

MIEDO Y AFRONTAMIENTO EN ADOLESCENTES MEXICANOS

FEAR AND COPING IN MEXICAN ADOLESCENTS

Recibido: 21 de febrero de 2013/Aceptado: 25 de julio de 2013

VERÓNICA REYES PÉREZ*

LUCY MARÍA REIDL MARTÍNEZ**

Universidad Nacional Autónoma de México - México

Key words:

Fear, Measurement,
Sexual differences,
Coping strategies.

Palabras clave:

Miedo, Medición,
Diferencias por sexo,
Estrategias de afrontamiento.

Abstract

Fear is an alarm sign, and its main function is to inform about a probable danger, in order to prepare the organism to cope with it in the best possible way. The purpose of this study showed in this research paper was to know the fears felt by 13 to 15 year old adolescents, if there were differences in the intensity felt between boys and girls, and the coping strategies used by them. Five types of fear were recovered from a factor analysis, that explained 34,92 % of variance, with a total reliability of $\alpha = .870$. Results indicate that girls feel more fear than boys, and the most frequently coping strategy used by both groups is to look for support, in comparison with avoidance/distraction and directed to solve the problem.

Resumen

El miedo es una señal de alarma, cuya función principal consiste en avisar de algún peligro con la finalidad de preparar al organismo a enfrentarlo de la mejor manera posible. En este artículo se presentan los resultados de una investigación cuyos objetivos fueron: conocer cuáles son los miedos de adolescentes de 13 a 15 años, saber si existen diferencias en su intensidad por sexo y conocer las estrategias de afrontamiento que utilizan. Se obtuvieron cinco factores, con un Alfa de Cronbach de .870 y una varianza explicada de 34,92 %. Se encontró que las mujeres reportan mayor intensidad que los hombres ante situaciones provocadoras de miedo y que la estrategia de afrontamiento más usada es la búsqueda de apoyo, por encima de la evitativa/distracción y el asunción directo al problema.

Referencia de este artículo (APA):

Reyes, V. & Reidl, L. (2013). Miedo y afrontamiento en adolescentes mexicanos. En *Psicogente*, 16(30), 280-295.

* Secretaria técnica Consejo Académico del área de las Ciencias Sociales. Universidad Nacional Autónoma de México. Email: vrp68@unam.mx

** Profesora tiempo completo, titular C. Definitivo. Universidad Nacional Autónoma de México, Facultad de Psicología. Email: lucym@unam.mx

INTRODUCCIÓN

El miedo es una de las emociones más poderosas que guían el comportamiento humano y, por lo tanto, de la historia. Prueba de ello puede encontrarse en el *Tratado de las pasiones* de Descartes, quien señaló como su principal causa a la sorpresa, y añadió que no hay nada mejor que librarse de él y prepararse para todos los acontecimientos que puedan causarlo.

Durante muchos años, el miedo fue considerado como sinónimo de cobardía. En la literatura, por ejemplo, se enaltece al caballero que soporta los peligros por amor a la gloria y a su dama, siendo impenetrable a cualquier miedo. Así, mientras el valor caracterizaba al caballero, la sumisión era la característica principal del súbdito. Por esto se decía que el valiente era noble y distinguido, mientras que la masa era cobarde (Delumeau, 2005).

En la actualidad, por el contrario, autores como André (2005) reconocen su utilidad, y afirman que el miedo sirve como una señal de alarma cuya función principal es la de avisar al organismo de algún peligro, con la finalidad de prepararlo para enfrentar dicha amenaza de la mejor manera posible (Sassaroli & Lorenzini, 2002).

Sin embargo, cuando esta alarma no se encuentra bien *calibrada* es posible que se active de forma inapropiada ante cualquier posibilidad o recuerdo de un peligro. La esencia de la cuestión radica, entonces, en que la señal esté bien regulada, pues de otra manera su función principal, la de proteger al organismo, no se cumplirá (André, 2005).

