

Estrés percibido, estrategias de afrontamiento y las molestias en la prisión en un grupo de reclusos del establecimiento penitenciario de mediana seguridad y carcelario del municipio de Caucasia, Antioquia, en el año 2018.

Karen Margarita Arrieta Viana.

Diana Karina Fernández Barragán.

Trabajo de grado para optar al título de psicólogas.

Asesor.

Mg. Alexander Alvis Rizzo.

Universidad de Antioquia.

Facultad de Ciencias Sociales y Humanas.

Departamento de Psicología.

Seccional Bajo Cauca.

2018-2.

I Resumen.

La presente investigación tuvo como fin relacionar los niveles de estrés percibido, con las estrategias de afrontamiento y las molestias en prisión, que utilizaron un grupo de reclusos del Establecimiento Penitenciario de Cauca-Antioquia en el año 2018. Se implementó un diseño de corte cuantitativo no experimental, transversal de tipo descriptivo-correlacional. La muestra estuvo conformada por 45 personas (36 hombres y 9 mujeres) reclusos del Establecimiento Carcelario y Penitenciario. Se utilizó la Escala de Estrés Percibido (EEP-14), el Inventario de Estrategias de Afrontamiento (CSI) y el Cuestionario de Molestias en Prisión de Altamirano (2013). Los resultados indicaron que no hay diferencias significativas en el puntaje total de percepción del estrés entre la muestra y la población colombiana. Las estrategias de afrontamiento más utilizadas por la muestra fueron: Solución de Problemas, Búsqueda de Apoyo Social, Espera, Religión, y Evitación Emocional. Las correlaciones encontradas fueron.

Palabras claves: estrategias de afrontamiento, estrés, privación de libertad, molestias en prisión.

II abstract.

The purpose of this research was to explain the levels of stress, coping strategies and discomfort in prison, the use of a group of inmates of the Penitentiary Establishment of Cauca-Antioquia in 2018. A quantitative cut design was implemented, Non-Experimental, transversal, descriptive-correlational type. The sample consisted of 45 people (36 men and 9 women) inmates of the Prison and Penitentiary Establishment. These are the Perceived Stress Scale (EEP-14), the Coping Strategies Inventory (CSI) and the Altamirano Prison Discomfort Questionnaire (2013). The results indicate that there are no significant differences in the total score of the perception of stress between the sample and the Colombian population. The most commonly used coping strategies for the sample were: Problem Solving, Social Support Search, Waiting, Religion and Emotional Avoidance. The correlations used were.

Keywords: coping strategies, stress, deprivation of liberty, discomfort in prison.

Tabla de contenido

| | |
|------------------------------------------------------------------------|----|
| i. Resumen..... | 2 |
| 1. Introducción..... | 6 |
| 2. Planteamiento del problema..... | 9 |
| 3. Estado del arte..... | 13 |
| 3.1 Categoría estrés..... | 13 |
| 3.2. Categoría estrategias de afrontamiento..... | 16 |
| 4. Objetivos..... | 20 |
| 4.1 Objetivo general..... | 20 |
| 4.2 Objetivos específicos..... | 20 |
| 5. Referentes conceptuales..... | 21 |
| 5.1 Estrés..... | 21 |
| 5.1.1 Evaluación primaria..... | 23 |
| 5.1.2 Evaluación secundaria..... | 24 |
| 5.1.3 Reevaluación..... | 25 |
| 5.1.4. Factores que influyen en la evaluación..... | 26 |
| 5.1.5. Propiedades relevantes que influyen en la evaluación..... | 29 |
| 5.2 Estrés percibido..... | 32 |
| 5.3 Afrontamiento..... | 32 |
| 5.3.1 El proceso de afrontamiento..... | 34 |
| 5.3.2 Etapas en el proceso de afrontamiento..... | 35 |
| 5.3.3. Las funciones del afrontamiento..... | 35 |
| 5.3.4 Recursos para el afrontamiento..... | 36 |
| 5.3.5 Limitaciones en la utilización de recursos de afrontamiento..... | 36 |
| 5.3.6 Estrategias de afrontamiento..... | 37 |
| 5.3.7 Estilos de afrontamiento..... | 37 |
| 6. Metodología..... | 39 |
| 6.1. Tipo de investigación..... | 39 |
| 6.2 Diseño de investigación: no experimental transversal..... | 39 |
| 6.3 Nivel de investigación: descriptivo y correlacional..... | 40 |
| 6.4 Población y muestra..... | 40 |
| 6.5 Instrumentos..... | 41 |
| 6.5.1 Perceived Stress Scale (PSS-14)..... | 41 |
| 6.5.2. Escala de Estrategias Coping Modificada (EEC-M)..... | 42 |
| 6.5.3. Cuestionario de molestias en prisión..... | 44 |

| | |
|---------------------------------------------------------------|----|
| 6.6. Procedimiento de recolección..... | 45 |
| 6.7. Análisis de información..... | 46 |
| 7. Consideraciones éticas..... | 47 |
| 8. Resultados..... | 48 |
| 9. Discusión..... | 58 |
| 10. Conclusiones..... | 62 |
| 11. Recomendaciones..... | 64 |
| Bibliografía..... | 65 |
| Anexos..... | 68 |
| Anexo 1. Consentimiento informado..... | 68 |
| Anexo 2. Escala De Estrés Percibido (EPP-14)..... | 69 |
| Anexo 3. Escala de Estrategias Coping Modificada (EEC-M)..... | 71 |
| Anexo 4. Cuestionario de Molestias en Prisión..... | 75 |

Índice de tablas.

| | |
|---------------------------------------------|----|
| Tabla N.1 Sexo..... | 49 |
| Tabla N.2 Estado Civil..... | 49 |
| Tabla N3 Escolaridad..... | 50 |
| Tabla N.4. Número de Hijos..... | 50 |
| Tabla N.5 Tiempo de reclusión en meses..... | 51 |
| Tabla N.6 Recibe visita o Llamada..... | 52 |
| Tabla N.7 Tipo de Proceso..... | 52 |
| Tabla N.8 Estadísticos descriptivos..... | 54 |
| Tabla N.9 Prueba T..... | 55 |
| Tabla N.10 Correlaciones de Pearson | 57 |
| Tabla N 11. Correlaciones de Spearman..... | 58 |

1. Introducción.

En el presente trabajo de investigación se determinó las estrategias de afrontamiento usadas, el nivel de estrés percibido y molestias en prisión presentadas en un grupo de reclusos desarrollada en el centro penitenciario y carcelario de mediana seguridad del municipio de Cauca – Antioquia.

Debido a que la resocialización como objetivo principal del encarcelamiento no se está llevando a cabo y las políticas no garantizan un espacio adecuado, el desarrollo de proyectos para este tipo de población se puede ver afectada. La privación de la libertad conjugada con las consecuencias y circunstancias de la misma, conlleva a que se pueda generar estrés. Va a depender de cada sujeto y las estrategias de afrontamiento utilizadas frente al estrés y las molestias presentadas en el contexto carcelario para que su estadía y bienestar se vea afectada o no.

Para analizar esta problemática es necesario mencionar sus causas, una de ellas es el espacio reducido, producto del hacinamiento presente en la mayoría de los centros carcelarios y penitenciarios en Colombia. El código conductual del sujeto se verá afectado no solo por las condiciones espaciales si no por lo que implica estar encarcelado, la restricción en lugares específicos, la vigilancia a la que se encuentra sometido constantemente, creándose una ruptura entre él y el medio.

El rechazo por parte de la sociedad, los prejuicios que se tienen a nivel cultural, sobre cierto tipo de delitos y en general afectaran al individuo el cual lo único que le queda por hacer frente a ello es el uso de estrategias de afrontamiento. Dichas estrategias son las que determinarán la relación del sujeto con la situación problemática, no es lo mismo enfrentarse con un estilo evitativo que con confrontación, los resultados serán diferentes, por ende, el aprendizaje inmerso también.

Como se mencionó anteriormente el contexto carcelario tiene sus características, las cuales solo se presentan en este medio, como lo es la imposibilidad de cambio de espacio y de compañero, las normas que rigen la institución, como horarios, tratos por parte de los funcionarios. Nada de lo anteriormente mencionado es algo que se pueda modificar como

individuo, sin embargo, el posicionamiento de cada uno marca la diferencia, por ende, el bienestar a nivel psíquico del sujeto.

Realizar esta investigación nos animó a comprobar que la universidad no es siempre un templo sagrado en el que habitan verdades absolutas. La relación con la realidad y las situaciones que rodean el territorio, son tan importantes como la revisión teórica que se realiza en las aulas de clase.

Así mismo, los psicólogos interesados en estas temáticas plantearon nuevas investigaciones relacionadas con el tema de estrategias, estrés, calidad de vida o resocialización.

Esta investigación se desarrolló baso el estudio empírico analítico. Para llevar a cabo se aplicó una metodología de enfoque cuantitativo con características de un diseño no experimental de tipo transversal descriptivo y correlacional. La información es recolectada por medio de instrumentos de medición en el ambiente natural de la muestra como lo son l Escala de Estrés Percibido (EEP-14), Escala de Estrategias Coping Modificada (EEC-M) y el Cuestionario de Molestias en prisión. Igualmente, se trabajó desde un diseño de investigación de corte descriptivo que tiene como característica principal la caracterización de fenómenos, brindando información sobre cómo son y la particularidad de su manifestación. Finalmente, con el fin de relacionar las variables se recurrió a un diseño tipo correlacional, Hernández et al, (2014) plantean que este diseño permitirá describir la relación entre las variables en un momento determinado, si el investigador desea, el sentido de causalidad de las mismas.

Finalmente se analizó los datos obtenidos por medio del programa estadístico SPSS-24. Todo lo anterior se realizó teniendo en cuenta el código ontológico y bioético de psicólogos.

Los resultados obtenidos en la presente investigación indican que el nivel de estrés percibido no difiere significativamente con los valores referentes a la población colombiana, del mismo modo, se pudo determinar las molestias en prisión presentadas por la muestra. Lo que más le causa molestias es molestias por convivencia que hace referencia a aspectos como: la violencia, las presiones, la falta de control, las amenazas. Por último, se pudo evidenciar que la estrategia de afrontamiento más utilizada en esta muestra es Religión.

Del mismo modo se encontraron las siguientes correlaciones del análisis del coeficiente de Pearson: una correlación positiva entre percepción de desamparo y molestias por convivencia; una correlación negativa significativa entre molestias por convivencia y espera; una correlación negativa significativa entre el total molestias en prisión y espera. Y del análisis de correlaciones del coeficiente de Spearman se encontró una correlación negativa significativa entre autoeficacia o control de las situaciones estresantes y solución de problemas.

2. Planteamiento del problema.

En Colombia los gobiernos presidenciales se recuerdan por los escándalos, luchas o leyes que cada presidente hace durante su estadía en el mando, como es el caso del gobierno de José Ignacio de Márquez que, en 1837, expidió el primer código penal en Colombia, lo que permitió la existencia de un conjunto de leyes, que tienen como propósito definir los delitos y establecer la pena ante el quebrantamiento de la ley. Mediante la determinación de las penas, se busca reparar el daño causado por el infractor, permitiendo así, como lo expresa Galvis, (2003) “la reparación moral, por la violación de aspectos éticos, y retribución jurídica, cumpliendo el tiempo correspondiente según las leyes al daño causado” (pág., 19). Además, el código penal colombiano tiene un objetivo fundamental, y es, el respeto a la dignidad humana, que tiene como función principal la resocialización y la rehabilitación de los reclusos, sin importar el delito y la institución donde éste se encuentre.

Así mismo lo afirma el código penitenciario y carcelario colombiano de 1993 en el artículo diez, donde declara que la finalidad de la reclusión es alcanzar la resocialización del individuo, partiendo de que antes de la reclusión, el individuo no tenía una socialización o que se consideraba deficiente o nula y que por ello debía ser direccionado a cambiarla y así tener una de reemplazo, por ello como parte de la resocialización se deberá evaluar personalidad y desarrollar actividades que fomenten la disciplina, el trabajo, y otras actividades como el deporte, la recreación y la cultura.

Sin embargo, Eduardo Montealegre en 2015, menciona que “las penas privativas de la libertad no cumplen con el objetivo para resocializar a los convictos” (Párrafo 5). El incumplimiento de las políticas públicas y proyectos de resocialización son aspectos que afectan la estadía en los centros carcelarios y penitenciarios colombianos, por ende, puede ser generada o aumenten los niveles de estrés, siendo un agente que puede llevar a la desestabilización emocional del individuo.

El contexto carcelario no está desprotegido por las leyes, contando con el respaldo de los artículos que componen el código penitenciario y carcelario de Colombia de 20 de agosto de 1993, constituido de 174 artículos, donde se encuentra todo lo necesario según el estado para regular “las medidas de aseguramiento, las penas privativas de la libertad y las medidas

de seguridad para el personal comprometido”, y además el diario oficial fue avalado en 1993, varios artículos han sido modificados tras los decretos: 2636 de 2004 y ley 1709 de 2014, derogados por la ley 1753 de 2015 y adicionados por el del decreto 2636 de 2004. Dicho código cobijaba en el mes de abril del 2017 a 181.557 personas privadas de la libertad en las diferentes instituciones penitenciarias del país.

La información actualizada del INPEC, dice que: el 97,1% (176.258) de ellas están bajo custodia y vigilancia del mismo, el 1,6% (2.912) en establecimientos de reclusión del orden municipal y el 1,3% (2.357) en establecimientos de la fuerza pública. Entre ellos el 67,1% equivalente a 118.186 internos(as), 30,8% en retención domiciliaria (54,731) y 2,1% bajo control y vigilancia electrónica (3,701). En términos generales la tasa de internos por cada 100 mil habitantes es 241. Para el 2017, la Institución Penitenciaria y Carcelaria del Municipio de Cauca contó con 172 internos entre hombres y mujeres, la capacidad para la que fue construida la instalación es de 63, es decir que el índice de hacinamiento es de 173%, equivalente a 109 (INPEC, 2017).

La privación de la libertad conjugada con las consecuencias y circunstancias de la misma, conlleva a que se genere estrés, siendo experimentado en niveles y con estrategias de afrontamiento diversas, sin embargo, depende del caso y los recursos con los que cuente la persona, como el apoyo familiar, social, ambiente carcelario, intervención por parte de los profesionales.

A continuación, se describirán posibles causas generadoras de estrés en los presidiarios que se encuentran bajo custodia y vigilancia. Como ya se dijo, un problema que se presenta en la mayoría de los centros de reclusión es el hacinamiento, según el reporte anual del INPEC, hay locaciones donde se supera el 100% de la capacidad de internos. En el municipio de Cauca el porcentaje equivalente es de 173%, dicho hacinamiento trae consecuencias que afectarán al sujeto, creando un alza en los índices de violencia, dado que el espacio por persona se verá reducido dramáticamente, llevando a la percepción de violación del espacio íntimo, actuando a la defensiva contra aquel que viole los límites impuestos por ellos mismos.

Del mismo modo, el espacio reducido para poblaciones grandes genera un ambiente poco salubre o sano donde vivir, el metro cuadrado por persona se reduce a medida que son

agregados otros, provocando que los baños, celdas, camas, entre otros elementos propios del establecimiento carcelario, no sean suficientes para la población, llevando finalmente a que la seguridad e integridad se vea afectada.

Por otro lado, la privación de la libertad es la consecuencia misma del delito, ésta afecta de manera directa al código conductual del individuo, puesto que está siendo restringido en la medida de que existen personas a cargo de su control y vigilancia, creando consigo una ruptura con el medio, obviándole el poder de decisión en cuanto a la comunicación con sus familiares y amigos, dificultándose la continuidad de los nexos con ellos debido a la poca, nula o comunicación poco asertiva que se maneje, convirtiéndose éstos en agentes estresores para el recluso.

Otra consecuencia será el rechazo por parte de la sociedad, donde ser presidiario es sinónimo de alguien con el cual no sería bueno mantener una relación cercana. Es así como al hablar de reclusos, todos se espantan y se protegen, porque parece que no hay una plaga más mortal que los que habitan la cárcel, desconociendo muchas de las vivencias dentro de estos lugares. Sin tener en cuenta, muchas veces, que los niveles de estrés a los que un ser humano está expuesto no distinguen de contextos, ni de clases sociales. Si el recluso tiene estrategias de afrontamiento disfuncionales se le dificultará su estadía a nivel relacional y emocional, siendo estas situaciones generadoras de estrés.

Según lo anterior, otro factor a tener en cuenta dentro del estrés en los reclusos, serían las estrategias de afrontamiento, dado que si este no identifica los recursos de afrontamiento a diversas situaciones se le hará más difícil la solución de ellas, ya que estas le servirán para defenderse de su diario vivir y de lo que le produce estrés.

Otro factor que incide en la producción del estrés, son las diferentes molestias de los reclusos, como son; el espacio limitado, los malos olores, la alimentación, el ruido, la relación con los guardias, la relación con los compañeros de celda. Siendo todas estas situaciones nuevas para algunos.

Por último, si el programa de resocialización se cumpliera a cabalidad, fuera posible que los presidiarios atravesaran un proceso donde prime el replanteamiento de su conducta, llevándolos a comprender que existen salidas a las diferentes circunstancias que no lleve

consigo el incumpliendo del código penal colombiano, pero pese al interés de los profesionales en intervenir, existe carencia de recursos humanos y herramientas metodológicas que dificulta que el resultado se asemeje al deseado y sigan las diferentes situaciones que generan estrés.

Según lo anterior, surge la pregunta de esta investigación. ¿Cuáles son las estrategias de afrontamiento que utilizan un grupo de reclusos del establecimiento penitenciario de mediana seguridad y carcelario del municipio de Cauca, Antioquia, ante el estrés percibido, en el año 2018?

