los apéndices:

a. Guardar completa reserva sobre la persona, situación o institución donde intervenga, los motivos de consulta y la identidad de los consultantes, salvo en los casos contemplados por las disposiciones legales;

f. Guardar el secreto profesional sobre cualquier prescripción o acto que se realizare en cumplimiento de sus tareas específicas, así como de los datos o hechos que se les comunicare en razón de su actividad profesional;

h. Respetar los principios y valores que sustentan las normas éticas vigentes para el ejercicio de su profesión y el respeto por los derechos humanos (Ley 1090, 2006).

Así también, el Código Deontológico y Bioético para el Ejercicio de la Profesión de Psicología, en el Título VII, el Capítulo I De los Principios Generales del Código Deontológico y Bioético para el Ejercicio de la Profesión de Psicología, determina en los siguientes artículos, con respecto a las creencias de las personas que hacen parte de intervenciones individuales, grupales o investigaciones científicas:

Artículo 15. El profesional en psicología respetará los criterios morales y religiosos de sus usuarios, sin que ello impida su cuestionamiento cuando sea necesario en el curso de la intervención.

Artículo 16. En la presentación de sus servicios, el profesional no hará ninguna discriminación de personas por razón de nacimiento, edad, raza, sexo, credo, ideología, nacionalidad, clase social, o cualquier otra diferencia, fundamentado en el respeto a la vida y dignidad de los seres humanos.

Artículo 17. El profesional en sus informes escritos, deberá ser sumamente cauto, prudente y crítico, frente a nociones que fácilmente degeneren en etiquetas de desvalorización discriminatorias del género, raza o condición social (Ley 1090, 2006).

Con respecto a la utilización del material psicotécnico utilizado en esta investigación (Perfil de Estrés), el Código Deontológico y Bioético para el Ejercicio de la Profesión de Psicología nos dice en Título VII, el Capítulo VI Del Uso de Material Psicotécnico, en los siguientes artículos que:

Artículo 46. Cuando el psicólogo construye o estandariza tests psicológicos, inventarios, listados de chequeo, u otros instrumentos técnicos, debe utilizar los procedimientos científicos debidamente comprobados. Dichos tests deben cumplir con las normas propias para la construcción de instrumentos, estandarización, validez y confiabilidad.

Artículo 47. El psicólogo tendrá el cuidado necesario en la presentación de los resultados diagnósticos y demás inferencias basadas en la aplicación de pruebas, hasta en tanto estén debidamente validadas y estandarizadas. No son suficientes para hacer evaluaciones diagnósticas los solo tests psicológicos, entrevistas, observaciones y registro de conductas; todos estos deben hacer parte de un proceso amplio, profundo e integral.

Por último, en el Capítulo VII De la Investigación Científica, la Propiedad Intelectual y las Publicaciones, en los siguientes artículos se determina que:

Artículo 49. Los profesionales de la psicología dedicados a la investigación son responsables de los temas de estudio, la metodología usada en la investigación y los materiales empleados en la misma, del análisis de las conclusiones y resultados, así como de la divulgación y pautas para su correcta utilización.

Artículo 50. Los profesionales de la psicología al planear o llevar a cabo investigaciones científicas, deberán basarse en principios éticos de respeto y dignidad, lo mismo que salvaguardar el bienestar y los derechos de los participantes (Ley 1090, 2006).

11. Descripción de los resultados

En total se encuestaron 12 pastores evangélicos de la Iglesia Interamericana de Colombia (IGLEICO) con sede en Medellín. Los pastores evangélicos encuestados estaban entre los 33 años hasta los 64 años, siendo las edades límites para encuestar a un trabajador según el cuestionario Perfil de Estrés de 20 años como mínimo y 70 años como máximo. De los pastores evangélicos de Igleico se obtuvo una edad promedio de estos 48 años (DE: 9 años).

A los pastores evangélicos de Igleico con sede en Medellín se les pregunto por su formación académica, tema que es de interés para el cuestionario Perfil de Estrés, a lo cual

respondieron de manera unánime el tener más de 16 años de preparación académica, esto comprende los seis años de educación primaria, los seis años de educación secundaria y los 5 años de educación universitaria. El estudio universitario realizado por los pastores evangélicos es de Teología en los distintos Seminarios Bíblicos del país, esto, debido a que es requisito, por parte de Igleico, que los pastores evangélicos que estén a su servicio deban prepararse académicamente en la profesión de teólogos.