Marina (2007) hace una distinción entre miedos normales y miedos patológicos. Los primeros son los que resultan adecuados a la gravedad del estímulo y no anulan la capacidad de control y respuesta; mientras que un miedo patológico es el que corresponde a una alarma desmesurada, tanto en su activación como en su regulación: se dispara con excesiva frecuencia y con umbrales de peligrosidad muy bajos. Su aparición es demasiado fuerte, sin flexibilidad, como un mecanismo de todo-nada. Además, no se modula, y se convierte con facilidad en pánico.

Es por ello que, entre todas las emociones, el miedo es la que despierta respuestas más intensas en las personas (Tomkins, 1984). Pero, al mismo tiempo, resulta un ejemplo excelente de una emoción organizadora (organiza al individuo rápidamente ante una situación o estímulo) y dirige los procesos de la percepción cognoscitiva (Izard, 1993). El miedo es una de las cinco emociones negativas (miedo, enojo, tristeza, disgusto y culpa), de las que comúnmente se acepta que su única función es la adaptación (Nabi, 1999); además de ser una emoción básica del ser humano (Solomon, 2002). Por lo tanto, se puede decir que es una emoción básica, negativa y adaptativa.

Finalmente, el miedo es una reacción ante una amenaza real o imaginaria para el ser físico o emocional de las personas (Byrne, 2000), que las ayuda a buscar protección ante algún daño o ante la posibilidad de que dicho daño ocurra (Mahat & Scoloveno, 2006), y, como ya se dijo, cumple una función adaptativa (Gullone & Lane, 2002).

Según Marina (2007) y Méndez (2000), los miedos surgen, desaparecen y cambian a medida que el individuo crece y se desarrolla. En diversos estudios, los investigadores han encontrado que los niños reportan menos miedos que los adolescentes, pero los sufren con una mayor intensidad (Burnham, 2007; Burnham, Schaefer & Giesen, 2006; Conroy, 2003; Gullone & Lane, 2002; Larsson, Melin & Morris, 2000; Liechenstein & Annas, 2000; Ollendick, Langley, Jones & Kephart, 2001; Svensson & Lars-Göran, 1999; Taimalu, Lahikainen, Korhonen & Kraav, 2007; Terrell, Terrell & Von Drashek, 2000; Varela, Sánchez-Sosa, Biggs & Luis, 2008; Weems & Costa, 2005; Westenberg, Drewes, Goodhart, Siebelink & Treffers, 2004).

Una posible causa por la cual el miedo cambia (además del desarrollo psicológico y cognoscitivo), puede radicar en el incremento del estrés en el entorno tanto familiar como laboral de los padres, lo cual parece contribuir a aumentar el nivel de inseguridad en la vida de los niños y adolescentes. Además, la constante exposición de estos a los medios masivos de comunicación ha tenido como consecuencia un aumento en los miedos relacionados con la televisión como: violencia, criaturas imaginarias, miedos nocturnos en general, aceptación social, entre otros (Taimalu, Lahikainen, Korhonen & Kraav, 2007).

Es importante mencionar que en investigaciones realizadas por King, Gullone y Ollendick (1990); Gullone y King (1993); Lane y Gullone (1999); Gullone y Lane (2002); Orgilés, Espada, Méndez y García-Fernández (2008); Sandín, Chorot, Valiente y Santed (1998); Valiente, Sandín y Chorot (2002) y Varela, Sánchez-Sosa,

Biggs y Luis (2008) (las últimas tres hechas en países de habla hispana), se ha concluido que las mujeres reportan sentir más miedo que los hombres ante las siguientes situaciones: la muerte de un familiar, no poder respirar, SIDA, la muerte accidental de un familiar, el ser amenazada con un arma, caer de un lugar alto, la propia muerte, tener una enfermedad seria, asesinatos, tener una operación, tomar drogas peligrosas, la enfermedad de un familiar, tiburones, un ladrón entra en la casa, un auto que la atropella, arañas, serpientes, cambiar de escuela, perder a los amigos, ser juzgado por otros, no tener amigos y obtener malas calificaciones en la escuela.