3. Estado del arte

A continuación, se presentan los artículos de las investigaciones de la búsqueda relacionada con el tema. Las bases de datos utilizadas fueron: Redalyc, Scielo, Dialnet, Ebsco, Google académico, Apa. Las palabras claves que nos permitieron el hallazgo de las investigaciones fueron: estrategias de afrontamiento, estrés, reclusos, cárceles. Se encontraron 12 antecedentes, agrupados en dos categorías, las cuales son: estrés y estrategias de afrontamiento de estos antecedentes; siete en inglés, uno en portugués y cuatro en español.

Las investigaciones se agruparon en dos categorías denominadas de la siguiente forma: categoría estrés siete investigaciones y categoría estrategias de afrontamiento cinco antecedentes. A continuación, se describen los objetivos de estas investigaciones, los resultados y las conclusiones que se obtuvieron.

3.1 Categoría estrés.

Huang, Zhang, Momartin, Cao y Zhao en 2006, investigaron la relación entre la frecuencia y tipo de eventos traumáticos y la prevalencia de trauma y del trastorno de estrés postraumático entre las reclusas en china. Los resultados arrojaron que; “las prevalencias de trastorno de estrés postraumático de por vida y de trastorno de estrés postraumático actual fueron 15,9% (n = 75) y 10,6% (n = 50), y 82% (n = 386) y que las reclusas habían experimentado al menos un evento traumático. La muestra se dividió en dos grupos según la edad. Un grupo joven simbolizado con una V y un grupo más viejo con una N. El factor más predictivo para el TEPT de vida entre el grupo de edad más joven fue la experiencia de muerte súbita de un amigo cercano o un ser querido, abuso físico durante la infancia, abuso de pareja íntima y abuso sexual antes de la edad de 13 años. Para el grupo de mayor edad, los factores más predictivos fueron una historia de accidente de tráfico, muerte súbita de un amigo íntimo o amado, agresión grave por parte de un conocido o desconocido, testigo de violencia familiar, haber vivido más de 5 eventos traumáticos, pareja íntima abuso y abuso sexual antes de la edad de 13 años. Las mujeres con TEPT tendían a demostrar niveles más altos de ira, hostilidad o sensibilidad interpersonal que aquellas sin diagnóstico parcial o completo”,

(pág., 1). Estos autores concluyeron que en esta muestra de reclusos en china la exposición a los eventos traumáticos era tan común como en países occidentales. Del mismo modo, se encontraron prevalencias de TEPT eran relativamente más bajas de por vida y en la vida actual. Además, que el riesgo de desarrollar TEPT durante toda la vida fue significativamente mayor, sólo para los prisioneros de más edad con antecedentes de más de cinco eventos traumáticos.

Por otro lado, Mikulic y Crespi (2004), centraron su investigación en los estresores y las respuestas de afrontamiento en detenidos primarios y reincidentes, la muestra estuvo conformada por 35 presidiarios siendo esta su primera vez y 35 reincidentes en instituciones carcelarias.

“El objetivo de este estudio fue evaluar las respuestas de afrontamiento implementadas por los mismos ante situaciones percibidas como estresantes, desde el enfoque de los factores de riesgo y protección, especialmente considerando las características del contexto carcelario. Se realizó un estudio de campo exploratorio-descriptivo, comparándose dos muestras intencionales: 35 detenidos primarios en comisarías, y 35 reincidentes en penitenciarias. Los resultados obtenidos indican un predominio de respuestas de afrontamiento evitativas por sobre las de aproximación al problema en todos los evaluados, siendo las principales situaciones estresantes mencionadas la privación de libertad, el distanciamiento familiar y la ruptura con la pareja. Este predominio ha sido asociado por múltiples autores, con estados de indefensión que impiden al sujeto lograr bienestar y control sobre sus propias vidas, y desarrollar características resilientes”, (Mikulic & Crespi, 2004, pág., 1).

Desde otro punto de vista, Ruiz (1999) estudió las relaciones de determinados factores psicosociales con los niveles de estrés y malestar psicológico en prisión con una muestra de 60 internos voluntarios de un centro penal. La investigación tuvo como propósito estudiar las relaciones de determinados factores psicosociales con los niveles de estrés y malestar psicológico en prisión. La recolección de la información se realizó por medio de una encuesta sobre apoyo social objetivo, clima emocional, valores grupales, sucesos en prisión, participación en actividades en prisión, estrés y malestar psicológico. Los resultados arrojaron que:

“la percepción de un clima emocional negativo, el conocer más gente en prisión y la percepción de una dimensión de coacción en la interacción social entre los internos se asociaban a niveles mayores de estrés y/o malestar psicológico, mientras una mayor identificación con los objetivos institucionales y el paso del tiempo en prisión mostraban asociaciones inversas. Los resultados se discuten a la luz de recomendaciones teóricas y metodológicas acerca del estudio del proceso de adaptación a la prisión.” (Ruiz, 1999)

Por otra parte, Boos, Ehlers, y Maercker (2000), investigaron sobre trastorno de estrés postraumático después del encarcelamiento político: el papel de la derrota mental, la alienación y el cambio permanente percibido. Dicha investigación se enfocó en entrevistar a 81 ex presos políticos e investigó si el trastorno de estrés postraumático (TEPT) está relacionado con la forma en que los individuos procesan la experiencia de la prisión. En contraste con los participantes sin PTSD, aquellos con PTSD crónico o remitido eran más propensos a percibir la derrota mental y un sentimiento general de alienación de otras personas. El TEPT crónico también se relacionó con el cambio percibido negativo y permanente en las personalidades o aspiraciones de vida. Los grupos no difirieron en sus intentos de ganar control durante el encarcelamiento. La evidencia de una relación entre compromiso político y PTSD fue mixta. Los resultados sugieren que la derrota mental, la alienación y el cambio permanente están relacionados con el trastorno de estrés postraumático después del trauma interpersonal y pueden necesitar ser abordados en el tratamiento.

Las investigadoras Courtney y Maschi (2012), realizaron una investigación en traumatismo y estrés entre adultos mayores en prisión: rompiendo el ciclo del silencio y se enfocaron en los adultos mayores encarcelados y los altos niveles de experiencias traumáticas previas y eventos estresantes de la vida. Se realizó un análisis de datos secundario del estudio de riesgo y resiliencia en adultos mayores en prisión. Utilizando un diseño de correlación transversal de una encuesta autoinforme en una muestra de 667 adultos mayores encarcelados, con una edad media de 56,5 años. El trauma acumulativo (objetivo y subjetivo) se midió utilizando la lista de verificación de estrés de vida-revisada (LSC-R). Hasta el 70% de los participantes reportaron por lo menos uno de los 31 tipos de eventos traumáticos o estresantes de toda la vida que ocurren en la niñez y / o edad adulta. En promedio, también

reportaron mayores grados de angustia subjetiva actual por ser una víctima, en comparación con un testigo de violencia u otras experiencias estresantes.

Por último, Asberg y Renk (2014), centraron su investigación en el estrés percibido en reclusas con o sin antecedentes de abuso sexual. Dado el creciente número de mujeres encarceladas en los estados unidos, el presente estudio investigó las relaciones entre las percepciones de las reclusas acerca de su propio estrés, locus de control externo (LOC), suficiencia del apoyo social y diversos aspectos del funcionamiento psicológico. En general, las reclusas con antecedentes de abuso sexual infantil no difieren de sus homólogas no abusadas en las variables de interés. Los resultados sugirieron que las percepciones de las reclusas sobre un mayor estrés, un mayor grado de LOC externo y un apoyo social inadecuado se correlacionaban con mayores síntomas de depresión y desesperanza, así como una menor autoestima. En los análisis de regresión, el estrés y el apoyo social fueron predictores significativos para la depresión y la ansiedad. En contraste, el estrés fue el único predictor significativo de desesperanza y autoestima. Finalmente, ninguno de los predictores examinados aquí fue significativo en la predicción del estrés traumático. En general, los hallazgos sugieren la importancia del estrés y el apoyo social en la predicción del ajuste de las reclusas, específicamente sus síntomas de depresión y ansiedad.

3.2. Categoría estrategias de afrontamiento.

Gouta, Punarniki y Sarraj (1997), investigaron sobre experiencias penitenciarias y estilos de afrontamiento entre los hombres palestinos. El objetivo de la investigación radicó en describir diferentes tipos de experiencia penitenciaria y analizar sus relaciones con antecedentes y variables psicológicas. Se entrevistaron a 79 ex prisioneros palestinos sobre sus experiencias penitenciarias, formas de afrontamiento, personalidad y bienestar psicológico. Los resultados del análisis cualitativo revelaron 7 tipos diferentes de experiencia penitenciaria. Sólo una de ellas reflejaba exclusivamente sentimientos negativos, caracterizados por el sufrimiento y la desilusión. Del mismo modo también surgieron resultados relacionados con percepciones relativamente gratificantes caracterizadas como una lucha entre la fuerza y la debilidad, el fulcro heroico, las tareas de desarrollo, una etapa

normativa en la vida de un hombre, el crecimiento de la comprensión personal y el retorno a la religión. En este caso los resultados evidencian que:

“los hombres mayores, los residentes de la ciudad y los expuestos a un alto nivel de tortura percibían el encarcelamiento más como sufrimiento y desilusión que otros hombres. Los ex-prisioneros, que percibían su experiencia como sufrimiento y desilusión, normalmente utilizaban el deseo, la evasión, el escape y la distracción. La tortura y los malos tratos aumentaron la ilusión y el autocontrol como estilos de afrontamiento” (Punarniki & Sarraj, 1997, p. 1)

Por otra parte, Kirchner (2003), centró su investigación en estrategias de afrontamiento y nivel de psicopatología en jóvenes presidiarios su relación con el tiempo de reclusión y situación penitenciaria. El objetivo de esta investigación se centró en analizar el tipo de estrategias que priman en jóvenes reclusos según su grado de desajuste psicológico, y determinar la influencia de dos variables relativas a la propia situación de reclusión: el tiempo transcurrido en la cárcel y la situación penitenciaria (presos preventivos versus penados). La muestra está compuesta por 107 varones reclusos, con una edad media de 20 años. Los instrumentos utilizados son: Coping Responses Inventory- Adult Form (Moos r.h., 1993) y MMPI-2 (adaptación española).

“Los resultados indican que los presos con puntuaciones sintomáticas en el MMPI-2 utilizan más frecuentemente estrategias de foco evitativo, específicamente la descarga emocional. La situación penitenciaria y el tiempo transcurrido en la cárcel tienen escasa influencia como variables explicativas del nivel de psicopatología expresada”. (Kirchner, 2013, P. 2)

Los autores Ireland, Boustead e Ireland (2005) realizaron una investigación donde se exploró el papel de los estilos de afrontamiento como un predictor de mala salud psicológica entre los adolescentes infractores. Participaron 200 delincuentes: 108 jóvenes (18-21 años) y 95 menores (15-17 años). Todos completaron el cuestionario de salud general (GHQ-28) y una versión revisada del cuestionario de estilos de afrontamiento (CSQ-3). Los resultados arrojaron que los jóvenes delincuentes informaron que usaban estilos de afrontamiento emocionales, evasivos y desapegados más que los menores. También reportaron más malestar psicológico general que los menores, con una tendencia a reportar un aumento de la

depresión, ansiedad e insomnio. Tanto para los menores como para los delincuentes juveniles, el afrontamiento emocional predijo una mayor angustia psicológica. Esto fue consistente en diferentes síntomas (es decir, somáticos, ansiedad e insomnio, disfunción social y depresión grave).

“Para los jóvenes delincuentes, el afrontamiento racional predijo una disminución en el malestar general y se encontró en todos los síntomas. Para los juveniles, aunque el desapego individual predijo una disminución de la angustia psicológica general, entre los síntomas sólo predijo la disfunción social. también se encontró un aumento del afrontamiento racional para predecir la disminución de la depresión en los juveniles. El estudio pone de manifiesto las diferencias entre los jóvenes y los delincuentes juveniles con respecto a los estilos de afrontamiento y cómo esto se relaciona con la angustia psicológica. Se pone de relieve la complejidad de tratar de entender la relación de afrontamiento y salud en un entorno penitenciario y se pregunta si estos ajustes están aumentando el potencial de los adolescentes para usar estilos de afrontamiento que pueden no ser los más efectivos.” (Ireland, Boustead & Ireland, 2005, P. 1)

Por otra parte, Botta y Dos Santos (2016) investigaron sobre estrategias de afrontamiento de mujeres en una casa de detención de Cacaol-ro- brasil. El objetivo general es verificar las estrategias de afrontamiento utilizadas por las presidiarias en el sistema penitenciario de una casa de detención del municipio de Cacoal / ro. El estudio tuvo el análisis descriptivo de los datos cuantitativos del resultado de una encuesta de campo, con 8 mujeres presas. El grupo de edad de las participantes es de 20 a 34 años de edad. Se recolectaron los datos a través de la aplicación de los instrumentos: Cuestionario Sociodemográfico e Inventario de Estrategias de Afrontamiento de Folkman y Lazarus.

Los hallazgos del estudio indican que, cuanto mayor es el tiempo de condena, menor es la posibilidad de demostrar autocontrol. En cuanto a la relación entre la condena y tiempo de pena cumplida, indicó que las presas en juicio tienen menor tiempo de pena cumplida y cuanto mayor el tiempo de pena cumplida menor será la revalorización positiva. En cuanto a las visitas, la investigación indicó que cuanto mayor el tiempo de condena menor será el número de visitas recibidas e indicó que cuanto mayor el número de visitas recibidas mayor

será el autocontrol. También tuvo como resultado que cuanto mayor sea el afrontamiento mayor a fuga-esquiva y cuanto mayor el conflicto mayor la resolución de problemas. Que tienen menos aceptación de responsabilidades cuanto mayor sea el autocontrol y cuanto mayor sea el soporte social mayor será la resolución de problemas.

Por último, la investigación de Maschi, Viola, y Morgen, (2013) estuvo centrada en los recursos de afrontamiento y el bienestar mental de los adultos mayores en la cárcel: evidencia empírica que vincula la teoría y la práctica. El propósito de la investigación consistió en realizar una integración teórica de la perspectiva del curso de la vida, la ventaja acumulativa, la desventaja o la desigualdad y las teorías del procesamiento del estrés proporcionan una lente integrada importante para estudiar la relación entre el trauma acumulado interpersonal, social estructural e histórico y las experiencias estresantes en el bienestar mental -estar bienestar mental en la vida posterior.

La muestra estuvo constituida por 677 adultos mayores de 50 años en prisión. Los resultados que se obtuvieron fueron que la mayoría (70%) informó haber experimentado una o más experiencias de vida traumática o estresante durante su vida.

Los participantes también informaron sobre un promedio de 11 casos de traumatismos de varios niveles y eventos estresantes de la vida y persistentes dificultades subjetivas relacionadas con estos eventos. Los resultados indicaron que los recursos internos y externos de afrontamiento (por ejemplo, cognitivo, emocional, físico, espiritual y social) tuvieron un efecto significativo e inverso en la relación entre el trauma y las experiencias de vida estresantes y el bienestar mental.

4. Objetivos.

4.1 Objetivo general.

Relacionar los niveles de estrés percibido, las estrategias de afrontamiento y las molestias en la prisión que presenta un grupo de reclusos del establecimiento penitenciario de mediana seguridad y carcelario del municipio de Cauca, Antioquia, en el año 2018.

4.2 Objetivos específicos.

- Establecer los niveles de estrés percibido presentes en un grupo de reclusos del establecimiento penitenciario de mediana seguridad y carcelario del municipio de Cauca, Antioquia.
- Describir las estrategias de afrontamiento que utilizan un grupo de reclusos del establecimiento penitenciario de mediana seguridad y carcelario del municipio de Cauca, Antioquia, ante el estrés percibido.
- Identificar las molestias en prisión presentes en un grupo de reclusos del establecimiento penitenciario de mediana seguridad y carcelario del municipio de Cauca, Antioquia.

5. Referentes conceptuales.

En este apartado se describieron los referentes conceptuales que sirvieron de apoyo a esta investigación, las bases teóricas que sustentaron los diferentes conceptos, como son el estrés y las estrategias de afrontamiento, cada uno con sus modelos, niveles o estilos, desde autores como Lazarus, Folkman y Hans Selye.

5.1 Estrés.

El estrés es abordado desde posturas diferentes, la presente investigación se basó en el proceso dinámico e interaccional entre estímulo y organismo planteado por Lazarus y Folkman en 1984 para explicar el estrés.

En este caso el estrés es el producto de un “conjunto de interacciones” entre el medio y el individuo, donde el papel mediador lo tendrán los procesos cognitivos que utiliza cada sujeto (Belloh, Sanín y Ramos ,1995, citando a Lazarus y Folkman,1984). Partiendo de ello se realiza una evaluación cuyo resultado excederá los recursos, creando la sensación de irrupción del bienestar, y finalmente respondiendo de forma rápida, intuitiva y automática, por su parte el pensamiento abstracto se torna lento.

Lazarus y Folkman (1986) en el modelo de estrés manifiestan que el sujeto atraviesa etapas o momentos que determinaran el nivel de estrés, en un primer momento se realiza una evaluación cognitiva caracterizando lo percibido, seguido de esto establece acciones para afrontar la situación estresante. El individuo es quien da valor a las situaciones generadoras de estrés, según su ambiente, entorno e historia, de allí que no sea una constante para todos. En este sentido, no hay acontecimientos universales, sino que solo existen cuando una persona los define como tales.