Los resultados arrojados fueron los siguientes. La población encuestada presentó niveles promedio de percepción de estrés (50%), al igual que niveles bajos de percepción de estrés (50%), sin hallar así, pastores evangélicos que puntuaran con alta percepción de estrés. También se hallaron puntuaciones promedio en las áreas de hábitos de salud (66,7%), ejercicio (83,3%), descanso/sueño (75%), alimentación (50%), prevención (50%), apoyo social (58,3%), concentración en el problema (50%). Así mismo, se halló que el 75% de los pastores evangélicos presentaron baja explosividad (Conducta Tipo A); el 91,7% afirmó no consumir ningún tipo de droga recreativa, cigarrillo o alcohol. Por último, en las área donde se encontró una alta puntuación fueron las de fuerza cognitiva (58,3), valoración positiva (50%), valoración negativa (50%), maximización de la amenaza (58,3) y, bienestar psicológico (75%) (Figura 1).

Antes estos resultados se puede afirmar que las áreas que más están siendo generadoras de fuentes de estrés son la valoración negativa de los problemas (50%) y la maximización de la amenaza (58,3). Esto se relaciona a lo dicho por Sandín (Belloch et al., 2009) sobre la evaluación cognitiva que se hace de los estímulos del ambiente. Por lo que los altos niveles de valoración negativa (50%) y maximización de la amenaza (58,35) evidencian que la evaluación que hacen los pastores evangélicos de sus problemas es algo amenazante/peligroso, por lo que este tipo de valoración puede incrementar los niveles de estrés.

A continuación, se presenta el cuadro (figura 1) en donde quedan consignados los resultados directos del cuestionario Perfil de Estrés en cada una de las áreas que por estas son evaluadas.

Característica	N°	%
Percepción de estrés		
Baja	6	50,0
Promedio	6	50,0
Hábitos de salud		
Malos hábitos	1	8,3
Promedio	8	66,7
Buenos hábitos	3	25,0
Ejercicio		
Bajo ejercicio	2	16,7
Promedio	10	83,3
Descanso/Sueño		
Bajo descanso	1	8,3
Promedio	9	75,0
Optimo descanso	2	16,7

Alimentación

Mala alimentación	1	8,3
Promedio	6	50,0
Buena alimentación	5	41,7

Prevención

Mala	1	8,3
Promedio	6	50,0
Buena	5	41,7

ARC

No consumo	11	91,7
Consumo	1	8,3

Apoyo social

Bajo apoyo	3	25,0
Promedio	7	58,3
Alto apoyo	2	16,7

Tipo A

Baja explosividad	9	75,0
Promedio	3	25,0

Fuerza cognitiva

Baja fuerza cognitiva	1	8,4
Promedio	4	33,3

Alta fuerza cognitiva	7	58,3
Valoración positiva		
Baja valoración positiva	2	16,7
Promedio	4	33,3
Alta valoración positiva	6	50,0
Valoración negativa		
Alta valoración negativa	6	50,0
Promedio	5	41,7
Baja valoración negativa	1	8,3
Amenaza		
Minimización de la amenaza	1	8,4
Promedio	4	33,3
Maximización de la amenaza	7	58,3
Concentración en el problema		
Promedio	6	50,0
Baja concentración	6	50,0
Bienestar psicológico		
Promedio	6	25,0
Alto bienestar	9	75,0

(Figura 1).

En comparación a los antecedentes de investigaciones mencionadas antes, encontramos que los resultados hallados por Arumugam (2003) en pastores evangélicos de Sudáfrica, evidenciaron que estos mantenían niveles moderados de estrés. Resultado que se asocia con los resultados obtenidos en la presente investigación, en donde el 50% de los pastores evangélicos de Igleico sede Medellín también presentaron niveles promedio de estrés. Aunque la investigación de Arumugam (2003) se asoció con un programa de talleres dirigidos por profesionales de la salud mental, con el fin de evidenciar la eficacia de estos programas en la salud mental de los pastores evangélicos, y a partir de allí, proponer que los pastores evangélicos deben recibir ayuda por parte de los profesionales de la salud mental para controlar las situaciones estresantes.