Una investigación en la que no se encontraron diferencias entre hombres y mujeres fue la de Svensson y Lars-Göran (1999), realizada con una muestra de participantes suecos. Los autores concluyeron que esto se debió a que la cultura sueca ha promovido desde hace varias décadas la igualdad de sexos y, por lo tanto, los miedos de hombres y mujeres son similares.

Para Marina (2007), los miedos se aprenden como las demás cosas: por condicionamiento, por experiencia directa, por imitación y por transmisión de información. Afirma que la manera como se habla en una familia de los problemas, los conflictos y el miedo influye en el carácter temeroso o arriesgado de niños y adolescentes. Para él, existe una correlación entre la frecuencia con que los padres expresan sus miedos y el nivel de miedo de los hijos, de modo que es en la familia donde se aprende la forma de enfrentarse al miedo. En algunas familias sentir miedo es vergonzoso, y tanto los niños como los adolescentes se avergüenzan por sentirlo o por expresarlo. Por ello, de manera paradójica, se

puede llegar a tener miedo a ser avergonzado por sentir miedo. No se trata de un trabalenguas, sino en todo caso de un *trabasentimientos*.

André (2005) menciona que las conductas de escape (huída) o de evitación, ayudan a disminuir el miedo, pero este se reforzará y volverá a sentirse en una siguiente ocasión, más fuerte. Cuando se enfrenta lo que la fobia ordena que se evite, automáticamente se sentirá que aumenta el miedo y el malestar emocional. Pero al obedecer a la fobia mediante las evitaciones se está pagando un precio muy alto: la tranquilidad; pues, por un poco de paz momentánea, sacrificamos el futuro y ceder ante la comodidad del presente supone renunciar a la libertad en el futuro.

Los procesos reguladores de las emociones comparten una meta funcional común: minimizar la frecuencia, la intensidad, la duración y la ocurrencia situacional de los estados emocionales internos (por ejemplo, el miedo), asociados con pensamientos y reacciones psicológicas. Algunos procesos reguladores son habituales y ocurren dentro o fuera de la conciencia (por ejemplo, la atención selectiva), mientras que otros son más intencionales (como la culpa, la meditación, la evitación). Sin embargo, la mayoría de los procesos alteran la forma o frecuencia de los sucesos que preceden a una respuesta emocional o las consecuencias de la respuesta emocional, incluyendo la respuesta emocional misma (Forsyth, Eifert & Barrios, 2008).

Para Davey (2008), una razón por la que muchos individuos tienen experiencias traumáticas, pero no desarrollan respuestas fóbicas radica en que adoptan estra-

tegias de afrontamiento que les permiten devaluar el significado estresante del trauma. El autor retoma lo dicho por Lazarus y Folkman (1986), quienes mencionan que dichos procesos son característicos de las estrategias de apreciación usadas para evaluar el significado amenazante de un estresor.

Burkhardt y Loxton (2008) afirman que los niños y adolescentes utilizan, principalmente, tres formas de estrategias de afrontamiento ante situaciones que les provocan miedo: la primera comprende intentos para cambiar la situación estresante (resolución del problema); la segunda incluye la búsqueda de apoyo espiritual o social, y la tercera se presenta cuando se evita la situación estresante. Estos mismos autores mencionan que los niños tienden a buscar el apoyo de sus padres, mientras que los adolescentes prefieren el de sus pares.

Ahora bien, el afrontamiento no es solo un conjunto fijo de estrategias que se usan cada vez que se las necesita, sino una pauta cambiante que responde a lo que está ocurriendo, por eso no es posible decir que ciertas estrategias de afrontamiento son siempre o casi siempre de utilidad, mientras que otras son siempre o casi siempre ineficaces o contraproducentes (Lazarus & Lazarus, 2000).