Desde un modelo psicofisiológico, Fernández (citando a Selye 1960) indica que el estrés es el resultado de una demanda, la cual está en constante variación, logrando finalmente una respuesta biológica, de allí que cada persona tenga su manera de responder ante una situación estresante. Desde este modelo el estrés no es visto como una respuesta ante un momento desgastante y sobrevalorado, sino como el resultado no específico de cualquier demanda sobre el cuerpo que tiene un resultado físico o mental. Dicha reacción se

divide en tres fases según Selye (1960): reacción de alarma, fase de resistencia y, finalmente en caso de que el estrés persista al estadio de agotamiento. Del mismo modo, consideraba las situaciones de estrés como aquellas que requieren ajuste por parte del organismo, siendo estas agradables o desagradables. El significado otorgado a la situación depende de las exigencias de ajuste de la conducta.

A nivel fisiológico, se pueden distinguir tres ejes de actuación en la respuesta de estrés (Oblitas, 2010, citando a Labrador, Crespo, Cruzado y Vallejo, 1995) lo cuales son: eje neural, el cual se activa de manera inmediata en todos los casos, provoca una activación simpática y su actuación no suele provocar trastornos psicofisiológicos. Por otro lado, el eje neuroendocrino es más lento para activarse y necesita condiciones de estrés que se mantengan; es el eje más relacionado con la puesta en marcha de las conductas motoras de afrontamiento, siempre que estas impliquen algún tipo de actividad, teniendo relación con los patrones de personalidad tipo A y los trastornos coronarios. Finalmente, el eje endocrino es el que implica mayor actividad hormonal dándose la secreción de hormona del crecimiento y hormonas tiroideas.

Por otro lado, Fernández (citando a Cannon, 1932; Holmes y Rahe, 1967) menciona que el estrés es la respuesta del sujeto a un conjunto de estímulos ambientales productores de tensión y sensación de peligro respectivamente. El estrés es también visto como una variable independiente, un estímulo que afecta al organismo, según Holmes es una demanda que produce malestar, siendo el organismo un agente pasivo y sin libertad de confrontar con recursos psíquicos los eventos determinados.

Por su parte Altamirano (2013) manifiesta que padecer niveles elevados de estrés aumentaría las posibilidades de que el sujeto padezca deterioro cognitivo, por ende, el procesamiento de información de futuras situaciones como estresantes, imposibilitando el afrontamiento acorde y saludable. El estrés no solo traerá repercusiones a la cognición sino también al estado físico, de allí que personas presenten tensiones musculares, cefalea, hábitos poco saludables, como la ingesta de alcohol, drogas y trastorno del sueño, entre otras patologías, “aumentando el riesgo de padecer todo tipo de enfermedades” (Fernández, 2009).

Como ya se mencionó la evaluación cognitiva realizada determinará el resultado, por esta razón el estrés percibido cobra importancia puesto que es la experiencia del sujeto la que

determinará la reacción cognitiva, fisiológica y motriz determinando el afrontamiento a utilizar en cada momento en particular. Finalmente, dependiendo de ello y de los recursos con que se cuente, desde la particularidad el agente percibido como estresor va a ser magnificado o desvalorizado. También autores como Grinker y Spiegel (1945), describieron que “la evaluación de la situación requiere una actividad mental en la que se incluye el proceso de enjuiciamiento, discriminación y elección, basados en la experiencia pasada” (Pág. 50). Complementando con lo dicho de la evaluación, se podría decir que los niveles de experiencia ante el estímulo de estrés determinarán la forma de afrontamiento.

A continuación, se describirán dos formas de evaluación según Lazarus y Folkman, no se podría afirmar que, por ser primaria y secundaria, la una sea más importante que la otra, es más acertado hablar de niveles de implicaciones y es difícil cambiar la terminología habitual utilizada por la literatura para hablar de estos términos. Por otra parte, y como complemento de un proceso de evaluación está la reevaluación.

5.1.1 Evaluación primaria

Se habla de tres clases de evaluación primaria: irrelevante, benigna-positiva y estresante. a continuación, se describirá cada una de ellas:

1. Irrelevante: Se presenta cuando el entorno no genera implicaciones para el individuo se dice que pertenece a la categoría irrelevante. El individuo no se interesa por las consecuencias, no le demuestra valor, necesidad o compromiso a lo que suceda alrededor, por lo tanto, no habrá reacción por parte del mismo. No gana ni pierde nada. Según Lazarus y Folkman, aunque las evaluaciones de lo irrelevante no son de un gran interés adaptativo por sí mismos, sí lo son los procesos cognitivos necesarios para tal catalogación de un acontecimiento.
2. Benigno-positivas: estas evaluaciones son importantes si las consecuencias del encuentro se valoran como positivas, es decir, si se mantiene o se logra el bienestar o si parecen ayudar a conseguirlo. Estas evaluaciones se caracterizan por generar emociones placenteras tales como alegría, amor, felicidad, regocijo y tranquilidad, además estas evaluaciones son totalmente benigno-positivas, sin cierto grado de aprehensión, es decir, son raras.

3. Evaluaciones estresantes: en estas evaluaciones se incluyen aquellas que significan daño/pérdida, amenaza y desafío. Se considera daño o pérdida cuando el individuo ya ha recibido algún perjuicio como haber sufrido una lesión o enfermedad incapacitante, algún daño a la estima propia o social o haber perdido algún ser querido. Los acontecimientos más perjudiciales son aquellos en los que hay pérdida de compromisos importantes. La amenaza está enfocada a aquellos daños o pérdidas que aún no han ocurrido pero que se prevén. Aun cuando ya han tenido lugar, se consideran igualmente amenaza por la carga de implicaciones negativas para el futuro que toda pérdida lleva consigo.

Lazarus y Folkman (1986) mencionaban que la importancia adaptativa primaria de la amenaza se distingue del daño/pérdida en que permite el afrontamiento anticipativo. En la medida en que el futuro es predecible, el ser humano no puede planear y tratar por anticipado algunas de las dificultades que espera encontrarse. El desafío tiene mucho en común con la amenaza en el sentido en que ambos implican la movilización de estrategias de afrontamiento, hay una gran diferencia principal entre los dos.

En el desafío hay una valoración de las fuerzas necesarios para vencer en la confrontación y esto se caracteriza por generar emociones placenteras tales como impaciencia, excitación y regocijo. En la amenaza se valora principalmente el potencial lesivo, el cual está acompañado de emociones negativas tales como miedo, ansiedad y mal humor.

5.1.2 Evaluación secundaria.

Los individuos cuando están en peligro, ya sea bajo amenaza o bajo desafío, actúan sobre la situación predominando una forma de evaluación dirigida a determinar qué puede hacerse y qué llamamos evaluación secundaria. Lazarus y Folkman (1986), hablan de que la actividad evaluativa secundaria es característica de cada confrontación estresante, ya que los resultados dependen de lo que se haga, de que pueda hacerse algo, y de lo que está en juego.

La evaluación secundaria no es un mero ejercicio intelectual encaminado al reconocimiento de aquellos recursos que pueden aplicarse en una situación determinada, sino

que además es un complejo proceso evaluativo de aquellas opciones afrontativas por el que se obtiene la seguridad de que una opción determinada cumplirá con lo que se espera, así como la seguridad de que uno puede aplicar una estrategia particular o un grupo de ellas de forma efectiva.

La respuesta emocional de las evaluaciones secundarias y las estrategias de afrontamiento primarias de lo que hay en juego, están mediadas por la interacción del grado de estrés, la intensidad y calidad de ésta. Según Lazarus y Folkman (1986) esta interacción puede ser muy compleja, si bien nuestra comprensión de ella es todavía muy rudimentaria. Por ejemplo, en igualdad de condiciones, si el individuo se siente incapaz de enfrentarse con una demanda, el estrés que aparecerá será relativamente grande ya que el daño/pérdida no puede vencerse ni prevenirse. Si las consecuencias de una determinada confrontación son importantes para el individuo, la impotencia puede llegar a desbordarlo. Aun cuando el sujeto piense que tiene un poder de control considerable sobre los resultados de la confrontación, puede aparecer un estrés considerable ante la mínima duda cuando es mucho lo que haya en juego.

Las evaluaciones de desafío aparecen con mayor frecuencia cuando el individuo tiene la sensación de control en la relación sujeto-entorno. Sin embargo, no aparecerán cuando el esfuerzo necesario para controlar tal relación no sea importante, puesto que el placer del desafío se halla en la pugna de uno mismo con algo superior.

5.1.3 Reevaluación.

Según Lazarus y Folkman (1986) el concepto de reevaluación hace referencia a un cambio introducido en la evaluación inicial en base a la nueva información recibida del entorno (la cual puede bien eliminar la tensión del individuo o bien aumentarla) y/o en base a la información que se desprende de las propias reacciones de éste. Por ejemplo, el enfado manifiesto afecta a una segunda persona, pero también puede percibirse y suscitar reacciones en el propio individuo, con lo cual puede provocarse la sensación de culpa o de vergüenza o bien de rigidez, e incluso de miedo. Los procesos de evaluación cognitiva son mediadores de estas complejas transacciones bidimensionales entre el individuo y el entorno.

Se puede decir entonces que una reevaluación no es más que una nueva evaluación de una situación que sigue a otra previa y que es capaz de modificarla, ambos procesos no difieren entre sí. Los autores hablan de otra forma de reevaluación llamada reevaluación defensiva, que pertenece con mayor propiedad al tema del afrontamiento cognitivo, y consiste en cualquier esfuerzo que se haga para reinterpretar una situación del pasado de forma más positiva o para afrontar los daños y amenazas del presente mirándolos de una forma menos negativa.

Lazarus y Folkman (1986) concluyeron que, en teoría, lo que distingue esta forma de reevaluación de otras es que la forma defensiva es autoinducida, proviene de la necesidad interna del individuo más que de las presiones del entorno. Empíricamente se diferencia de las otras formas de evaluación basadas en la información en lo mismo que define clínicamente en la conducta defensiva, principalmente su compulsividad, sus contradicciones entre indicadores verbales, conductuales y somáticos medidos en distintos momentos y por las diferencias obvias entre tales evaluaciones y la realidad del medio.

5.1.4. Factores que influyen en la evaluación.

Los factores próximos a mencionar determinaran, lo más sobresaliente para conservar el bienestar, de que forma el individuo comprende el hecho utilizando respuestas emocionales y estrategias de afrontamiento y por último las bases que evaluarán los resultados. Los factores determinantes son: los compromisos y las creencias.

Los compromisos: la definición de compromiso para Lazarus y Folkman contiene elementos cognitivos, en cuanto se habla de alternativas, valores y objetivos, sin dejar de lado las implicaciones motivacionales, la intensidad, persistencia y el componente efectivo con su dirección. Partiendo de lo anterior se puede decir que son la expresión de aquello que es importante para el individuo, determinando lo que se halle en juego ante una situación estresante. Del mismo modo las situaciones que involucren un compromiso importante serán evaluados de forma significativa dependiendo cómo el resultado del afrontamiento “dañen, almacenen o faciliten la expresión del compromiso” (Lazarus y Folkman 1986, p. 80).

La evaluación y próxima respuesta del individuo dependerán del grado de compromiso agregado, por ello este se halla comprometido, con unas cuantas circunstancias en particular, permitiendo centrar su atención y objetivos en especificidades.

Por otro lado, los compromisos estarán mediados por una serie de mecanismos que influirán en la evaluación. en primer lugar, tienen la capacidad de acercar y alejar, creando situaciones que le puedan beneficiar y/o afectar. También la evaluación va a depender de los compromisos en cuanto determinen la sensibilidad del sujeto ante la situación, es decir, su respuesta dependerá en gran medida en la importancia agregada por el sujeto, otro aspecto donde la historia del mismo será un determinante.

Por último, la segunda forma de influencia es la relación de los compromisos con la vulnerabilidad psíquica del sujeto, en este caso entre más comprometido se halle un individuo la situación se tornará potencialmente amenazante e incluso llega a producir daño, aspectos que generarán dificultades a la hora de elaborar una evaluación y una próxima estrategia de afrontamiento, creándose consigo vulnerabilidad. Por ejemplo, un sujeto tendrá reacciones del estrés más marcadas en cuanto considere primordial graduarse de la escuela de medicina a aquel que estudia esta área por suplir el deseo de sus padres. La amenaza será experimentada con mayor intensidad en aquel que considere un compromiso como un objetivo primario a cumplir que en otro que considere el hecho con menor grado de responsabilidad.

Las creencias: son configuraciones cognitivas formadas individualmente o compartidas culturalmente (Lazarus y Folkman, 1986, citando a Wrubel et al; 1981) funcionan como lente perceptual que influirán en la evaluación en cuanto determinan la realidad del entorno, creando un modelo conceptual de significados.

Lazarus y Folkman (1986), manifiestan que Ben (1970) propone dos tipos de creencias. Creencias primitivas consideradas de esta forma por la incapacidad de advertir la relación que tenemos con ellas, se tienen sin saber hasta que son cuestionadas, hasta ser ubicadas en una posición de duda porque algunas circunstancias en la que aparecen son violadas. Y las creencias de orden superior que son aprendidas en cuanto se cree que las experiencias sensoriales son potenciales, siendo precavido con lo que manifiestan las autoridades externas y creando un juicio, permitiendo que con el tiempo estas se construyan

en base a la fe y a la experiencia sin contar con ninguna referencia externa de su evidencia, provocando que la razón no intervenga pasando directamente a constituirse como una creencia primitiva.

La influencia de las creencias en la evaluación yace cuando hay una pérdida súbita de creencias, en este caso la esperanza se convierte en desesperanza, teniendo una percepción de la experiencia extraña, de incertidumbre, donde no hay una creencia que dirija la evaluación y mucho menos la toma de decisiones; otra situación que se puede presentar es la conversión súbita a otro sistema de creencias, en este caso alguna situación valorada positiva anteriormente puede ser vista como buena. En ambos casos habrá transformaciones de las que el individuo y sus semejantes podrán darse cuenta, los cambios manifiestos dependerán en gran medida cuando se logre identificar el nuevo sistema de creencias, es decir, entre más difiera las antiguas creencias con las nuevas, tanto el sujeto como los otros podrán evidenciar tal cambio, puesto que se verá reflejado en las evaluaciones y su relación con el mundo.

En el marco global de las creencias se han asignado dos categorías que influyen directamente con las creencias, ellas son: creencias sobre el control personal y creencias existenciales.

- Creencias sobre el control personal: para empezar a hablar de este tipo de creencias es necesario describir las creencias sobre el control, Lazarus y Folkman (1986) manifiestan que es la creencia general que tienen el individuo de su capacidad para controlar situaciones y acontecimientos importantes, donde va a primar la idea de que los acontecimientos externos dependerán en gran medida de la conducta de actor. En el caso de las creencias sobre el control personal se refiere a las dirigidas hacia la sensación de dominio y confianza que tiene el individuo en su medio.
- Creencias existenciales: la fe en dios u otras figuras divinas que ayudan a conservar la esperanza y motivando al sentido de vida. las creencias ayudan y regulan las emociones, pero no son emocionales por si solas, sino que el compromiso agregado generará una respuesta emocional acorde con las creencias del sujeto.

Finalmente, los compromisos y creencias como factores personales se pueden integrar en un concepto general denominado *sefl*. Lazarus y Folkman, citando a Hilgard (1949, p. 102), mencionan que este concepto se refiere a una serie de motivos y actitudes consigo

mismo y con los otros caracterizado por la permanencia a través de los años, aspecto que se asemeja con los compromisos y creencias, pues son estos los que van a caracterizar al individuo a través de los años.

Factores situacionales que influyen en la evaluación: Lazarus y Folkman plantean que aun si la representación de peligro y/o amenaza de un estímulo sea clara, y todas las personas que están percibiendo así lo consideran, existen variaciones individuales que afectarán la respuesta de forma cuantitativa y cualitativa, por esta razón se considera que estas variaciones dependerán del factor personal y la importancia agregada a la situación. Es en este punto donde se abordará la relación individuo-entorno, donde no solo el estímulo es evaluado como estresante, sino también la situación como tal.

5.1.5. Propiedades relevantes que influyen en la evaluación.

Novedades en la situación: En este apartado se hace referencia a las situaciones las cuales no se tiene ninguna experiencia previa. Es inevitable que se presenten situaciones nuevas, pero debido a la evaluación realizada en situaciones previas el individuo es capaz de usar una con base a sucesos no relacionados consigo mismo, es suficiente con la información obtenida de las relaciones o a través de sus lecturas, para relacionar situaciones con significados, es decir, no se necesita saber, que no se debe consumir un tipo de plantas, para saber que hay riesgo de intoxicación, sin embargo, si no se tienen experiencia previa del caso, es probable que considere tomarlas.

Debido a que estamos en un mundo relacional, una experiencia nunca a va ser completamente nueva, puesto que siempre habrá cierta familiaridad con otros acontecimientos, produciendo que los estímulos sean procesados por sistemas previos de conocimientos.

La evaluación y próxima respuesta estará mediada por el mismo, en el caso de que la situación sea evaluada estresante se debe a que existe una asociación con una experiencia previa. Si se lanza un juicio positivo y/o negativo sobre determinada experiencia relacionada con una situación novedosa lo más seguro es que la respuesta sea en relación con este.

Predictibilidad: Lazarus y Folkman (1986) manifiestan que la predictibilidad es la habilidad de discernir y descubrir características ambientales. La hipótesis de la señal de seguridad sugiere que el hecho de tener una idea de lo que va a suceder, le da al sujeto una idea de cuánto está a salvo de una situación estresante, posibilitando a que haya periodos donde el sujeto pueda mantenerse en un estado de relajación. Por otro lado, el factor predecible ha sido estudiado ampliamente en los animales, indicando la preferencia de los mismos por tener el control y Feedback de la situación. Independientemente de lo encontrado, generalizar en los humanos se tornaría complicado, debido a la complejidad de sus recursos cognitivos y evaluaciones ante situaciones estresantes.