En la investigación realizada por Brouwer (2011) en Estados Unidos evidenció que los pastores evangélicos presentaban sentimientos de soledad y aislamiento. Esto es particular, puesto que los pastores evangélicos están rodeados a diario por las personas con las que trabajan, los feligreses y sus familiares. Estos resultados comparados con los resultados obtenidos en la presente investigación son notorios, puesto que los pastores evangélicos presentaron bajo apoyo social en un 25%, y en niveles promedio 58.3%.

Pero estos resultados, también se evidenciaron en la investigación realizada en Canadá por Reimer (2010) en donde se halló que los pastores evangélicos tienden a tener sentimientos de soledad que los lleva a permanecer mucho tiempo aislado, provocando así que el estrés se incremente.

Ahora bien, para identificar las áreas que más pueden afectar la salud física en los pastores evangélicos, se correlacionaron los resultados de estrés con cada una de las escalas, a lo que se halló que en los pastores evangélicos que presentaron un promedio de estrés también

presentaron niveles promedio de hábitos de salud el 83,3%; ejercicio, descanso/sueño, alimentación y apoyo social el 66,7%; prevención, fuerza cognitiva, valoración negativa, amenaza y bienestar psicológico el 50% y, valoración positiva el 33,3%. En el área ARC el 83,3% no presentó consumo; el 66,7% indicó baja explosividad; y el 66,7% evidenció alta concentración en el problema. En los pastores evangélicos que se halló una percepción baja de estrés se encontró que en el rango promedio estaban de hábitos de salud, prevención y apoyo social el 50%; ejercicio el 100%; descanso/sueño el 83,3%. En el área ARC el 100% no presentó consumo; el 66,7% indicó buena alimentación, alta valoración positiva y alta valoración negativa; el 83,3 % presento alta fuerza cognitiva y maximización de la amenaza; el 100% presentó alto bienestar psicológico; y, el 83,3% indico baja explosividad (Figura 2).

Ante estos resultados, es claro que en comparación a la descripción de cada una de las escalas (Figura 1), los pastores evangélicos presentan altos porcentajes en variables como la concentración en el problema (66,7% de los que tenían niveles promedio de estrés), la maximización de la amenaza y la valoración negativa (83,3% y 66,7% respectivamente, en los que tenían niveles bajos de estrés). Estos resultados son relevantes, debido a que evidencian las actitudes y valoraciones que los pastores evangélicos hacen de los estímulos ambientales. Por lo que estas áreas pueden afectar la salud mental y física de los pastores evangélicos.

A continuación, se presenta el cuadro (figura 2) en el cual se hace correlacionan los resultados del área Percepción de estrés con las demás áreas evaluadas por el cuestionario Perfil de Estrés, con el fin de determinar cuáles son las áreas que más pueden estar afectando la percepción de estrés de los pastores evangélicos de Igleico.

Variable	Percepción de estrés					
	Promedio		Bajo		Total	
	N	%	N	%	N	%
Hábitos de salud						
Malos hábitos	1	16,7	0	0,0	1	8,3
Promedio	5	83,3	3	50,0	8	66,7
Buenos hábitos	0	0,0	3	50,0	3	25,0
Ejercicio						
Bajo ejercicio	2	33,3	0	0,0	2	16,7
Promedio	4	66,7	6	100,0	10	83,3
Optimo ejercicio	0	0,0	0	0,0	0	0,0
Descanso/sueño						
Bajo descanso	1	16,7	0	0,0	1	8,3
Promedio	4	66,7	5	83,3	9	75,0
Optimo descanso	1	16,7	1	16,7	2	16,7
Alimentación						
Mala alimentación	1	16,7	0	0,0	1	8,3
Promedio	4	66,7	2	33,3	6	50,0
Buena alimentación	1	16,7	4	66,7	5	41,7
Prevención						
Mala prevención	1	16,7	0	0,0	1	8,3
Promedio	3	50,0	3	50,0	6	50,0
Buena prevención	2	33,3	3	50,0	5	41,7
ARC						
No consumo	5	83,3	6	100,0	11	91,7
Consumo	1	16,7	0	0,0	1	8,3
Apoyo social						
Bajo apoyo	1	16,7	2	33,3	3	25,0
Promedio	4	66,7	3	50,0	7	58,3
Alto apoyo	1	16,7	1	16,7	2	16,7
Tipo A						