Por otra parte, existen diferencias entre estilo y estrategia de afrontamiento. El estilo hace referencia a un patrón, a una forma de respuesta estable; la estrategia, en cambio, es inmediata y temporal ante un estímulo. Las estrategias de afrontamiento pueden actuar como defensa ante el estrés, al aumentar la habilidad de las personas para reajustarse y reducir la probabilidad de desórdenes psicológicos y fisiológicos (Omar, 1995).

Es necesario considerar las reglas sociales y las normas que provee la cultura, la cual indica la forma de actuar ante determinadas situaciones y emociones, provee las sanciones sociales cuando un comportamiento es considerado inapropiado, se comunica a través de las generaciones e incluye las reglas para expresar una emoción. Es importante señalar al respecto que en muchas culturas la vergüenza y el miedo se han utilizado para poner límites al comportamiento de los individuos (Matsumoto & Hee Yoo, 2007; Taimalu, Lahikainen, Korhonen & Kraav, 2007).

Otro aspecto importante de mencionar es que los hombres y las mujeres son socializados de distinta manera y con diferentes metas, las cuales dependen de sus edades, cultura y la historia de la familia. Por eso no es raro que existan discordias al momento de enfrentar sus emociones, y que en la mayoría de las ocasiones, los hombres tiendan a utilizar más estrategias directas para afrontar el miedo en comparación con las mujeres, quienes más bien son educadas para buscar apoyo (Brody & Hall, 2004).

En el caso concreto de la cultura mexicana, Flores (1996) y León (1994) concluyen que a los hombres se les enseña a utilizar estrategias de afrontamiento directas al problema, mientras que a las mujeres se les alienta a evitar las situaciones o, en el mejor de los casos, a buscar ayuda con sus padres, hermanos, tíos, primos, etc. (cuando son niñas), y posteriormente con los compañeros de escuela y los profesores (Sánchez-Aragón & Díaz-Loving, 2009).

Becerra-García *et al.* (2007) indican que ciertos

miedos sociales se desarrollan a partir de situaciones angustiosas repetitivas, ya que los pacientes con fobia social cuentan que han sido niños marginados, humillados, martirizados por sus compañeros de escuela o que alguno de sus padres o ambos los menospreciaban habitualmente. La ausencia de control sobre estas pequeñas situaciones traumáticas siempre supone un factor agravante en el desarrollo de una fobia.

En los resultados de la Encuesta Nacional de Epidemiología Psiquiátrica, realizada por Medina-Mora *et al.* (2003), se evidenció que los trastornos más frecuentes en México son los de ansiedad (14,3 %, alguna vez en la vida), seguidos por los trastornos de uso de sustancias (9,2 %) y los trastornos afectivos (9,1 %). Al analizar los trastornos de manera individual, las fobias específicas fueron las más comunes (7,1 %, alguna vez en la vida), seguidas por los trastornos de conducta (6,1 %), la dependencia al alcohol (5,9 %), la fobia social (4,7 %) y el episodio depresivo mayor (3,3 %). Los tres principales trastornos para las mujeres son las fobias (específicas y sociales), seguidas del episodio depresivo mayor. Para los hombres, la dependencia al alcohol, los trastornos de la conducta y el abuso del alcohol (sin dependencia).

Por lo anterior, resulta importante saber cuál es la intensidad de miedo de los adolescentes y cómo afrontan las situaciones que provocan dicha emoción, con la finalidad de proponer medidas para evitar la aparición de trastornos de ansiedad o fobias que limiten sus oportunidades de desarrollo. En esta etapa de la vida, las estrategias de enfrentamiento todavía se encuentran en desarrollo y es posible apoyarlos tanto a fortalecer, como a ampliar o, si es el caso, cambiar por otras más adecua-

das, que les ayuden a resolver las situaciones de miedo a las cuales se van a enfrentar a lo largo de su crecimiento.