Factores temporales:

Inminencia: “hace referencia al tiempo que transcurre antes de que ocurra un acontecimiento” (Lazarus y Folkman, 1987 p. 115). En estos casos la existencia de la inminencia de un acontecimiento produce que su evaluación sea más intensa, especialmente si hay indicadores de daño o amenaza. Por otro lado, Janis y Mann (1977) examinan el papel de la inminencia en el contexto de los procesos de toma de decisiones en los que hay un interés en juego. Afirman que la capacidad de la decisión depende de la respuesta que se le dé a la pregunta: “¿hay tiempo suficiente de indagar cuidadosamente para lograr una adecuada evaluación de la información?” si la respuesta es sí, “es probable que, antes de elegir una alternativa, el individuo indague una información y sopesa cuidadosamente todo aquello que vaya descubriendo sobre los pro y contras de cada uno de ellos” (Lazarus y Folkman 1986 citando a Janis y Mann, 1977, (pág. 115).

Duración: se refiere al tiempo que persiste un acontecimiento y tiene relación con el concepto de inminencia, diferenciándose en que la inminencia hace referencia al periodo anterior al suceso, mientras que la duración comprende el periodo durante el que el suceso se desarrolla. Lazarus y Folkman mencionan que este concepto se considera con gran frecuencia como un factor principal en la aparición de enfermedad y de psicopatología.

Selye (1956) afirma que los estímulos estresantes prolongados o crónicos agotan al individuo psicológica y físicamente, además este autor ha proporcionado un fuerte impulso

a esta línea de pensamiento con el desarrollo de su concepto del síndrome general de adaptación. Este hace referencia a tres etapas en la respuesta al estrés: la etapa inicial de reacción de alarma, la etapa de resistencia y la etapa de agotamiento. La primera etapa hace referencia a la fase de shock que representa el efecto inicial e inmediato del agente nocivo sobre los tejidos, sus efectos son, por ejemplo, la reducción de la temperatura corporal y el descenso de la presión sanguínea. La segunda fase de reacción de alarma es la fase contra shock, la que se caracteriza por los esfuerzos defensivos activos por parte del sistema psicológico se refleja en una dilatación del córtex adrenal y en un aumento de las secreciones cortico adrenales, lo que produce la elevación de la presión arterial y de la temperatura corporal.

Por último, la etapa de resistencia se caracteriza más concretamente por una triada de reacciones: hipertrofia adrenal, contracción del timo y reducción asociada de linfocitos y de úlceras gástricas, “después de una exposición prolongada a un estrés importante aparece el agotamiento, y muchos de los síntomas de la fase de alarma, aparecen de nuevo. esta fase final produce lo que Selye enfermedades de adaptación, tales como el shock anafiláctico y la artritis y, finalmente, puede conducir a la muerte.” (pág. 121). Lazarus y Folkman (1986) mencionan que los estresantes crónicos no abocan inevitablemente a la etapa que Selye llama de agotamiento, y que la noción que utilizan de crónico son estímulos estresantes repetidos, ha sido expresado durante mucho tiempo por el concepto de habituación, refiriéndose con ello a la disminución de respuesta conductual o fisiológica que se da con la repetición de estímulos. El concepto ha sido analizado con más detalle en animales que en seres humanos. Sin embargo, dos de los aspectos que se hicieron relevantes en la investigación animal son también importantes para los hombres.

Incertidumbre temporal: Lazarus y Folkman (1986) se refieren a incertidumbre temporal cuando existe el desconocimiento de cuándo se va producir un acontecimiento, frente a este término se ha realizado una serie de experimentos, donde se compara el efecto estresante a la incertidumbre referida al tiempo y a la presentación de la situación. Los resultados obtenidos de los mismos fueron parecidos, se dio por determinar que la incertidumbre temporal se relacionó con un nivel alto de estrés en el momento del apareamiento del acontecimiento, su disminución está sujeta a la continuación del

experimento, llevando al individuo a un estado vigilante en el momento de la aparición del estímulo, produciendo un afrontamiento evitativo. Por otro lado, el conocimiento de la aparición y presentación del acontecimiento disminuye el nivel de estrés en los individuos, provocando que la evaluación y próximo afrontamiento sea contraria a la anteriormente mencionada.

Ambigüedad: Se habla de ambigüedad cuando la información necesaria para realizar una evaluación no es clara, poco precisa e insuficiente, creando la sensación de inseguridad en cuanto a la forma como se debería actuar, esto ocurre cuando el individuo decide resolver de forma arbitraria la ambigüedad de la situación, renuncia de determinada manera a su conocimiento exacto. Del mismo modo, cuánto mayor es la ambigüedad más influencia ejercen los factores personales a la hora de determinar los significados de la configuración del entorno. Del mismo modo, este estado aumentará el nivel de amenaza percibido por el sujeto, por ende, la sensación de control sobre la situación disminuye la sensación de desesperanza frente al peligro, cabe mencionar que aplica para aquellos que tienen predisposición a sentirse amenazado bajo el concepto de una situación ambigua.

5.2 Estrés percibido.

Antes de empezar a definir que es estrés percibido es preciso indicar que percepción es el primer conocimiento que se obtiene a partir de los órganos de los sentidos. Teniendo en cuenta lo anterior, el estrés percibido es la percepción subjetiva frente a los estresores, partiendo de esta, se generan respuestas psicológicas en el individuo. Por ello es posible la valoración del grado en que las situaciones de la vida son valoradas como estresantes por el que está experimentando.

5.3 Afrontamiento.

En el concepto de afrontamiento se hayan dos grandes vertientes exploratorias, una de ellas es el modelo animal, el cual se define como aquellas actuaciones que controlan las condiciones aversivas del medio, disminuyendo a su vez la perturbación a nivel

psicofisiológica producida por éstas (Lazarus y Folkman, 1986). Por otro lado, se encuentra el modelo de la psicología psicoanalítica del yo, en el cual el afrontamiento son los procesos utilizados por el sujeto en la relación individuo-entorno.

Según el modelo animal, menninger identifica cinco recursos reguladores, en primer lugar se encuentran “las estrategias necesarias para reducir las tensiones causadas por las situaciones estresantes que se dan en el transcurso de la vida”, estas estrategias son denominadas recursos de afrontamiento (Pág 142), son consideradas como normales, pero hay casos donde el grado de uso de las mismas van a llevar a pensar que existe un desequilibrio o descontrol en el individuo, por ello se llegó a la conclusión de que el grado de desequilibrio interno determinarán las estrategias a utilizar y la adecuada utilización de las mismas. En el segundo grado se encuentra la evitación por disociación e impulsos hostiles. Los recursos de tercer grado son aquellos caracterizados por ser conductas explosivas episódicas, dichos episodios están cargados de conducta agresiva, convulsiones y crisis de pánico. El cuarto grado, indica la desorganización y por el quinto, la desintegración total del yo. Como se pudo apreciar los recursos de afrontamientos del yo son aquellos que representan una mínima desorganización, en este caso todo signo que muestre desequilibrio es indicador de no ser un recurso de afrontamiento.

Por otro lado, según la psicología psicoanalítica, Vaillant (1977) organizan las defensas de modo progresivo desde los mecanismos psicóticos como negación a la realidad externa, distorsión y proyección ilusoria); mecanismos de inmadurez tales como fantasía proyección, hipocondriasis; mecanismos neuróticos como intelectualización, represión, formación reactiva. y el nivel más alto, mecanismos maduros, sublimación, altruismo, supresión, anticipación y buen humor. (Lazarus y Folkman 1986, citando a Vaillant 1977, Pág, 142)

Finalmente, Lazarus y Folkman (1986) proponen que el afrontamiento son aquellos esfuerzos cognitivos y conductuales que están en constante cambio y se desarrollan para manejar las quejas internas o externas de un sujeto estas van a depender de la capacidad de demanda que tenga el sujeto para enfrentarlas. Además, Stone y Cols., (1988), mencionan que el afrontamiento está ligado a una serie de pensamientos y acciones que permiten al individuo adaptarse a situaciones difíciles.

Lo anteriormente manifiesto indica que el afrontamiento está orientado a ser un proceso en vez de ser un rasgo humano, provocando que haya respuestas específicas y en constante cambio. La diferencia establecida entre el afrontamiento y la conducta adaptativa automatizada se basa en que el primero está bajo el estrés psicológico, requiriendo movilización y esfuerzo por parte del individuo, en el caso de la conducta adaptativa automatizada no requiere esfuerzo alguno.

El afrontamiento como proceso cognitivo y conductual no se debe confundir con manejar la situación, puesto que denominarlo de esta forma supone minimizar, tolerar, aceptar el estrés psicológico en vez de un proceso de evaluación individual.

5.3.1 El proceso de afrontamiento.

El afrontamiento cuenta con tres aspectos principales: en primer lugar, se encuentran las observaciones y valoraciones de lo que realmente piensa en contraposición con lo que actúa el sujeto. En segundo lugar, lo que el individuo piensa y hace en condiciones particulares y, por último, hablar de afrontamiento es lo mismo que hacerlo de un proceso cambiante, en el que el individuo se apropia de ciertas estrategias con las cuales defenderse del entorno, como este está en constante cambio, es necesario realizar dicha evaluación constantemente.

Dicha dinámica del afrontamiento no es fruto del azar, dichas modificaciones y reacciones son el resultado de la evaluación y reevaluación realizada previamente, y de la cambiante relación entre individuo-entorno. La modificación del entorno estará mediada por las estrategias utilizadas por el sujeto dirigida al cambio del entorno o independiente del individuo y las actividades realizadas por el mismo. Cualquiera que sea la modificación del entorno implica que se debe hacer una reevaluación y una actividad de afrontamiento dirigida a los nuevos resultados.

5.3.2 Etapas en el proceso de afrontamiento.

Main (Lazarus y Folkman 1987 citando a Main 1977) sugiere la presencia de etapas en el proceso de afrontamiento basándose en experimentos relacionados con la separación del niño con su madre y la reacción conductual y emocional del mismo en el reencuentro. A partir de entonces se pudo determinar tres etapas: protesta, desesperación y desvinculación, agregando la conducta evitativa presentada en los niños es vista por Main como un mecanismo de defensa dirigido a la protección de sí mismo ante las consecuencias desorganizadoras generadas por los sentimientos ambivalentes hacia la madre.

Por otro lado, Shontz (1975) propone un proceso de afrontamiento cuando el individuo se ve enfrentado a una enfermedad, se dice que la primera etapa es la de shock, ocurre cuando el diagnóstico surge sin previo aviso, seguido del sentimiento de distanciamiento, este puede estar acompañado por lucidez o eficiencia en el pensamiento, luego el encuentro, donde se experimenta la desesperanza y por último la negación, etapa la cual es abandonada rápidamente por el despliegue de la realidad.

Al hablar de etapas del afrontamiento en casos particulares se realiza una representación de ciertos modelos cognitivo-afectivo-conductuales predominantes en función del momento del proceso en el que es observado el sujeto. Además de ello crea expectativas en el sujeto y en las personas que están alrededor de lo que se considera apropiado o no. Cabe resaltar que las etapas estarán sometidas a cambios en cuanto exista variabilidad en las culturas.

5.3.3. Las funciones del afrontamiento.

Lazarus y Folkman mencionan que el afrontamiento incluye mucho más que la resolución de un problema y su desarrollo afectivo, sino que cada función está relacionada con el objetivo de cada estrategia. Jnia y Mann (1977) proponen funciones del afrontamiento en el contexto de toma de decisiones especialmente en la búsqueda y evaluación de la información. Del mismo modo White (1949) propone tres funciones las cuales son: “asegurar la información adecuada en el entorno, segundo, mantener condiciones intermedias satisfactorias tanto para la acción como para el procesamiento de la información y por último

mantener autonomía y libertad de movimientos, la libertad para utilizar el propio repertorio según un modelo flexible de expresión” (Lazarus y Folkman 1986, citando a White 1974).

Del mismo modo Lazarus y Folkman (1986) diferencian el afrontamiento dirigido a la emoción y hacia alterar el problema. El primero se refiere a los procesos cognitivos orientados en disminuir la respuesta emocional, entre ellos la evitación, el distanciamiento, la atención selectiva, y las comparaciones positivas, modificando de cierta forma la forma de vivir la situación, sin modificarla objetivamente. Por otro lado, el modo de afrontamiento dirigido al problema se caracteriza por el intento de definición del mismo, búsqueda de soluciones y consideración de alternativas basándose en su costo, beneficio, elección y aplicación. Dentro de este modo de afrontamiento se pueden distinguir dos orientaciones, la primera dirigida a modificar las presiones ambientales, los obstáculos y recursos. Por otro lado, se encuentra el orientado hacia el individuo, donde se producen modificaciones motivacionales y cognitivos.

5.3.4 Recursos para el afrontamiento

Cada persona cuenta con un gran número de recursos y tiene la habilidad de aplicarlos en diferentes demandas realizadas por el entorno, dichos recursos tienen como función neutralizar los efectos del estrés. A modo de ilustración se mencionarán los recursos que beneficiarían al sujeto a la hora del afrontamiento. Salud y energía, creencias positivas, contar con técnicas para la resolución del problema, habilidades sociales, apoyo social y recursos materiales, haciendo referencia al dinero y los bienes que se puedan adquirir con él. (Lazarus y Folkman 1986)

5.3.5 Limitaciones en la utilización de recursos de afrontamiento

Existen factores que pueden restringir el afrontamiento del entorno, estos se denominarán co-actores, y se dividen en dos factores, personales y los que dependen del entorno. Los primeros se refieren a los valores y creencias que prescriben ciertas formas de comportarse, sentir, por ende, responder frente a una situación. Aquí también se encuentran los valores y creencias heredados culturalmente que definirán que conductas y respuestas son

apropiadas o no en diferentes circunstancias. Finalmente, en las condiciones ambientales, el cual va impedir en algunos casos el uso de recursos disponibles (Lazarus y Folkman 1986).

5.3.6 Estrategias de afrontamiento

Todos los seres humanos cuentan con unas estrategias que le permiten afrontar las diferentes situaciones generadoras de estrés, relacionadas con su diario vivir. Para algunos hay situaciones que son más estresantes que para otros, aunque sean potencialmente iguales. Las personas presentan reacciones muy diversas. En esa medida, las estrategias de afrontamiento dependerán de los recursos con los que cuente el individuo y de la importancia que le deposite al agente estresor.

Lazarus y Folkman (1986), distinguen dos tipos generales de estrategias, las cuales son: estrategias de resolución de problemas y estrategias de regulación emocional, la primera ayuda a manejar el problema que está causando el malestar, utilizando mecanismos como la confrontación, en el cual el individuo se sitúa desde una posición activa frente a la situación, de igual forma que búsqueda de soluciones, donde se evalúan las posibles salidas, y apoyo social, es decir en la búsqueda de otro el cual pueda ser de ayuda. La segunda, son los métodos que se utilizan para regular la respuesta emocional ante la situación estresante tales como el autocontrol, donde el individuo es capaz de regular su organismo frente a la situación, el distanciamiento, que consiste en tomar distancia de la situación evaluada en este caso como estresante, también nos encontramos frente a la reevaluación positiva donde el individuo es capaz de realizar una nueva evaluación esta vez direccionada de modo diferente, del mismo modo se encuentra la auto inculcación, donde el sujeto infunde toda la responsabilidad sobre si, y finalmente el escape/evitación de la situación estresante.

5.3.7 Estilos de afrontamiento.

Estos se definen como la tendencia que tiene cada persona al realizar ciertas estrategias ante situaciones diversas. Utilizando los que le ayudan a estar más tranquilo.

Se mencionarán brevemente algunos: personas con estilo evitador y personas con estilo confrontativo; los dos estilos pueden resultar eficaces, aunque ninguno por sí mismo es más efectivo que el otro, esto solo va a depender de la acción directa del individuo ante el problema (Lazarus & Folkman, 1986).

El estilo evitador, resulta útil para los sucesos amenazantes a corto plazo, ya que le permitirá al individuo no hacerle frente a la situación, mientras que el estilo confrontativo, es más útil porque permite la anticipación de planes ante riesgos futuros, aunque estos puedan generar mayor ansiedad. Otro de los estilos es catarsis, concepto trabajado en psicoanálisis y que permite al individuo expresar sus propios sentimientos y estados emocionales con una intensidad bastante alta, al expresarlos se libera y le resulta eficaz para afrontar situaciones. Las alteraciones en el estado de ánimo por enojos o cualquier otra situación, parece que se resuelven más prontamente cuando puedes hablarlo con otra persona, cuando lo exteriorizas y lo pones en palabras, así lo planteaban Penneba y Susman (1988).

Por último, el uso de estrategias múltiples que permite al individuo elegir dentro de sus posibilidades lo que más le ayuda a resolver las situaciones estresantes de manera flexible y seleccionar cuáles son las más relevantes. Estos estilos no son universales y cada ser humano puede utilizarlos de formas diferentes, así como lo describen Lazarus y Folkman (1986), que el afrontamiento depende de aquellos esfuerzos cognitivos y conductuales constantemente cambiantes que se desarrollan para manejar las demandas específicas externas e internas, las cuales están encaminadas a los recursos excedentes o desbordantes que tiene el individuo.

6. Metodología.

6.1. Tipo de investigación.

Para llevar a cabo se aplicó una metodología de enfoque cuantitativo con características de un diseño no experimental de tipo transversal descriptivo y correlacional. La muestra estuvo conformada por 45 reclusos (36 hombres y 9 mujeres) y fue seleccionada de modo no probabilístico con participantes voluntarios. A continuación, se describirá las características de la metodología implementada, así como el procedimiento seguidos, instrumentos y análisis de información.