Variable	Percepción de estrés					
	Promedio		Bajo		Total	
	N	%	N	%	N	%
Baja explosividad	4	66,7	5	83,3	9	75,0
Promedio	2	33,3	1	16,7	3	25,0
Alta explosividad	0	0,0	0	0,0	0	0,0
Fuerza cognitiva						
Baja fuerza cognitiva	1	16,7	0	0,0	1	8,4
Promedio	3	50,0	1	16,7	4	33,3
Alta fuerza cognitiva	2	33,3	5	83,3	7	58,3
Valoración positiva						
Baja valoración positiva	2	33,3	0	0,0	2	16,7
Promedio	2	33,3	2	33,3	4	33,3
Alta valoración positiva	2	33,3	4	66,7	6	50,0
Valoración negativa						
Alta valoración negativa	2	33,3	4	66,7	6	50,0
Promedio	3	50,0	2	33,3	5	41,7
Baja valoración negativa	1	16,7	0	0,0	1	8,3
Amenaza						
Minimización de la amenaza	1	16,7	0	0,0	1	8,4
Promedio	3	50,0	1	16,7	4	33,3
Maximización de la amenaza	2	33,3	5	83,3	7	58,3
Concentración problema						
Baja concentración	0	0,0	0	0,0	0	0,0
Promedio	2	33,3	4	66,7	6	50,0
Alta concentración	4	66,7	2	33,3	6	50,0
Bienestar psicológico						
Poco bienestar	0	0,0	0	0,0	0	0,0
Promedio	3	50,0	0	0,0	3	25,0
Alto bienestar	3	50,0	6	100,0	9	75,0

(Figura 2).

Por otro lado, se intentó identificar las variables que más pudieran afectar la salud física de los pastores evangélicos correlacionando los resultados de la escala de hábitos de salud con los resultados de las variables relacionadas a las conductas saludables. Ante esto se halló que los pastores evangélicos que presentaron buenos hábitos de salud, el 100% estaban en el promedio de ejercicio, así mismo, el 100% tenían buena alimentación y buena prevención; y, en descanso/sueño el 66,7% estaba en el promedio. En aquellos que tuvieron hábitos de salud promedio se halló que en ejercicio y descanso/sueño el 77,8% estaban en el promedio, e igualmente, en alimentación y prevención el 66,7% estaban en el promedio (Figura 3). Estos resultados evidencian que en general los pastores evangélicos de Igleico sede Medellín tiene buenas conductas o hábitos saludables.

A continuación, se presenta el cuadro (figura 3), en el cual quedan consignados los resultados de la correlación del área de Hábitos de Salud con sus respectivas áreas asociadas.

Variable	Hábitos de salud					
	Buenos		Promedio		Total	
	n	%	n	%	N	%
Ejercicio						
Bajo ejercicio	0	0,0	2	22,2	2	16,7
Promedio	3	100,0	7	77,8	10	83,3
Optimo ejercicio	0	0,0	0	0,0	0	0,0
Descanso/sueño						
Bajo descanso	0	0,0	1	11,1	1	8,3
Promedio	2	66,7	7	77,8	9	75,0
Optimo descanso	1	33,3	1	11,1	2	16,7
Alimentación						

Variable	Hábitos de salud					
	Buenos		Promedio		Total	
	n	%	n	%	N	%
Mala alimentación	0	0,0	1	11,1	1	8,3
Promedio	0	0,0	6	66,7	6	50,0
Buena alimentación	3	100,0	2	22,2	5	41,7
Prevención						
Mala prevención	0	0,0	1	11,1	1	8,3
Promedio	0	0,0	6	66,7	6	50,0
Buena prevención	3	100,0	2	22,2	5	41,7

(Figura 3).