En consecuencia, los objetivos de esta investigación consistieron en: a) Conocer cuáles son los miedos de adolescentes de 13 a 15 años (hombres y mujeres) de escuelas secundarias del Distrito Federal de México; b) Saber si existen diferencias en la intensidad del miedo por sexo (femenino y masculino) y; c) Conocer qué estrategias de afrontamiento utilizan los adolescentes ante determinadas situaciones provocadoras de miedo.

MÉTODO

Participantes

La muestra estuvo conformada por 320 adolescentes de 13 a 15 años pertenecientes a escuelas secundarias, 160 mujeres y 160 hombres.

Instrumento

Se construyeron dos instrumentos: uno para medir la intensidad del miedo, y otro para las estrategias de afrontamiento. En una primera fase exploratoria, se le preguntó a una muestra de 150 adolescentes de 13 a 15 años (75 mujeres y 75 hombres) ¿a qué le tienes miedo? y ¿qué haces cuando tienes miedo? Para llevar a cabo esta fase, se solicitó el consentimiento informado de las autoridades escolares y de los padres de familia, precisándoles que se trataba de una investigación sobre las emociones en los adolescentes. Una vez se obtuvo el permiso, se procedió a aplicar el instrumento en los salones de clase. Para esto último, se leyeron las instrucciones en

voz alta ante cada grupo de participantes y se puso un ejemplo, luego se respondieron las preguntas surgidas al respecto, y se aplicó en sí el instrumento.

Con la información obtenida en esta actividad exploratoria, se elaboraron dos instrumentos: el primero contempló 32 situaciones, animales o cosas que provocan miedo, con cuatro opciones de respuesta: nada de miedo, poco miedo, regular miedo y mucho miedo.

Y en el segundo, se plantearon tres estrategias de afrontamiento (directo al problema, evitativa/distracción y búsqueda de apoyo) para cada situación provocadora de miedo. Además, se agregó la opción *no tendría miedo*, para cada una de las situaciones.

Procedimiento

Como en el caso de la actividad exploratoria, se acudió a otras escuelas y se procedió como en la primera fase: se solicitó el consentimiento informado a las autoridades y a los padres de familia, y se realizaron las aplicaciones en los salones de clase. Se leyeron las instrucciones en voz alta ante cada grupo de participantes y se puso un ejemplo, luego se respondieron las preguntas surgidas, y se hizo la aplicación propiamente dicha del instrumento.

RESULTADOS

Para obtener la validez de constructo y la confiabilidad del instrumento de las situaciones provocadoras de miedo, se realizaron los siguientes análisis estadísticos:

- Análisis de frecuencia por cada reactivo y análisis de discriminación de reactivos por el método de

grupos contrastados (*t* de Student para muestras independientes), para cada uno de los reactivos.

- Se determinó la correlación de cada reactivo con los otros (obteniendo un coeficiente KMO [Kaiser-Meyer-Olkin] = 0.883). Todos los reactivos cumplieron los requerimientos para ser contemplados en el análisis factorial.
- Se llevó a cabo un análisis factorial con rotación ortogonal para obtener la validez de constructo

del instrumento. Se incluyeron los reactivos que presentaban cargas factoriales iguales o mayores a 0,40, al respecto cabe mencionar que ningún reactivo obtuvo peso factorial similar en más de un factor. Se calculó el Alfa de Cronbach para cada factor, y de manera general, la media y la desviación estándar.

En las Tablas 1 y 2 se muestran los resultados.