Con la presente investigación se buscó relacionar los niveles de estrés percibido, las estrategias de afrontamiento y las molestias en la prisión que presenta un grupo de reclusos del establecimiento penitenciario de mediana seguridad y carcelario del municipio de Cauca, Antioquia, para ello se utilizó un enfoque cuantitativo.

Hernández, Fernández y baptista (2014), lo describe como un proceso secuencial, en la cual los procedimientos a seguir están determinados por una serie de etapas que tienen como fin probar hipótesis planteadas por los investigadores. Dichos pasos a seguir parten de una idea inicial, la cual será acotada y delimitada, planteando objetivos y creando un marco teórico en el cual fundamentar la investigación.

La recolección de datos se realizó a través pruebas métricas, las cuales cuentan con puntajes adecuados de confiabilidad y validados en la población que se piensa inquirir. De la información recolectada se estableció los patrones conductuales de la muestra y/o probarán las hipótesis propuestas inicialmente.

6.2 Diseño de investigación: no experimental transversal.

Debido a la intención de esta investigación el diseño implementado fue no experimental. Hernández, Fernández y baptista (2014) manifiesta que la característica principal es la no manipulación consensuada de variables, en este caso la información es

recolectada por medio de instrumentos de medición en el ambiente natural de la muestra, para finalmente analizar lo obtenido. Del mismo modo, se implementó un diseño transversal, que indica, según Hernández et al (2014), que la recolección de muestras se ejecuta en un primer y único momento, con el fin de describir las variables observadas y su relación con el momento de la recolección de la muestra. Este método permitió estar en contacto directo con el ambiente y que los resultados no se vean alterados, porque lo que se busca es identificar variables en un lugar y momento específico.

6.3 Nivel de investigación: descriptivo y correlacional.

Igualmente, se trabajó desde un diseño de investigación de corte descriptivo que tiene como característica principal la caracterización de fenómenos, brindando información sobre cómo son y la particularidad de su manifestación, logrando definir las características, cualidades, procesos particulares de la muestra y los grados de prevalencia de las variables a evaluar, en este caso, determinar los niveles de estrés percibido, las molestias percibidas en prisión y las estrategias de afrontamiento, (Hernández et al, 2014).

Finalmente, con el fin de relacionar las variables se recurrió a un diseño tipo correlacional, Hernández et al, (2014) plantean que este diseño permitirá describir la relación entre las variables en un momento determinado, si el investigador desea, el sentido de causalidad de las mismas. Desde el tipo de investigación correlacional también es permitido evaluar las relaciones causales antes determinadas por hipótesis e investigaciones realizadas previamente. Aplicando el diseño correlacional se pueden cumplir con los objetivos planteados anteriormente, relacionar los niveles de estrés percibido, las estrategias de afrontamiento y las molestias en la prisión que presenta un grupo de reclusos.

6.4 Población y muestra.

Hernández, et al (2014) manifiesta que la muestra es un subgrupo de una población que tiene características similares, en este caso la población está conformada por 172 personas entre hombres y mujeres. La muestra estuvo compuesta por un grupo de 45 reclusos 36 hombres y 9 mujeres en el establecimiento penitenciario de mediana seguridad y carcelario del municipio de Cauca, Antioquia.

La selección de la muestra fue direccionada de forma no probabilística con participantes voluntarios. Lo anterior indica según lo manifiesto por Hernández et al (2014) que no se utilizaron programas estadísticos para la selección de la muestra, otorgándole el poder de decisión a los presidiarios de participar en la investigación, además de ello se tuvieron en cuenta las políticas internas del plantel debido a que hay niveles de seguridad a los que no se puede tener acceso como investigador.

6.5 Instrumentos.

6.5.1 Perceived Stress Scale (PSS-14)

Se hizo uso de la versión española (2.0) de la Perceived Stress Scale (PSS-14) creada por Remor(2009) con el objetivo de conocer el nivel de estrés percibido por las personas ante las situaciones cotidianas durante el último mes, dicha escala consta con 14 reactivos, contando con un patrón de múltiples respuestas, propio de la escala Likert. los ítems 1, 2, 3, 8, 11, 12 cuentan con cinco opciones de respuesta nunca, casi nunca, de vez en cuando, a menudo y muy a menudo, puntuando de 0 a 4; los demás ítems puntúan a la inversa, es decir de 4 a 0. La puntuación que se puede obtener esta en el rango de 0 a 56, cuanto mayor sea la puntuación, más alto es el estrés percibido.

La escala de estrés percibido consta una estructura de dos factores. El **factor 1** comprendido por los ítems 1, 2, 3, 8, 11, 12 y 14, factor considerado como negativo debido a que representa la percepción de **desamparo o pérdida de control y sus consecuencias**, indicando la percepción tenida a través de la experiencia relacionada con la pérdida de control y las consecuencias producidas por el mismo.

Por otro lado, **el factor 2** compuestos por los ítems 4, 5, 6, 7, 9, 10 y 13. Factor considerado como positivo el cual representa **la autoeficacia o control de las situaciones estresantes o amenazantes**, es decir la percepción que tenga el sujeto del control sobre si mismo y la situación estresante. Por último, también determina un valor total del estrés percibido.

Por su parte Campo, Bustos y Romero (2009), sugieren tras la aplicación del instrumento de medición a una muestra colombiana que la consistencia interna y dimensionalidad indican

alta homogeneidad, corroborando la eficacia del instrumento a la hora de evaluar el constructo, del mismo modo los datos obtenidos por los investigadores sugieren que el instrumento es válido en el contexto colombiano.

6.5.2. Escala de Estrategias Coping Modificada (EEC-M)

Para evaluar las estrategias de afrontamiento utilizada por los reclusos se aplicó la Escala de Estrategias Coping Modificada (EEC-M) la versión de Chorot y Sandín (1993), dicha herramienta tiene como objetivo evaluar los recursos y esfuerzos cognitivos, comportamentales, orientados a afrontar un problema o reducir una respuesta emocional, compuesto por 69 ítems, con respuestas comprendidas entre 1 y 6 propias de la escala Likert. Del mismo modo está conformada por 12 Factores:

Factor 1: Solución de problemas (SP). “Esta estrategia se define como la secuencia de acciones orientadas a solucionar el problema, teniendo en cuenta el momento oportuno para analizarlo e intervenirlo”. (Londoño, Henao, Puerta, Posada, Arango, Aguirre y Acevedo. 2009, P. 339). compuesto por los ítems 10, 17, 19, 26, 28, 37, 39, 51, 68.

Factor 2: Búsqueda de apoyo social (BAS). “Estrategia refiere el apoyo proporcionado por el grupo de amigos, familiares u otros, centrado en la disposición del afecto, recibir apoyo emocional e información para tolerar o enfrentar la situación problema, o las emociones generadas ante el estrés.” (Londoño, et al. 2009, P. 339). Compuesto por los Ítems 6, 14, 23, 24, 34, 47, 57.

Factor 3: Espera (ESP). Esta estrategia se define como una estrategia cognitivo-comportamental.² El componente se caracteriza por considerar que los problemas se solucionan positivamente con el tiempo, “hace referencia a una espera pasiva que contempla una expectativa positiva de la solución del problema”. (Londoño, et al. 2009, P. 339). Lo componen los ítems 40, 50, 60, 69.

Factor 4: Religión (REL). “El rezo y la oración se consideran como estrategias para tolerar el problema o para generar soluciones ante el mismo. La creencia en un Dios paternalista

permite la evaluación de su intervención por parte del individuo en prácticamente todas las situaciones estresantes, puede influir sobre la actividad de afrontamiento, tanto en dirección como en intensidad”. (Londoño, et al. 2009, P. 339). Lo componen los Ítems 8, 16, 25, 36, 49, 59, 67.

Factor 5: Evitación emocional (EE). estrategia cognitivo-comportamental

en la cual se evitan expresar las emociones, dada la carga emocional o la desaprobación social, del mismo modo “el objetivo de esta estrategia es evitar las reacciones emocionales valoradas por el individuo como negativas por la carga emocional o por las consecuencias o por la creencia de una desaprobación social si se expresa”. (Londoño, et al. 2009, P. 339). Compuesto por los ítems 11, 20, 21, 30, 41, 43, 53, 62.

Factor 6: Búsqueda de apoyo profesional (BAP). Esta estrategia se describe como el empleo de recursos profesionales para tener mayor información sobre el problema y sobre las alternativas para enfrentarlo. (Londoño, et al. 2009, P. 340). Lo integran los Ítems 7, 15, 35, 48, 58.

Factor 7: Reacción agresiva. (RA). Esta estrategia hace referencia a la expresión impulsiva de la emoción de la ira dirigida hacia sí mismo, hacia los demás o hacia los objetos, la cual puede disminuir la carga emocional que presenta la persona en un momento determinado. En la literatura se encuentra una amplia gama de formas de afrontamiento dirigidas a la emoción. (Londoño, et al. 2009, P. 340). Lo componen los ítems 4, 12, 22, 33, 44

Factor 8: Evitación cognitiva (EC). Estrategia cognitivo comportamental la cual esta orientada en neutralizar los pensamientos valorados como negativos o perturbadores, por medio de la distracción y la actividad. (Londoño, et al. 2009, P. 340). Compuesto por los ítems 31, 32, 42, 54, 63

Factor 9: Reevaluación positiva (RP). Estrategia cognitiva que busca aprender de las dificultades, identificando los aspectos positivos del problema. Es una estrategia de optimismo que contribuye a tolerar la problemática y a generar pensamientos que favorecen

a enfrentar la situación. (Londoño, et al. 2009, P. 340). Lo componen los Ítems 5, 13, 46, 56, 64).

Factor 10: Expresión de la dificultad de afrontamiento (EDA). Estrategia que implica esfuerzo cognitivo y emocional, del mismo modo. describe la tendencia a expresar las dificultades para afrontar las emociones generadas por la situación, expresar las emociones y resolver el problema. Esta estrategia surge como una expresión de desesperanza frente al control de las emociones y del problema, implica un proceso de autoevaluación y monitoreo en donde la autoeficacia no es favorable para resolver las tensiones producidas por el estrés (Londoño, et al. 2009, P. 341). Compuesto por los ítems 45, 52, 55, 61.

Factor 11: Negación (NEG). Estrategia cognitiva donde el individuo no acepta el problema, por ende, lo afronta de esta manera. Con esta estrategia se busca comportarse como si el problema no existiera, se trata de no pensar en él y alejarse de manera temporal de las situaciones que se relacionan con el problema, como una medida para tolerar o soportar el estado emocional que se genera (Londoño, et al. 2009, P. 341). Compuesto por los ítems 1,2, 3.

Factor 12: Autonomía (AUT). Estrategia cognitivo comportamental donde el individuo afronta de forma autónoma los problemas. Del mismo modo, hace referencia a la tendencia a responder ante el problema buscando de manera independiente las soluciones sin contar con el apoyo de otras personas tales como amigos, familiares o profesionales (Londoño, et al. 2009, P. 341). Lo componen los ítems 65, 66.

6.5.3. Cuestionario de molestias en prisión

El cuestionario de molestias en prisión Altamirano (2013) creado específicamente para evaluar los eventos diarios que pueden ser valorados como generadores de malestar por los internos de las cárceles. Para su diseño fue necesario consultar instrumentos como el Cuestionario De Estrés Diario (CED) de Santed, Chorot y Sandín (1991), la “Hassles And Uplifts Scale” de DeLongis, (DeLongis 1985, DeLongis y Cols, 1988), o las escalas de Kanner et al. (1981). Finalmente, para su elaboración se partió de un estudio piloto previo donde se contó con la participación de 3 grupos de internos, en total 45 presos de 3 módulos diferentes.

Transcurrido esto se pudo identificar el listado de molestias enunciadas por cada uno de los participantes y el por qué para proceder a diseñar los ítems del cuestionario. Los factores a evaluar en el cuestionario son:

Factor . Molestias por Convivencia, La cual evalúa las molestias por presentadas por la relación entre internos en la prisión, los ítems que lo conforman son 4, 5, 7, 8 y 10.

El factor 2. Molestias por Normativa, la cual hace alusión a las molestias presentadas por separación que realiza el régimen penitenciario como institución para la separación de los reclusos por el tipo de delitos cometidos, provocando que la convivencia se vea afectada, los ítems que lo conforman son 3, 6 y 9.

El factor 3. Molestias por relaciones personales o cercanas, el cual evalúa la relación cercana con el compañero de celda y con el funcionario, los ítems que lo conforman son, 11 y 12.

6.6. Procedimiento de recolección.

El primer contacto fue con el director del establecimiento penitenciario de mediana seguridad y carcelario del municipio de Cauca. A quien se le solicitó autorización para realizar la presente investigación con dicha población, hecho esto, se procedió a informar e invitar a los privados de la libertad, a participar.

Para la recolección de los datos se implementó la Escala De Estrés Percibido (SSP-14), la Escala De Estrategias Coping Modificada (EEC-M) y el Cuestionario De Molestias En Prisión. Para ello se acondicionarán espacios dentro del establecimiento para que los resultados no se vean afectados, del mismo modo la aplicación se realizó como lo indica los manuales de las pruebas y bajo la supervisión de psicólogos en práctica. Se solicitó el consentimiento informado por escrito antes de la aplicación de las pruebas. La aplicación de los instrumentos se realizó en un encuentro, con el fin de que la correlación entre variables evaluadas no se vea afectada en gran medida. Realizado este procedimiento se realizó el análisis estadístico de la información obtenida.

6.7. Análisis de información.

El respectivo análisis se realizó en base a los manuales de la escala e inventario aplicados con el fin de evitar cometer errores al realizar el análisis estadístico y correlacionar niveles de estrés, estrategias de afrontamiento y molestias en prisión. Se utilizó el programa estadístico SPSS-24 para tener mayor control de la información obtenida de la muestra, de igual forma para llevar a cabo un análisis de información donde primen los criterios de validez y confiabilidad.

7. Consideraciones éticas.

Alrededor de toda la investigación se tuvo en cuenta los derechos fundamentales de las personas integrantes de la muestra, rigiéndose principalmente por los principios bioéticos de los psicólogos en su práctica profesional, cumpliendo a cabalidad los principios de beneficencia, justicia y autonomía, y practicando lo impuesto en la ley 1090 de 2006 en relación con la investigación e implementación de instrumentos psicotécnicos.

A los evaluados se le manifestó la autonomía que tienen bajo la decisión de participar o no en la investigación, la aplicación de los instrumentos psicométricos se implementó después que los reclusos hayan accedido a firmar el consentimiento informado autónomamente, guardando bajo secreto profesional toda la información obtenida, entre ellos datos personales, sociodemográfica, familiar y resultados de los instrumentos implementados. Se realizará devolución a todo aquel que lo requiera. (Ver Anexo 1. consentimiento informado)

8. Resultados

A partir de la aplicación de los instrumentos SSP-14, EEC-M y el Cuestionario de Molestias en Prisión a un grupo de reclusos del Establecimiento Penitenciario de Mediana Seguridad y Carcelario del municipio de Cauca, Antioquia, se realizó el análisis estadístico descriptivo y correlacional de cada una de las variables evaluadas. La muestra en esta investigación fueron 36 hombres y 9 mujeres privados de la libertad, para un total de 45 personas. A continuación, en la tabla 1 se observa la distribución de la población por sexo.

Tabla N 1. Sexo

Sexo

| Sexo | Frecuencia | Porcentaje |
|--------------|-------------------|-------------------|
| Hombre | 36 | 80,0 |
| Mujer | 9 | 20,0 |
| Total | 45 | 100,0 |

Nota: Elaboración propia.

En cuanto al estado civil de la muestra, se evidencia que casi la mitad de se encuentra bajo unión libre con un 48,9%.

Tabla N 2. Estado civil.

Estado civil

| | Frecuencia | Porcentaje | Porcentaje válido | Porcentaje acumulado |
|--------------|-------------------|-------------------|--------------------------|-----------------------------|
| Casado | 4 | 8,9 | 8,9 | 8,9 |
| Soltero | 18 | 40,0 | 40,0 | 48,9 |
| Unión libre | 22 | 48,9 | 48,9 | 97,8 |
| Viudo | 1 | 2,2 | 2,2 | 100,0 |
| Total | 45 | 100,0 | 100,0 | |

Nota: Elaboración propia.

En relación con la escolaridad se evidencia que el 15,6% terminó la primaria y el 8,9% el Bachillerato.

Tabla N3. Escolaridad

| <i>Escolaridad</i> | | | | Porcentaje |
|--------------------|-------------------|-------------------|--------------------------|-------------------|
| | Frecuencia | Porcentaje | Porcentaje válido | acumulado |
| Sin estudios | 6 | 13,3 | 13,3 | 13,3 |
| 1 | 2 | 4,4 | 4,4 | 17,8 |
| 3 | 7 | 15,6 | 15,6 | 33,3 |
| 4 | 2 | 4,4 | 4,4 | 37,8 |
| 5 | 7 | 15,6 | 15,6 | 53,3 |
| 6 | 5 | 11,1 | 11,1 | 64,4 |
| 7 | 1 | 2,2 | 2,2 | 66,7 |
| 8 | 3 | 6,7 | 6,7 | 73,3 |
| 9 | 3 | 6,7 | 6,7 | 80,0 |
| 10 | 3 | 6,7 | 6,7 | 86,7 |
| 11 | 4 | 8,9 | 8,9 | 95,6 |
| Educación superior | 1 | 2,2 | 2,2 | 97,8 |
| No responde | 1 | 2,2 | 2,2 | 100,0 |
| Total | 45 | 100,0 | 100,0 | |

Nota: Elaboración propia.