Así mismo, se intentó identificar las variables que más pudieran afectar la salud mental de los pastores evangélicos correlacionando los resultados de la escala de bienestar psicológico con los resultados de las variables relacionadas a la valoración cognitiva. Así pues, los resultados evidenciaron que los pastores evangélicos que presentaron alto bienestar psicológico el 55,6% tenían alta valoración positiva; el 66,7% tenía alta valoración negativa; el 77,8% maximizaba la amenaza; y, el 55,6% estaba en el promedio de concentración del problema. En aquellos que se halló bienestar psicológico promedio, también estaban en el promedio de valoración positiva (33,3%), valoración negativa (66,7%) y amenaza (66,7%); el 66,7% presentaba alta concentración en el problema (Figura 4). Ante estos resultados, vuelve a ser evidente que los pastores evangélicos de Igleico sede Medellín presentan alta valoración negativa (66,7%) maximización de la amenaza (77,8%) y alta concentración en el problema (55,6%), esto para los que presentaron niveles altos de bienestar psicológico. Y en los que presentaron niveles promedio de bienestar psicológico, el 66,7% presentaban alta concentración en el problema.

A continuación, se presenta el cuadro (figura 4) en el cual quedan consignados los resultados de la correlación del área de Bienestar Psicológico con sus respectivas áreas asociadas.

Variable	Bienestar psicológico					
	Alto		Promedio		Total	
	n	%	N	%	N	%
Valoración positiva						
Baja valoración positiva	1	11,1	1	33,3	2	16,7
Promedio	3	33,3	1	33,3	4	33,3
Alta valoración positiva	5	55,6	1	33,3	6	50,0
Valoración negativa						
Alta valoración negativa	6	66,7	0	0,0	6	50,0
Promedio	3	33,3	2	66,7	5	41,7
Baja valoración negativa	0	0,0	1	33,3	1	8,3
Amenaza						
Minimización de la amenaza	0	0,0	1	33,3	1	8,4
Promedio	2	22,2	2	66,7	4	33,3
Maximización de la amenaza	7	77,8	0	0,0	7	58,3
Concentración problema						
Baja concentración	0	0,0	0	0,0	0	0,0
Promedio	5	55,6	1	33,3	6	50,0
Alta concentración	4	44,4	2	66,7	6	50,0

(Figura 4).

En síntesis, de lo presentado en los cuadros anteriores, se evidencia en relación a la Percepción de Estrés, que los pastores evangélicos de Igleico presentan niveles de estrés promedio (50%), aunque al ser el cuestionario Perfil de Estrés un autoinforme, es importante comparar estos resultados con las escalas relacionadas a los Hábitos de Salud y al Bienestar

Psicológico, esto, con el fin de determinar, de acuerdo a los niveles de estrés, cuáles son las áreas en las que la salud física y la salud mental de los pastores evangélicos se pueda ver afectada.

Así pues, al realizar estas correlaciones, se encontró que las áreas de Ejercicio (22,2%) y Descanso/sueño (11,1%), las cuales están relacionadas con los Hábitos de Salud, son las que presentaron una puntuación alta, por lo que estas áreas son las que demandarían mayor atención con respecto a la salud física de los pastores evangélicos.

Por otro lado, se encontró que las áreas de Concentración en el Problema (66,7%) y Maximización de la Amenaza (77,8%) asociadas al Bienestar Psicológico fueron las que arrojaron puntuaciones más elevadas, por lo que estas áreas son las que demandan mayor atención en la salud mental de los pastores evangélicos.

Por último, es importante mencionar los resultados referentes al Apoyo Social percibido por parte de los pastores evangélicos de Igleico de Medellín, en donde el 25% de estos presentó bajo Apoyo Social. Estos resultados se hacen relevantes, no solo por el hecho de ser líderes que permanecen continuamente en relación con gran cantidad de personas y colegas, sino también, por las implicaciones en la salud, tanto física como mental, de la baja percepción de apoyo social.

12. Discusión

Esta investigación tuvo como propósito identificar los niveles de estrés laboral en que se hallaban los pastores evangélicos de Igleico, con el fin de determinar las condiciones físicas y mentales en que estos laboran en sus respectivas congregaciones. A pesar de que no es un campo de estudio ampliamente estudiado, puesto que en nuestro contexto se priorizan algunos campos

ocupacionales, como lo son las ciencias de la medicina, y de la seguridad pública, se realizó esta investigación por la importancia que tiene la religión en la vida de las personas, en donde la influencia de los líderes religiosos afecta las ideas y comportamientos de los feligreses. Aunque se puedan encontrar más investigaciones en otros campos ocupacionales, no tienen el mismo interés por el mundo científico.

Como se pudo ver, esta población no ha sido sometida a los diversos estudios que caracterizan a la psicología, no solo en el contexto colombiano, sino también a nivel sudamericano, encontrando así, solo referencias a investigaciones en Norteamérica y Sudáfrica. En estas investigaciones se hallaron altos niveles de estrés en los pastores evangélicos.

Al replicar el mismo estudio en nuestro contexto colombiano, más específicamente en Medellín, se llegaron a algunas similitudes con los resultados encontrados en las investigaciones referenciadas, pues se evidenció, por medio de la aplicación de la escala Perfil de Estrés, que los niveles de percepción de estrés en los pastores evangélicos de Igleico con sede en Medellín, estaban en el promedio (50%), siendo en las áreas de bajo apoyo social (25%), maximización de la amenaza (58,3%) y concentración en el problema (50%), las de mayor puntuación. Estos resultados son altamente importantes para tener en cuenta por parte de las autoridades eclesiales de Igleico a nivel nacional, con el fin de que las necesidades físicas y psicológicas de los pastores evangélicos sean abordadas como medio preventivo para el cuidado de la salud de estos.

Por último, con los resultados obtenidos se puede concluir, de manera general, que los pastores evangélicos de Igleico, presentan niveles promedio de percepción de estrés, aunque al ser la prueba un autoinforme, no se puede descartar la posibilidad de que los niveles de estrés laboral que estos presenten puedan ser más altos. Esto se sostiene en el hecho de que variables como, ejercicio, descanso/sueño, apoyo social, maximización de la amenaza y concentración en el problema se encontraron en niveles poco recomendables. Por tanto, hay que abordar las necesidades físicas y psicológicas de los pastores evangélicos de Igleico con el propósito de que su desempeño como líderes de congregaciones no se vea afectado por enfermedades físicas o mentales.

13. Conclusión

En la presente investigación se encontraron muy pocas limitaciones, tal vez la más evidente fue la baja participación por parte de los pastores evangélicos de Igleico, en una investigación que tenía como propósito hallar resultados cuantificables que se pudieran sustentar como evidencia para apelar por beneficios ante las autoridades eclesiales de Igleico a nivel nacional. De los 21 pastores evangélicos que laboran en la ciudad de Medellín, solo 12 accedieron a realizar el cuestionario.

Por tanto, se recomienda que para próximas investigaciones, se realicen estudios no solo de tipo cuantitativo, sino también de tipo cualitativo, en los cuales se puedan abordar temas más específicos y de manera más profunda, como lo pueden ser la percepción de estrés que los pastores evangélicos tienen con respecto a su trabajo en las iglesias cristianas. Además de esto, y debido a que esta población no ha sido estudiada ampliamente en nuestro contexto, se

recomienda que se realicen investigación con una población más numerosa y que abarque mayor número de denominaciones, no solo para el estudio del estrés laboral, sino de las demás variables que puedan afectar su salud física y mental, todo dirigido al hecho de que en la posición de líderes que estos tienen deben desempeñarse en buenas condiciones físicas y mentales para que la influencia que estos ejercen sobre sus feligreses sea benéfica, y estos no se vean afectados por algún tipo de desorden físico o mental de los pastores evangélicos.

14. Referencias

Aguado, J., Bátiz, A., & Quintana, S. (2013). El estrés en personal sanitario hospitalario; estado actual. *Medicina y Seguridad del Trabajo*, 59(231), 259-275.

Arias, W. (2012). Estrés laboral en trabajadores desde el enfoque de los sucesos vitales. *Revista Cubana de Salud Pública*, 38(4) 525-535.

Arumugam, S. (2003). *Evaluation of a Clergy Stress Management Intervention*. (Tesis inédita de doctorado). University of Zululand, Kwazulu-Natal.