Los datos proporcionados por la muestra referentes al número de hijos fueron variados: el 22,2 % no tiene hijos. El 60% tiene entre uno y tres hijos, y el 17,7 % tienen entre cuatro, y ocho hijos.

Tabla N 4. Número de hijos.

| <i>Número de hijos</i> | | |
|------------------------|-------------------|-------------------|
| Número de hijos | Frecuencia | Porcentaje |
| 0 | 10 | 22,2 |
| 1 | 11 | 24,4 |
| 2 | 7 | 15,6 |
| 3 | 9 | 20,0 |
| 4 | 2 | 4,4 |
| 5 | 3 | 6,7 |
| 7 | 2 | 4,4 |
| 8 | 1 | 2,2 |
| Total | 45 | 100,0 |

Nota: Elaboración propia.

La muestra de esta investigación está conformada por personas privadas de la libertad, el 57,5% está entre 1 y 14 meses en reclusión; y el 35,2% entre 22 y 72 meses, observándose una mayor concentración entre 1 y 14 meses como se aprecia en la siguiente tabla.

Tabla N 5. Tiempo de reclusión en meses

Tiempo de reclusión en meses

| | Frecuencia | Porcentaje | Porcentaje válido | Porcentaje acumulado |
|--------------|-------------------|-------------------|--------------------------|-----------------------------|
| No responde | 3 | 6,7 | 6,7 | 6,7 |
| 1 | 2 | 4,4 | 4,4 | 11,1 |
| 2 | 5 | 11,1 | 11,1 | 22,2 |
| 3 | 2 | 4,4 | 4,4 | 26,7 |
| 4 | 2 | 4,4 | 4,4 | 31,1 |
| 6 | 3 | 6,7 | 6,7 | 37,8 |
| 7 | 1 | 2,2 | 2,2 | 40,0 |
| 8 | 2 | 4,4 | 4,4 | 44,4 |
| 9 | 2 | 4,4 | 4,4 | 48,9 |
| 10 | 1 | 2,2 | 2,2 | 51,1 |
| 11 | 1 | 2,2 | 2,2 | 53,3 |
| 12 | 2 | 4,4 | 4,4 | 57,8 |
| 14 | 3 | 6,7 | 6,7 | 64,4 |
| 22 | 1 | 2,2 | 2,2 | 66,7 |
| 24 | 1 | 2,2 | 2,2 | 68,9 |
| 25 | 1 | 2,2 | 2,2 | 71,1 |
| 26 | 1 | 2,2 | 2,2 | 73,3 |
| 27 | 1 | 2,2 | 2,2 | 75,6 |
| 28 | 1 | 2,2 | 2,2 | 77,8 |
| 29 | 1 | 2,2 | 2,2 | 80,0 |
| 30 | 1 | 2,2 | 2,2 | 82,2 |
| 36 | 1 | 2,2 | 2,2 | 84,4 |
| 48 | 1 | 2,2 | 2,2 | 86,7 |
| 51 | 1 | 2,2 | 2,2 | 88,9 |
| 54 | 1 | 2,2 | 2,2 | 91,1 |
| 60 | 2 | 4,4 | 4,4 | 95,6 |
| 72 | 2 | 4,4 | 4,4 | 100,0 |
| Total | 45 | 100,0 | 100,0 | |

Nota: Elaboración propia

En cuanto al tipo de beneficios que tiene el recluso, el 51,1% recibe visita, el 15,6% refiere que no recibe visita, ni realiza llamadas.

Tabla N6. Recibe visita o llamada

Recibe visita o llamada

| | Frecuencia | Porcentaje |
|------------------|------------|--------------|
| Llamada | 5 | 11,1 |
| Ninguna | 7 | 15,6 |
| Visita | 23 | 51,1 |
| Visita y llamada | 10 | 22,2 |
| Total | 45 | 100,0 |

Nota: Elaboración propia

En la siguiente tabla se relaciona el tipo de proceso que tiene la persona, observándose que el 31,1% fue procesado por los delitos cometidos y el 37,8% fue sindicado.

Es necesario aclarar que se entiende por condenado a aquella persona la cual el tribunal de justicia comprueba y tiene la certeza que la persona acusada ha incumplido con el código civil colombiano. Por su parte es procesado todo aquel el cual el tribunal de justicia considera con alta probabilidad la participación en el delito, Finalmente es sindicado quien le es dirigida una acusación formalmente debido a que los resultados de investigaciones arrojan la posible participación del individuo el individuo.

Tabla N7. Tipo de proceso.

Tipo de proceso

| | Frecuencia | Porcentaje | Porcentaje válido | Porcentaje acumulado |
|-----------------------|------------|--------------|-------------------|----------------------|
| Condenado | 7 | 15,6 | 15,6 | 15,6 |
| Procesado | 14 | 31,1 | 31,1 | 46,7 |
| Sin respuesta | 4 | 8,9 | 8,9 | 55,6 |
| Sindicado | 17 | 37,8 | 37,8 | 93,3 |
| Sindicado y Procesado | 3 | 6,7 | 6,7 | 100,0 |
| Total | 45 | 100,0 | 100,0 | |

Nota. Elaboración propia

A continuación, se exponen la estadística descriptiva de los resultados de las pruebas aplicadas a la muestra. En las dos últimas columnas se presentan los valores de la media y desviación estándar tomados como referencia. Para el Cuestionario de Molestias en Prisión se utilizó las medidas de la población española (Altamirano, 2013), la Escala de Estrategias Coping Modificada (EEC-M) con muestra de referencia colombiana (Londoño, Henao, Puerta, Posada, Arango, Aguirre, 2013) y la Escala de Estrés Percibido (Remor, versión española de Perceived Stress Scale (PSS), 1983) la estadística para la población colombiana.

Los datos obtenidos a partir del análisis de información de la Escala De Estrés Percibido arrojan que la media de la muestra fue de 23,49, puntaje el cual se encuentra dentro de la desviación estándar de referencia. Indicando que no hay diferencias significativas en el puntaje total de percepción del estrés entre la muestra y la población colombiana.

Los resultados obtenidos por los análisis estadísticos del cuestionario de molestias en prisión reflejan que no hay diferencias entre la media y desviación estándar obtenidas con las de referencias en los factores evaluados, sin embargo, es posible identificar que a las personas a las cuales se les aplicó los instrumentos les molesta en mayor medida la convivencia, donde se encuentran aspectos tales como: la violencia, las presiones, la falta de control, las amenazas. Seguido por la normativa regimental y por último las relaciones cercanas. Cabe resaltar que las referencias son de una muestra española, y los resultados estarán condicionados por las particularidades como la cultura, normas institucionales y la realidad en los centros carcelarios en este país. (Ver tabla N°8).

En relación con los resultados obtenidos de factores de la Escala Estrategia Coping Modificada, teniendo en cuenta los puntajes de media y desviación estándar de la muestra y referencia, en el factor Religión la media de la muestra se encuentra por fuera de la desviación estándar indicando la tendencia a utilizar esta estrategia de afrontamiento ante los problemas, recordemos que esta es una estrategia cognitivo comportamental en la cual a través del rezo y la oración se espera tolerar y tener una solución del problema presentado.

En el resto de los factores no se encuentran puntuaciones por fuera de los datos de referencia.

Además de la estrategia Religión se puede notar la tendencia de la muestra a utilizar las estrategias de afrontamiento tales como, Solución de Problemas, Búsqueda de Apoyo

Social, Espera, y Evitación Emocional, los puntajes para dichos factores indican la preferencia de uso en la muestra, sin embargo, se encuentra dentro de los límites normales. Por otro lado, también se evidencia que las estrategias de afrontamiento menos usadas son: Búsqueda de Apoyo Profesional, Reacción Agresiva, Evitación Cognitiva, Reevaluación Positiva, Expresión de la Dificultad de Afrontamiento, Negación y Autonomía, indicando la tendencia al no uso de estas cuando se afronta una situación problemática. Cabe recalcar que la media de los factores no tiene una diferencia significativa entre las arrojadas y la media de referencia en población colombiana.

Tabla N8. Estadísticos descriptivos

| <i>Estadísticos descriptivos</i> | | | | | | | |
|------------------------------------------------------------------|----|--------|--------|-------|---------------------|---------------------|--------------------------------|
| | N | Mínimo | Máximo | Media | Desviación estándar | Media de referencia | Desviación estándar referencia |
| Percepción de desamparo o pérdida de control y sus consecuencias | 45 | 0 | 25 | 12,76 | 6,068 | | |
| Autoeficacia o control de las situaciones estresantes | 45 | 0 | 27 | 10,73 | 5,658 | | |
| Total de estrés percibido | 45 | 10 | 39 | 23,49 | 6,973 | 26,3 | 8,2 |
| Molestias por convivencia | 45 | 6 | 25 | 2,84 | 1,02 | 2,61 | 1,09 |
| Molestias por normativa regimental | 45 | 3 | 14 | 2,63 | 0,82 | 2,48 | 0,98 |
| Molestias por relaciones cercanas | 45 | 2 | 8 | 2,08 | 0,94 | 1,6 | 0,92 |
| Total Molestias en prisión | 45 | 15 | 47 | 2,67 | 0,69 | 2,37 | 0,8 |
| Solución de problemas | 45 | 18 | 51 | 36,84 | 8,61 | 33,5 | 8,4 |
| Búsqueda de apoyo social | 45 | 10 | 42 | 27,82 | 9,006 | 23,2 | 8,2 |
| Espera | 45 | 9 | 54 | 27,4 | 9,377 | 22,5 | 7,5 |
| Religión | 45 | 14 | 42 | 32,29 | 6,49 | 20,7 | 9 |
| Evitación emocional | 45 | 10 | 44 | 28,53 | 7,647 | 25 | 7,6 |
| Búsqueda de apoyo profesional | 45 | 4 | 24 | 12,8 | 6,355 | 10,9 | 5,6 |
| Reacción agresiva | 45 | 5 | 20 | 10,64 | 4,401 | 12,7 | 5,1 |
| Evitación cognitiva | 45 | 7 | 30 | 18,73 | 5,569 | 15,9 | 4,9 |
| Reevaluación positiva | 45 | 9 | 30 | 20,89 | 5,232 | 18,4 | 5,4 |
| Expresión de la dificultad de afrontamiento | 45 | 4 | 19 | 11,38 | 3,366 | 14,8 | 4,7 |
| Negación | 45 | 3 | 18 | 10,22 | 4,161 | 8,8 | 3,3 |
| Autonomía | 45 | 2 | 12 | 6 | 2,468 | 6,8 | 2,8 |
| N válido (por lista) | 45 | | | | | | |

Nota: Elaboración propia.

Los resultados de la prueba T obtenidos demuestran que no hay diferencias estadísticas significativas entre hombres y mujeres en el grupo de las variables evaluada.

Tabla N9. Prueba T.

Prueba T
Estadísticas de grupo

| | Sexo | N | Media | Desviación estándar | Media de error estándar |
|------------------------------------------------------------------|--------|----|-------|---------------------|-------------------------|
| Percepción de desamparo o pérdida de control y sus consecuencias | Hombre | 36 | 12,22 | 6,057 | 1,010 |
| | Mujer | 9 | 14,89 | 5,968 | 1,989 |
| Autoeficacia o control de las situaciones estresantes | Hombre | 36 | 10,53 | 5,906 | ,984 |
| | Mujer | 9 | 11,56 | 4,746 | 1,582 |
| Total de estrés percibido | Hombre | 36 | 22,75 | 7,232 | 1,205 |
| | Mujer | 9 | 26,44 | 5,126 | 1,709 |
| Molestias por convivencia | Hombre | 36 | 14,39 | 4,953 | ,825 |
| | Mujer | 9 | 13,56 | 5,981 | 1,994 |
| Molestias por normativa regimental | Hombre | 36 | 7,75 | 2,419 | ,403 |
| | Mujer | 9 | 8,56 | 2,789 | ,930 |
| Molestias por relaciones cercanas | Hombre | 36 | 4,39 | 1,761 | ,294 |
| | Mujer | 9 | 3,33 | 2,236 | ,745 |
| Total Molestias en prisión | Hombre | 36 | 32,47 | 8,213 | 1,369 |
| | Mujer | 9 | 30,67 | 9,474 | 3,158 |
| Solución de problemas | Hombre | 36 | 39,56 | 6,644 | 1,107 |
| | Mujer | 9 | 26,00 | 7,018 | 2,339 |
| Búsqueda de apoyo social | Hombre | 36 | 28,36 | 9,283 | 1,547 |
| | Mujer | 9 | 25,67 | 7,906 | 2,635 |
| Espera | Hombre | 36 | 27,78 | 9,787 | 1,631 |
| | Mujer | 9 | 25,89 | 7,833 | 2,611 |
| Religión | Hombre | 36 | 33,14 | 5,827 | ,971 |
| | Mujer | 9 | 28,89 | 8,177 | 2,726 |
| Evitación emocional | Hombre | 36 | 29,25 | 7,651 | 1,275 |
| | Mujer | 9 | 25,67 | 7,348 | 2,449 |
| Búsqueda de apoyo profesional | Hombre | 36 | 13,67 | 6,352 | 1,059 |
| | Mujer | 9 | 9,33 | 5,362 | 1,787 |
| Reacción agresiva | Hombre | 36 | 10,53 | 4,273 | ,712 |
| | Mujer | 9 | 11,11 | 5,134 | 1,711 |
| Evitación cognitiva | Hombre | 36 | 19,58 | 5,411 | ,902 |
| | Mujer | 9 | 15,33 | 5,123 | 1,708 |
| Reevaluación positiva | Hombre | 36 | 21,83 | 5,068 | ,845 |
| | Mujer | 9 | 17,11 | 4,256 | 1,419 |
| Expresión de la dificultad de afrontamiento | Hombre | 36 | 11,39 | 3,491 | ,582 |
| | Mujer | 9 | 11,33 | 3,000 | 1,000 |
| Negación | Hombre | 36 | 10,69 | 4,248 | ,708 |
| | Mujer | 9 | 8,33 | 3,354 | 1,118 |
| Autonomía | Hombre | 36 | 6,19 | 2,550 | ,425 |
| | Mujer | 9 | 5,22 | 2,048 | ,683 |

Nota: Elaboración propia.

En los resultados de las correlaciones según el coeficiente de correlación de Pearson se encontró (ver tabla N 10): una correlación negativa entre estrés percibido y reevaluación

positiva. Es decir que, cuando el estrés percibido es mayor, el individuo va a utilizar en menor proporción estrategias cognitivas dirigidas a la identificación de aspectos positivos dificultando que se enfrente la situación y se generen pensamientos que favorezcan.

También se encontró una correlación positiva entre percepción de desamparo y molestias por convivencia. Es decir, entre mayor sensación de pérdida de control, mayor serán las molestias presentadas por el hecho de vivir con otros, en el mismo lugar, sin la posibilidad de modificar dicha situación.

También se halló una correlación negativa significativa entre molestias por convivencia y espera. Es decir, las molestias por convivencia presentadas provocaran la disminución de la estrategia de espera, buscando la resolución de la situación y actuando de forma activa.

Por último, se encontró una correlación negativa significativa entre el total molestias en prisión y espera. Es decir, entre mayor es la molestia en prisión mayor se consideran los problemas de manera pasiva, dejando que el tiempo y otros factores influyan en el problema, puesto que el ambiente carcelario y todo lo que gira a su alrededor difícilmente podrá ser modificado por los presidiarios.

Como se observa en la tabla N° 10 las demás variables no presentan correlaciones significativas.

Tabla N 10. Correlaciones de Pearson.

Correlaciones Pearson

| | | Percepción de desamparo o pérdida de control y sus consecuencias | Total de estrés percibido | Molestias por convivencia | Molestias por normativa regimental | Total Molestias en prisión | Búsqueda de apoyo social | Espera | Evitación emocional | Evitación cognitiva | Reevaluación positiva | Expresión de la dificultad de afrontamiento |
|-------------------------------------------------------------------------|------------------|------------------------------------------------------------------|---------------------------|---------------------------|------------------------------------|----------------------------|--------------------------|--------|---------------------|---------------------|-----------------------|---------------------------------------------|
| Percepción de desamparo o pérdida de control y sus consecuencias | C de Pearson | 1 | ,631** | ,302* | ,291 | ,262 | -,053 | -,292 | ,071 | -,257 | -,116 | ,222 |
| | Sig. (bilateral) | | ,000 | ,044 | ,052 | ,082 | ,731 | ,051 | ,641 | ,089 | ,447 | ,144 |
| | N | 45 | 45 | 45 | 45 | 45 | 45 | 45 | 45 | 45 | 45 | 45 |
| Total de estrés percibido | C de Pearson | ,631** | 1 | ,062 | ,082 | ,032 | -,290 | -,193 | ,099 | -,183 | -,332* | ,174 |
| | Sig. (bilateral) | ,000 | | ,686 | ,593 | ,836 | ,053 | ,204 | ,516 | ,230 | ,026 | ,253 |
| | N | 45 | 45 | 45 | 45 | 45 | 45 | 45 | 45 | 45 | 45 | 45 |
| Molestias por convivencia | C de Pearson | ,302* | ,062 | 1 | ,529** | ,859** | -,101 | -,304* | ,200 | -,036 | -,012 | ,031 |
| | Sig. (bilateral) | ,044 | ,686 | | ,000 | ,000 | ,510 | ,042 | ,188 | ,813 | ,939 | ,841 |
| | N | 45 | 45 | 45 | 45 | 45 | 45 | 45 | 45 | 45 | 45 | 45 |
| Molestias por normativa regimental | C de Pearson | ,291 | ,082 | ,529** | 1 | ,737** | -,046 | -,274 | -,264 | -,277 | -,238 | -,143 |
| | Sig. (bilateral) | ,052 | ,593 | ,000 | | ,000 | ,765 | ,069 | ,080 | ,065 | ,115 | ,350 |
| | N | 45 | 45 | 45 | 45 | 45 | 45 | 45 | 45 | 45 | 45 | 45 |
| Total Molestias en prisión | C de Pearson | ,262 | ,032 | ,859** | ,737** | 1 | -,132 | -,319* | -,042 | -,113 | -,130 | -,005 |
| | Sig. (bilateral) | ,082 | ,836 | ,000 | ,000 | | ,387 | ,033 | ,783 | ,461 | ,394 | ,976 |
| | N | 45 | 45 | 45 | 45 | 45 | 45 | 45 | 45 | 45 | 45 | 45 |
| Búsqueda de apoyo social | C de Pearson | -,053 | -,290 | -,101 | -,046 | -,132 | 1 | ,471** | ,283 | ,421** | ,519** | ,224 |
| | Sig. (bilateral) | ,731 | ,053 | ,510 | ,765 | ,387 | | ,001 | ,060 | ,004 | ,000 | ,139 |
| | N | 45 | 45 | 45 | 45 | 45 | 45 | 45 | 45 | 45 | 45 | 45 |
| Espera | C de Pearson | -,292 | -,193 | -,304* | -,274 | -,319* | ,471** | 1 | ,361* | ,402** | ,283 | ,295* |
| | Sig. (bilateral) | ,051 | ,204 | ,042 | ,069 | ,033 | ,001 | | ,015 | ,006 | ,060 | ,049 |
| | N | 45 | 45 | 45 | 45 | 45 | 45 | 45 | 45 | 45 | 45 | 45 |
| Evitación emocional | C de Pearson | ,071 | ,099 | ,200 | -,264 | -,042 | ,283 | ,361* | 1 | ,340* | ,381** | ,391** |
| | Sig. (bilateral) | ,641 | ,516 | ,188 | ,080 | ,783 | ,060 | ,015 | | ,022 | ,010 | ,008 |
| | N | 45 | 45 | 45 | 45 | 45 | 45 | 45 | 45 | 45 | 45 | 45 |
| Evitación cognitiva | C de Pearson | -,257 | -,183 | -,036 | -,277 | -,113 | ,421** | ,402** | ,340* | 1 | ,525** | -,093 |
| | Sig. (bilateral) | ,089 | ,230 | ,813 | ,065 | ,461 | ,004 | ,006 | ,022 | | ,000 | ,545 |
| | N | 45 | 45 | 45 | 45 | 45 | 45 | 45 | 45 | 45 | 45 | 45 |
| Reevaluación positiva | C de Pearson | -,116 | -,332* | -,012 | -,238 | -,130 | ,519** | ,283 | ,381** | ,525** | 1 | ,057 |
| | Sig. (bilateral) | ,447 | ,026 | ,939 | ,115 | ,394 | ,000 | ,060 | ,010 | ,000 | | ,712 |
| | N | 45 | 45 | 45 | 45 | 45 | 45 | 45 | 45 | 45 | 45 | 45 |
| Expresión de la dificultad de afrontamiento | C de Pearson | ,222 | ,174 | ,031 | -,143 | -,005 | ,224 | ,295* | ,391** | -,093 | ,057 | 1 |
| | Sig. (bilateral) | ,144 | ,253 | ,841 | ,350 | ,976 | ,139 | ,049 | ,008 | ,545 | ,712 | |
| | N | 45 | 45 | 45 | 45 | 45 | 45 | 45 | 45 | 45 | 45 | 45 |

Nota: Elaboración propia

Según la tabla N° 11, se identifican las correlaciones según el coeficiente de Spearman. Se encontró una correlación negativa significativa entre autoeficacia o control de las situaciones estresantes y solución de problemas, es decir, la confianza en la capacidad de tener el control de las situaciones estresantes disminuye la búsqueda la solución de este, no hay motivo alguno para la solución de una situación controlada. Siendo este una correlación relevante. Finalmente, como se observa en la tabla N° 11, las demás correlaciones no son significativas.

Tabla N 11. Correlaciones Spearman

Correlaciones Spearman

| Rho de Spearman | Molestias por relaciones cercanas | Autoeficacia o control de las situaciones estresantes | Autoeficacia o control de las situaciones estresantes | | | | | | | |
|-----------------|-------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------|----------|-------------------------------|-------------------|----------|-----------|-------|--|
| | | | Solución de problemas | Religión | Búsqueda de apoyo profesional | Reacción agresiva | Negación | Autonomía | | |
| | Coefficiente de correlación | 1,000 | ,024 | ,033 | -,017 | -,007 | -,075 | ,222 | ,051 | |
| | Sig. (bilateral) | . | ,876 | ,829 | ,912 | ,961 | ,625 | ,142 | ,739 | |
| | N | 45 | 45 | 45 | 45 | 45 | 45 | 45 | 45 | |
| | Autoeficacia o control de las situaciones estresantes | ,024 | 1,000 | -,381** | -,292 | -,063 | ,000 | -,140 | -,064 | |
| | Sig. (bilateral) | ,876 | . | ,010 | ,051 | ,679 | ,999 | ,360 | ,677 | |
| | N | 45 | 45 | 45 | 45 | 45 | 45 | 45 | 45 | |
| | Solución de problemas | ,033 | -,381** | 1,000 | ,331* | ,300* | ,036 | ,036 | ,318* | |
| | Sig. (bilateral) | ,829 | ,010 | . | ,026 | ,046 | ,816 | ,815 | ,033 | |
| | N | 45 | 45 | 45 | 45 | 45 | 45 | 45 | 45 | |
| | Religión | -,017 | -,292 | ,331* | 1,000 | ,257 | -,143 | ,018 | ,308* | |
| | Sig. (bilateral) | ,912 | ,051 | ,026 | . | ,089 | ,350 | ,908 | ,039 | |
| | N | 45 | 45 | 45 | 45 | 45 | 45 | 45 | 45 | |
| | Búsqueda de apoyo profesional | -,007 | -,063 | ,300* | ,257 | 1,000 | -,095 | ,054 | ,261 | |
| | Sig. (bilateral) | ,961 | ,679 | ,046 | ,089 | . | ,535 | ,724 | ,083 | |
| | N | 45 | 45 | 45 | 45 | 45 | 45 | 45 | 45 | |
| | Reacción agresiva | -,075 | ,000 | ,036 | -,143 | -,095 | 1,000 | ,097 | ,247 | |
| | Sig. (bilateral) | ,625 | ,999 | ,816 | ,350 | ,535 | . | ,525 | ,102 | |
| | N | 45 | 45 | 45 | 45 | 45 | 45 | 45 | 45 | |
| | Negación | ,222 | -,140 | ,036 | ,018 | ,054 | ,097 | 1,000 | ,138 | |
| | Sig. (bilateral) | ,142 | ,360 | ,815 | ,908 | ,724 | ,525 | . | ,366 | |
| | N | 45 | 45 | 45 | 45 | 45 | 45 | 45 | 45 | |
| | Autonomía | ,051 | -,064 | ,318* | ,308* | ,261 | ,247 | ,138 | 1,000 | |
| | Sig. (bilateral) | ,739 | ,677 | ,033 | ,039 | ,083 | ,102 | ,366 | . | |
| | N | 45 | 45 | 45 | 45 | 45 | 45 | 45 | 45 | |

Nota: Elaboración propia

9. Discusión.

En la presente investigación se había planteado cuatro objetivos, uno general, enfocado a relacionar los niveles de estrés percibido, las estrategias de afrontamiento y las molestias en prisión, los resultados arrojados nos muestran que este objetivo se logró dado que se identificaron tanto correlaciones significativas negativas como positivas de las variables evaluadas, utilizando los coeficientes de correlación de Pearson y Spearman.

De la misma manera, se lograron los tres objetivos específicos enfocados a establecer los niveles de estrés percibido en un grupo de reclusos, describir las estrategias de afrontamiento que ellos utilizaban e identificar las molestias presentes en prisión. A continuación, se presenta la discusión de los resultados.

La muestra tomada para esta investigación nos arroja correlaciones bidireccionales para diferentes factores tanto de estrés, de estrategias de afrontamiento como de molestias en prisión. Se halló una correlación negativa significativa entre total de estrés percibido y reevaluación positiva, lo que permite inferir que los reclusos ante la percepción de las situaciones estresantes. Dadas sus condiciones de privación de la libertad, no realizan una reevaluación cognitiva del estresor en términos positivos, es decir, no aprenden de las dificultades, son poco optimistas y sus pensamientos no favorecen el afrontamiento de las situaciones.

Una investigación realizada por José Ignacio Ruiz, enfocada en estudiar las relaciones de determinados factores psicosociales con los niveles de estrés y malestar psicológico en prisión con una muestra de 60 internos voluntarios de un centro penal, arrojó que la percepción de un clima emocional negativo, el conocer más gente en la cárcel y la interacción social con los otros generaba niveles mayores de estrés, mientras que la identificación con los objetivos institucionales y el paso del tiempo en prisión mostraban asociaciones inversas. Se enfocó en las siguientes variables: el apoyo social, los sucesos en prisión, la participación en actividades de la prisión, el impacto de la detención, del encierro y las dimensiones de apoyo social y de valores culturales en la prisión, con cada una se realizaron actividades enfocadas a describir las variables, por ejemplo; en la variable de valores culturales en la prisión, se confeccionó una lista de 29 ítems, con tres posibilidades de respuesta (no, a veces,

sí) sobre facetas de la interacción interpersonal, identificación con el grupo de internos y con los objetivos de la institución.

Si comparamos estos resultados con los obtenidos en esta investigación podríamos asociar o hipotetizar que no es precisamente que se haga una reevaluación negativa o que sean poco optimistas, lo que sí podría suceder es que influyen otros factores como, el apoyo social, los sucesos en prisión, la participación en actividades de la prisión, el impacto de la detención, del encierro y las dimensiones de apoyo social y de valores culturales en la prisión, además de la adaptación individual en la prisión. Ya que la investigación de José Ignacio Ruiz concluyó que todos estos factores actúan como una forma de amortiguar cada suceso en el establecimiento y son estos mismos los que ayudaran al interno a llevar un nivel de estrés menor.

Por otra parte, se observa una correlación negativa significativa entre Molestias por Convivencia y la estrategia de afrontamiento de Espera. Se podría hipotetizar que cuando el grupo de reclusos presenta malestar en las relaciones que se establecen en la convivencia diaria en el centro carcelario, se genera una menor capacidad en esperar que la situación se resuelva con el pasar del tiempo, es decir, se encuentran con mayor desespero e impaciencia ante las situaciones molestas propias de la convivencia, generando un aumento de estrés, al ser un espacio limitado y con condiciones precarias se hace más molesta la convivencia y así mismo la espera. La convivencia genera en los seres humanos un equilibrio en la vida diaria, sin importar el ambiente en el que se encuentre, en el caso de un establecimiento penitenciario y todas las contingencias que se presentan, como presiones por parte de los otros compañeros, las violencias, las amenazas, el querer estar bien sin importar cómo está el otro, son muchas de las situaciones generadoras de estrés y alimentan una menor capacidad en la espera. Además, es importante destacar los aspectos del cuestionario de molestias en prisión que hacen referencia a la convivencia y así mismo aportarán a que el estrés aumente y la espera sea menos soportada, los aspectos son: la violencia, las presiones, la higiene, la falta de control y las amenazas. Habría que preguntarse entonces, ¿qué tanto influyen estos aspectos en el establecimiento de Caucasia para que el estrés por la convivencia sea mayor, y en qué proporción se presentan?

También encontramos una correlación negativa significativa entre Total Molestias en Prisión y Espera, las molestias en prisión no permiten que haya una fluidez en la espera, ocasionado por las múltiples exigencias del espacio, el ruido, la alimentación, los guardianes, los compañeros de celda, entre otros. Esto dificulta la capacidad de espera, y que el tiempo de reclusión se haga mucho menos soportable, teniendo en cuenta que la espera no es proporcional a quedarse en un estado de resignación ante la pena impuesta, es más bien lidiar con las situaciones que se presentan mientras se cumple la condena, retomando la investigación de José Ignacio Ruiz, donde se manifestaba en los resultados que al estar más empáticos con los guardias, con los administrativos y con sus compañeros el estrés del encierro y sus contingencias, proporcionaban en el interno un menor estrés.

Por otro lado, observamos una correlación positiva significativa entre Percepción de Desamparo y Molestias por Convivencia. En esta correlación se podría observar un control para el afrontamiento, es decir que ante la percepción de encontrarse solo en un espacio donde hay muchos otros, todos desconocidos, pero también conocidos por la situación de estar juntos en un espacio que no les permite nada más que socializar e intentar generar un buen ambiente, permitirá una correlación positiva, llevándolos quizá a mejorar la hostilidad, del mismo modo, entre mayor sensación de pérdida de control, mayor serán las molestias presentadas por el hecho de vivir con otros, en el mismo lugar, sin la posibilidad de modificar dicha situación.

Los aspectos evaluados en el factor molestias por convivencia son, la violencia, las presiones, la falta de control y las amenazas, teniendo en cuenta las cualidades de las mismas pues la integridad y salud pueden verse afectadas la percepción de desamparo estará presente, es por ello que estos dos factores se encuentran relacionados y se afectan entre si.

Por último, según el coeficiente de correlación de Spearman observamos una correlación negativa significativa entre autoeficacia o control de las situaciones estresantes y solución de problemas, en este caso la percepción del individuo ante el estrés juega un papel importante, va a depender de ello para que este se dirija a la solución de un problema debido que se busca solucionar uno, cuando se tiene poco control de la situación estresante.

Este aspecto anteriormente mencionado abre interrogantes relacionados con la personalidad de los sujetos, ¿Cómo influye la personalidad de población en el uso de estrategias de afrontamiento, la percepción del estrés y molestias en la prisión?

10. Conclusiones.

De acuerdo a los resultados obtenidos y dando respuesta a los objetivos planteados, esta investigación expresa los siguientes resultados:

Dando cumplimiento al objetivo de describir las estrategias de afrontamiento que utilizan un grupo de reclusos; los resultados obtenidos muestran que la estrategia de afrontamiento más utilizada es la religión, con una media de 32,29, comparada con la media de referencia que es 20,7. Esta es una estrategia cognitivo-comportamental expresada a través del rezo y la oración, dirigido a tolerar o solucionar el problema o las emociones que se generan ante el problema. Se puede plantear que este grupo utiliza más esta estrategia de afrontamiento, permitiendo que la religión sea un apoyo para apaciguar el encierro y que se convierta en una forma de refugiarse de las contingencias del ambiente carcelario; la esperanza de que Dios haga la voluntad de salir pronto, los mantiene sobre la marcha y asumen que están ahí porque Dios lo ha querido así, y será quien les de la fuerza para continuar. Más de allá de lo que se pueda hipotetizar a partir de los resultados obtenidos, habría que preguntarse: ¿qué papel cumple la religión? ¿Por qué la religión, y no otro tipo de estrategia de afrontamiento?

El objetivo de identificar las molestias en prisión se cumplió y los resultados arrojados muestran que la media obtenida es de 2,67 comparada con la media de referencia que es 2,37 podemos observar que se encuentra por encima de esta, pero no sobrepasa los límites de referencia. De los resultados obtenidos se puede concluir que lo que molesta en mayor medida es la convivencia, seguido por la normativa y por ultimo las relaciones cercanas. Si bien la muestra obtuvo puntajes altos, no fueron estadísticamente significativos.

Por último, se logró correlacionar los niveles de estrés percibido, las estrategias de afrontamiento y las molestias en la prisión que presenta un grupo de reclusos del establecimiento penitenciario de mediana seguridad y carcelario del municipio de Cauca, encontrándose según el coeficiente de correlación de Pearson (ver tabla N 10) una correlación negativa entre estrés percibido y reevaluación positiva; una correlación positiva entre percepción de desamparo y molestias por convivencia; una correlación negativa entre

molestias por convivencia y espera; y una correlación negativa entre el total molestias en prisión y espera.

Según la tabla N° 11, se identifican las correlaciones según el coeficiente de Spearman: una correlación negativa significativa entre autoeficacia o control de las situaciones estresantes y solución de problemas.

Los resultados obtenidos permiten dar luz a muchas ideas e hipótesis sobre el uso de estrategias de afrontamiento en esta muestra de presidiarios, conocer los resultados permite trabajar a través de lo conocido, dando lugar al conocimiento y desechando las ideas que se pudieran tener relacionadas con la representación que se tiene de estar preso y lo que implica vivir bajo las situaciones planteadas. A partir de ahora, los directivos cuentan con un antecedente en el cual basarse para formular proyectos y apostarle a la implementación de la resocialización.

11. Recomendaciones.

El paso por una investigación deja en los investigadores sinsabores que permiten darse cuenta de lo que hace falta para una experiencia futura, se espera conseguir lo propuesto cuando se eligen temas de investigación, pero las realidades superan las teorías y los planteamientos teóricos que se hacen no bastan para llenar las realidades.

Se recomienda que se completen las escalas de los test, permitiendo una mayor ampliación de los ítems y los factores evaluados para estrés percibido, estrategias de afrontamiento, no queriendo decir que estos no cumplan con los sustentos teóricos y prácticos para lo que se requiera en el momento, pero estando más completos se logrará dar mayor cumplimiento, indagar otras variables que podrían estar asociadas, por ejemplo, la depresión, la ansiedad.

Además, con el cuestionario de molestias en prisión hacer una validación de este, teniendo en cuenta que no solo las molestias influyen en ellos, los factores culturales, religiosos, sociales también hacen parte del existir del privado de la libertad.