Bardera, M., García, M., & Pastor, A. (2014). Gestión de estrés en las fuerzas armadas. *Revista del Instituto Español de Estudios Estratégicos*, 4, 1-24.

Belloch, A., Sandín, B., & Ramos, F. (2009). *Manual de Psicopatología*. Madrid: McGRAW-HILL.

Brouwer, C. (2011). *The Experience of Clergy Stress: An Adlerian Perspective*. (Tesis inédita de Maestría). The Faculty of the Adler Graduate School, Minneapolis.

Dennett, R. (2007). *Romper el hechizo. La religión como fenómeno natural*. Buenos Aires: Katz Editores.

Ferreira, G. (s.f). Manejo del estrés para directivos. Universidad nacional de Córdoba. Secretaría de planificación y gestión institucional. 1-28. Recuperado de [http://www.elmayorportaldegerencia.com/Documentos/Directivos/\[PD\]%20Documentos%20-%20Manejo%20del%20stress%20para%20directivos.pdf](http://www.elmayorportaldegerencia.com/Documentos/Directivos/[PD]%20Documentos%20-%20Manejo%20del%20stress%20para%20directivos.pdf)

García, J. (2010). Lo religioso, actor globalizado y globalizador. *Virajes*, 13, 41-96.

Hernández, J., Espinoza, J., & Arellano, M. (2014). Influencia del comportamiento del líder en el desarrollo de los recursos humanos. *RIAF*, 7(6), 75-90.

Hume, D. (1966). *Historia natural de la religión*. Buenos Aires: EUDEBA.

Juárez, A. (2007). Factores psicosociales, estrés y salud en distintas ocupaciones: un estudio exploratorio. *Medigrafich*, 9(1), 57-64.

Lazarus, R. (2000). *Estrés y emoción. Manejo e implicaciones en nuestra salud*. Bilbao: Editorial Desclée de Brouwer, S.A.

Lazarus, R. y Folkman, S. (1986). *Estrés y procesos cognitivos*. Barcelona: Ediciones Martínez-Roca.

Ley N° 1090. Código Deontológico y Bioético de la República de Colombia, Bogotá, Colombia, 6 de septiembre de 2006.

López, H. (2009). *Incidencia del síndrome de burnout en sacerdotes católicos latinoamericanos y su relación con la inteligencia emocional*. (Tesis inédita de doctorado). Universidad de Salamanca, Salamanca.

Mancilla, F. (2011). Consecuencias del estrés de rol. *Medicina y seguridad del trabajo*, 57(225), 361-370.

Marulanda, I. (2007). *Estrés laboral: enemigo silencioso de la salud mental y la satisfacción con la vida*. Bogotá D.C.: Ediciones Uniandes.

Ministerio de Asuntos Exteriores y de Cooperación. (2017). Oficina de Información Diplomática. Gobierno de España. Recuperado de http://www.exteriores.gob.es/Documents/FichasPais/COLOMBIA_FICHA%20PAIS.pdf

Ministerio del Interior. (2015). Informe de análisis de variables de la Caracterización de Entidades Religiosas. Bogotá, D.C.

Ministerio del Interior. (2017). Registro público de entidades religiosas. Bogotá, D.C.

Nowack, K. (2002). *Perfil de Estrés*. México: El Manual Moderno.

Pautt, G. (2011). Liderazgo y dirección: dos conceptos distintos con resultados diferentes. *Rev.fac.cienc.econ*, 19(1), 213-228.

Peiró, J., & Rodríguez, I. (2008). Estrés laboral, liderazgo y salud organizacional. *Papeles del Psicólogo*, 29(1), 68-82.

Reimer, S. (2010). Pastoral Well-Being: Findings From The Canadian Evangelical Churches Study. *Church & Faith Trends*, 3(2), 1-17.

Sandín, B. (2008). *El estrés psicosocial: conceptos y consecuencias clínicas*. Madrid: Klinik.

Sandín, B., & Chorot, P. (2002). Cuestionario de Afrontamiento del Estrés (CAE): Desarrollo y validación preliminar. *Revista de Psicopatología y Psicología Clínica*, 8(1), 39-54.