Por otro lado, se podría elegir una muestra más amplia para obtener resultados con mayor concentración de información, es decir la muestra elegida fue de 45, pero esto no es determinante para el grupo total que se encuentra en este establecimiento.

Bibliografía

Aneas-Botta, R., & Dos Santos, K. (2016). Pesquisa de campo sobre estrategias de coping de mulheres presas em uma casa de detenção de cacoal-ro. unesc, PP 1-5.

Arenas, L. & Cerezo, A (2016). Realidad penitenciaria en Colombia: la necesidad de una nueva política criminal. revista criminalidad, 58 (2): PP 175-195.

Asberg, K., & Renk, K. (2014). Perceived stress, external locus of control, and social support as predictors of psychological adjustment among female inmates with or without a history of sexual abuse. International journal of offender therapy and comparative criminology, PP 59-84.

Altamirano, Z. (2013). Cuestionario de Molestias en Prisión.

Altamirano, Z. (2013). El bienestar psicológico en prisión: antecedentes y consecuencias. tesis doctoral. universidad de Madrid.

Belloh, A., Sabin, B., & Ramos, F. (1995). Manual de psicopatología. volumen 2. Editorial MC GRAW HILL.

Botta, R & Dos santos, K.(2016). Pesquisa de campo sobre estratégias de coping de mulheres presas em uma casa de detenção de cacoal-ro. UNESC. PP 1-5.

Boos, A; Ehlers, A, & Maercker, A. (2000). Posttraumatic stress disorder following political imprisonment: journal of abnormal psychology, PP 45-55.

Campo-Arias',A., Bustos-Leiton, G y Romero-Chaparro' A. (2009). Consistencia interna y dimensionalidad de la escala de estrés percibido (eep-10 y eep-14) en una muestra de universitarias de Bogotá-Colombia. AQUICHAN, vol. 9, núm. 3. Bogotá., PP 271-280.

Colombia., c. d. (1993). ley 65 de 1993. código penitenciario y carcelario de Colombia. recuperado de: http://www.secretariassenado.gov.co/senado/basedoc/ley_0065_1993.html.

Courtney & Maschi (2012). Trauma and stress among older adults. Traumatology. PP 73–81.

Cohen, S., Kamarck, T., & Mermelstein, (1983), Versión española (2.0) de la *Perceived Stress Scale (PSS)* de. adaptada por el Dr. Eduardo Remor.

De la Cuesta-Arzamendi, J. (1993). Nuevas formas de delincuencias. capítulo 1, la resocialización: objetivo de la intervención penitenciaria. *Papers D'Estudis|Formación*, PP 9-21.

Galvis, M. (2003). sistema carcelario y penitenciario en Colombia: teoría y realidad. Universidad Pontificia Bolivariana., PP 1-299.

Gouta, S; Punarniki, R.-L; & Sarraj, E (1997). Prison experiences and coping styles. *lawrence erlbaum associates, inc.*, PP 19-36.

Huang, G; Zhang, Y; Momartin, S; Cao, Y & Zhao L. (2006). Prevalence and characteristics of trauma and posttraumatic stress disorder in female prisoners in china. *comprehensive psychiatry*, PP 20-29.

Hernandez-Sampieri, R., Fernandez, C., & Baptista, P. (1991). Metodología de la investigación. Editorial MCGRAW-HILL. PP 1-850.

Ireland, J., Boustead, R., & Ireland, C. (2005). Coping style and psychological health among adolescent prisoners: a study of young and juvenile offenders. *journal of adolescence*, PP 411-423.

INPEC (2017). Informe estadístico abril de 2017. min justicia. PP 1-64.

Kirchner, T. (2003). Estrategias de afrontamiento y nivel de psicopatología en jóvenes presidiarios. relación con el tiempo de reclusión y situación penitenciaria. *acción psicológica*, PP 199-211.

Lazarus, R. y Folkman. (1986). Estrés y procesos cognitivos. Barcelona: ediciones Martínez Roca.

Londoño, N. Henao, G. Puerta, I. Posada, S Arango, D y Aguirre, D. (2013). Escala de Estrategias Coping Modificada (EEC-M).

Londoño, N. Henao, G. Puerta, I. Posada, S Arango, D y Aguirre, D. (2013). Propiedades psicométricas y validación de la escala de estrategias de coping modificada (EEC-M) en una muestra colombiana. universidad de San Buenaventura, Medellín

Maschi, T; Viola, D & Morguen, K (2013). Unraveling trauma and stress, coping resources, and mental well-being among older adults in prison: empirical evidence linking theory and practice. *the gerontologist*, PP 857-867.

Mikulic, I y Crespi, M (2004). Contexto carcelario: un estudio de los estresores y las respuestas de afrontamiento en detenidos primarios y reincidentes. Facultad de psicología - UBA, PP 211-218.

Mikulic, Muiños, Crespi, Fernández, Monges, Lorenzut y Ojeda, (2005). “Transiciones ecológicas”: estudio del afrontamiento de las crisis vitales migración, encarcelamiento y divorcio desde el enfoque de la psicología positiva. facultad de psicología – UBA. Anuario de investigaciones. Volumen VIII PP 175-184.

Pedrero, Olivar, (2010) Estrés percibido en adictos a sustancias en tratamiento mediante la escala de Cohen: propiedades psicométricas y resultados de su aplicación. *Anales de Psicología*, vol. 26, núm. 2, julio, 2010, pp. 302-309. Universidad de Murcia. Murcia, España

Remor, E. (2011). Adaptación española de la escala. Perceived Stress Scale. PP 1-2.

Ruiz, J. I. (1999). Estrés en prisión y factores psicosociales. universidad el bosque, facultad de psicología. PP 120-130.

Anexos

Anexo 1. Consentimiento informado

Ciudad _____, _____ de 2018

yo _____ con el número de cédula _____ y edad ____ certifico que he sido informado, con claridad y veracidad frente a la participación en la investigación de las psicólogas practicantes Diana Karina Fernández Barragán y Karen Margarita Arrieta Viana con los números de cedula, 1066749107 y 1038122871 respectivamente. Del mismo modo he accedido consecuente, libre, y voluntariamente a participar.

Toda la información suministrada y resultados obtenidos tras la aplicación de pruebas será guardada bajo secreto procesional, como lo indica la ley 1090 de 2006.

No se realizará devolución por escrito ni verbalizada, a menos que alguno de los interesados lo manifieste.

Firma y cedula del participante _____

Firma de psicólogas _____

Anexo 2. Escala De Estrés Percibido (EPP-14)

Escala De Estrés Percibido. (EEP-14)

Cohen y colaboradores (1983)

Adaptación: Herrero, Gracia Y Musitu (1996)

En este cuestionario encontrarás preguntas sobre tus pensamientos durante el **último mes**. en cada caso, se te pedirá que indiques con qué frecuencia te sentiste o pensaste de determinada forma. Aunque algunas de las preguntas son similares, existen diferencias entre ellas y debes tratarlas como cuestiones separadas. Lo más adecuado es responder bastante deprisa. Esto es, no intentes contabilizar el número de veces que pensaste de una manera en particular; es mejor que indiques aquella que te parezca la alternativa más adecuada. Para cada pregunta elige entre las siguientes alternativas:

1. Nunca - 2. Casi nunca - 3. A veces - 4. Bastante a menudo - 5. Muy a menudo

| | 1. nunca | 2. casi nunca | 3. de vez en cuando | 4. a menudo | 5. muy a menudo |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------|---------------------|---------------------------|-------------------|-----------------------|
| 1 en el último mes, ¿con qué frecuencia ha estado afectado por algo que ha ocurrido inesperadamente? | | | | | |
| 2 en el último mes, ¿con qué frecuencia se ha sentido incapaz de controlar las cosas importantes en su vida? | | | | | |
| 3 en el último mes, ¿con qué frecuencia se ha sentido nervioso o estresado? | | | | | |
| 4 en el último mes, ¿con qué frecuencia ha manejado con éxito los pequeños problemas irritantes de la vida? | | | | | |
| 5 en el último mes, ¿con qué frecuencia ha sentido que ha afrontado efectivamente los cambios importantes que han estado ocurriendo en su vida? | | | | | |

Estrés percibido, estrategias de afrontamiento y las molestias en la prisión en un grupo de reclusos del establecimiento penitenciario de mediana seguridad y carcelario del municipio de Cauca, Antioquia, en el año 2018

| | | | | | | |
|----|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|--|--|--|--|
| 6 | en el último mes, ¿con qué frecuencia ha estado seguro sobre su capacidad para manejar sus problemas personales? | | | | | |
| 7 | en el último mes, ¿con qué frecuencia ha sentido que las cosas le van bien? | | | | | |
| 8 | en el último mes, ¿con qué frecuencia ha sentido que no podía afrontar todas las cosas que tenía que hacer? | | | | | |
| 9 | en el último mes, ¿con qué frecuencia ha podido controlar las dificultades de su vida? | | | | | |
| 10 | en el último mes, ¿con qué frecuencia se ha sentido que tenía todo bajo control? | | | | | |
| 11 | en el último mes, ¿con qué frecuencia ha estado enfadado porque las cosas que le han ocurrido estaban fuera de su control? | | | | | |
| 12 | en el último mes, ¿con qué frecuencia ha pensado sobre las cosas que le quedan por hacer? | | | | | |
| 13 | en el último mes, ¿con qué frecuencia ha podido controlar la forma de pasar el tiempo? | | | | | |
| 14 | en el último mes, ¿con qué frecuencia ha sentido que las dificultades se acumulan tanto que no puede superarlas? | | | | | |

Anexo 3. Escala de Estrategias Coping Modificada (EEC-M)

| |
|------------------------------------------------------------------------------------------|
| Escala De Estrategias Coping - Modificada (EEC-M) |
| Londoño N. H., Henao G. C., Puerta I. C., Posada S. L., Arango D., Aguirre, D. C. |

A continuación se plantean diferentes formas que emplean las personas para afrontar los problemas o situaciones estresantes que se les presentan en la vida. las formas de afrontamiento aquí descritas no son ni buenas ni malas, ni mejores o peores. simplemente ciertas personas utilizan unas formas más que otras, dependiendo de la situación problema. trate de recordar las diferentes situaciones o problemas más estresantes vividos durante los últimos años, y responda señalando con una x en la columna que le señala la flecha (), el número que mejor indique qué tan habitual ha sido esta forma de comportamiento ante las situaciones estresantes.

1= Nunca. 2= Casi Nunca. 3= A veces. 4= Frecuentemente. 5= Siempre.

| | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
|------------------------------------------------------------------------------------|---|---|---|---|---|---|
| 1. Trato de comportarme como si nada hubiera pasado. | | | | | | |
| 2. Me alejo del problema temporalmente (tomado unas vacaciones, descansando, etc.) | | | | | | |
| 3. Procuero no pensar en el problema. | | | | | | |
| 4. Descargo mi mal humor con los demás. | | | | | | |
| 5. Intento ver los aspectos positivos del problema. | | | | | | |
| 6. Le cuento a familiares o amigos cómo me siento. | | | | | | |
| 7. Procuero conocer mejor el problema con ayuda de un profesional. | | | | | | |
| 8. Asisto a la iglesia. | | | | | | |
| 9. Espero que la solución llegue sola. | | | | | | |
| 10. Trato de solucionar el problema siguiendo unos pasos concretos bien pensados. | | | | | | |
| 11. Procuero guardar para mí los sentimientos. | | | | | | |

| | | | | | | |
|------------------------------------------------------------------------------------------------|--|--|--|--|--|--|
| 12. Me comporto de forma hostil con los demás. | | | | | | |
| 13. Intento sacar algo positivo del problema. | | | | | | |
| 14. Pido consejo u orientación a algún pariente o amigo para poder afrontar mejor el problema. | | | | | | |
| 15. Busco ayuda profesional para que me guíen y orienten. | | | | | | |
| 16. Tengo fe en que puede ocurrir algún. | | | | | | |
| 17. Espero el momento oportuno para resolver el problema. | | | | | | |
| 18. Pienso que con el paso del tiempo el problema se soluciona. | | | | | | |
| 19. Establezco un plan de actuación y procuro llevarlo a cabo. | | | | | | |
| 20. Procuro que los otros no se den cuenta de lo que siento. | | | | | | |
| 21. Evado las conversaciones o temas que tienen que ver con el problema. | | | | | | |
| 22. Expreso mi rabia sin calcular las consecuencias. | | | | | | |
| 23. Pido a parientes o amigos que me ayuden a pensar acerca del problema. | | | | | | |
| 24. Procuro hablar con personas responsables para encontrar una solución al problema. | | | | | | |
| 25. Tengo fe en que dios remedie la situación. | | | | | | |
| 26. Pienso que hay un momento oportuno para analizar la situación. | | | | | | |
| 27. No hago nada porque el tiempo todo lo dice. | | | | | | |
| 28. Hago frente al problema poniendo en marcha varias soluciones. | | | | | | |
| 29. Dejo que las cosas sigan su curso. | | | | | | |
| 30. Trato de ocultar mi malestar. | | | | | | |
| 31. Salgo al cine, a dar una vuelta, etc, para olvidarme del problema. | | | | | | |
| 32. Evito pensar en el problema | | | | | | |
| 33. Me dejo llevar por mi mal humor. | | | | | | |
| 34. Hablo con amigos o familiares para que me animen o tranquilicen cuando me encuentro mal. | | | | | | |
| 35. Busco la ayuda de algún profesional para reducir mi ansiedad o malestar. | | | | | | |

| | | | | | | |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|--|--|--|--|--|
| 36. Rezo. | | | | | | |
| 37. Hasta que no tenga claridad frente a la situación, no puedo darle la mejor solución a los problemas. | | | | | | |
| 38. Pienso que lo mejor es esperar a ver qué puede pasar | | | | | | |
| 39. Pienso detenidamente los pasos a seguir para enfrentarme al problema. | | | | | | |
| 40. Me resigno y dejo que las cosas pasen. | | | | | | |
| 41. Inhibo mis propias emociones. | | | | | | |
| 42. Busco actividades que me distraigan. | | | | | | |
| 43. Niego que tengo problemas. | | | | | | |
| 44. Me salgo de casillas. | | | | | | |
| 45. Por más que quiera no soy capaz de expresar abiertamente lo que siento. | | | | | | |
| 46. A pesar de la magnitud de la situación tiendo a sacar algo positivo. | | | | | | |
| 47. Pido a algún amigo o familiar que me indique cuál sería el mejor camino a seguir. | | | | | | |
| 48. Pido ayuda a algún médico o psicólogo para aliviar mi tensión. | | | | | | |
| 49. Acudo a la iglesia para poner velas o rezar. | | | | | | |
| 50. Considero que las cosas por sí solas se solucionan. | | | | | | |
| 51. Analizo lo positivo y negativo de las diferentes alternativas. | | | | | | |
| 52. Me es difícil relajarme. | | | | | | |
| 53. Hago todo lo posible para ocultar mis sentimientos a los otros. | | | | | | |
| 54. Me ocupo de muchas actividades para no pensar en el problema. | | | | | | |
| 55. Así lo quiera, no soy capaz de llorar. | | | | | | |
| 56. Tengo muy presente el dicho "al mal tiempo buena cara". | | | | | | |
| 57. Procuro que algún familiar o amigo me escuche cuando necesito manifestar mis sentimientos. | | | | | | |
| 58. Intento conseguir más información sobre el problema acudiendo a profesionales. | | | | | | |

Estrés percibido, estrategias de afrontamiento y las molestias en la prisión en un grupo de reclusos del establecimiento penitenciario de mediana seguridad y carcelario del municipio de Cauca, Antioquia, en el año 2018

| | | | | | | |
|------------------------------------------------------------------------------|--|--|--|--|--|--|
| 59. Dejo todo en manos de dios. | | | | | | |
| 60. Espero que las cosas se vayan dando. | | | | | | |
| 61. Me es difícil pensar en posibles soluciones a mis problemas. | | | | | | |
| 62. Trato de evitar mis emociones. | | | | | | |
| 63. Dejo a un lado los problemas y pienso en otras cosas. | | | | | | |
| 64. Trato de identificar las ventajas del problema. | | | | | | |
| 65. Considero que mis problemas los puedo solucionar sin ayuda de los demás. | | | | | | |
| 66. Pienso que no necesito la ayuda de nadie y menos de un profesional. | | | | | | |
| 67. Busco tranquilizarme a través de la oración. | | | | | | |
| 68. Frente a un problema, espero conocer bien la situación antes de actuar. | | | | | | |
| 69. Dejo que pase el tiempo | | | | | | |

Anexo 4. Cuestionario de Molestias en Prisión.

CUESTIONARIO DE MOLESTIAS EN PRISIÓN.

Zulema Altamirano Argudo

Indica, por favor, hasta qué punto te causa molestia o malestar las siguientes circunstancias.

Siendo **1: nada, 2: muy poco, 3: algo, 4: bastante, 5: mucho.**

| | 1: nada | 2: muy poco | 3: algo | 4: bastante | 5: mucho |
|----------------------------------------------|---------|-------------|---------|-------------|----------|
| 1. el hacinamiento del módulo. | | | | | |
| 2. el ruido. | | | | | |
| 3. la comida (calidad, variedad, cantidad) | | | | | |
| 4. la violencia. | | | | | |
| 5. las presiones. | | | | | |
| 6. los horarios. | | | | | |
| 7. la higiene. | | | | | |
| 8. la falta de control. | | | | | |
| 9. el tipo de personas que hay en la cárcel. | | | | | |
| 10. las amenazas. | | | | | |
| 11. el compañero de celda. | | | | | |
| 12. el trato de los funcionarios. | | | | | |