Tabla 1. Factores obtenidos en la escala de intensidad del miedo

	Reactivos	Factor 1	Factor 2	Factor 3	Factor 4	Factor 5
1.	Los alacranes	.738				
2.	Las arañas	.631				
3.	Las abejas	.628				
4.	Las serpientes	.590				
5.	Las ratas	.537				
6.	Los animales salvajes	.456				
7.	Que te secuestren a ti o alguien de tu familia		.635			
8.	A los violadores		.629			
9.	Perder a tu familia		.581			
10.	Que te asalten		.548			
11.	Tener un accidente		.512			
12.	Perder a tus amigos			.769		
13.	No tener amigos			.693		
14.	Perder a tu novio(a)			.475		
15.	Estar en un lugar oscuro				.620	
16.	Estar solo(a)				.548	
17.	Ver películas de miedo				.529	
18.	Los drogadictos					.472
19.	A salir solo(a) a la calle					.469
20.	Que te peguen tus compañeros					.465
21.	Valor Eigen	3,19	2,70	1,94	1,73	1,21
22.	Porcentaje de varianza explicada	9,98	8,47	6,07	4,99	4,99

Tabla 2. Número de reactivos y confiabilidad. Media y desviación estándar por factor

	Factor	Número de reactivos	Alfa de Cronbach	M	DE
1.	Miedo a los animales	6	.821	2,03	.774
2.	Miedo al peligro y a la muerte	5	.807	3,24	.727
3.	Miedo a perder relaciones	3	.727	2,29	.914
4.	Miedo a lo desconocido	3	.658	1,75	.738
5.	Miedo a la violencia social	3	.601	1,81	.703

El Alfa de Cronbach total de instrumento fue de .870 y la varianza explicada de 34,92 %.

En el caso de la escala de Estrategias de Afrontamiento ante Situaciones Provocadoras de Miedo, se realizó la codificación de las respuestas, otorgándole el número uno a aquella estrategia de afrontamiento seleccionada por el participante, y cero a las otras dos. Posteriormente, se calculó el índice de reproducibilidad para cada estrategia, utilizando la técnica de Goodenough y se obtuvieron los resultados descritos en la Tabla 3.

Como puede observarse en la tabla anterior, las estrategias *evitativa/distracción* resultaron ser las más marcadas, seguidas de *búsqueda de apoyo* y *directo al problema*.

Tabla 3. Coeficiente de reproducibilidad de Goodenough por estrategias de afrontamiento en adolescentes

Estrategia de afrontamiento	Coeficiente de reproducibilidad
1. Evitativa/Distracción	.800
2. Búsqueda de apoyo	.780
3. Directo al problema	.720

Se aclara que dicho coeficiente se calculó considerando a todos los participantes.

A continuación, se realizó una Prueba *t* de Student para muestras independientes, con la finalidad de conocer si existían diferencias estadísticamente significativas entre hombres y mujeres en cada uno de los factores obtenidos. Los resultados se muestran en la Tabla 4.

En todos los factores, se encontraron diferencias significativas por sexo, y también en todos, las mujeres reportaron las medias más altas.

En cuanto a la utilización de estrategias de afrontamiento, en la Tabla 5 se muestran los resultados entre los hombres y mujeres.

Se encontraron diferencias significativas en *evitativa/distracción* y *búsqueda de apoyo*. En ambas, las mujeres reportaron las medias más altas. Entre las estrategias *evitativa/distracción*, se encuentran: *alejarse, escapar, escuchar*

Tabla 4. Diferencias por sexo en la intensidad del miedo

Factor	M	M	DE	M	DE	t	p
		Femenino	Femenino	Masculino	Masculino		
1. Miedo a los animales	2,15	2,48	.745	1,81	.754	8,77	.000
2. Miedo al peligro y a la muerte	3,22	3,43	.584	3,01	.760	5,53	.000
3. Miedo a perder relaciones	2,36	2,55	.804	2,16	.857	4,24	.000
4. Miedo a lo desconocido	1,78	1,95	.766	1,61	.644	4,39	.000
5. Miedo a la violencia social	1,89	2,13	.719	1,64	.666	6,39	.000

Tabla 5. Diferencias por sexo en las estrategias de afrontamiento

Factor	M	M	DE	M	DE	t	p
		Femenino	Femenino	Masculino	Masculino		
1. Directo al problema	9,37	9,08	2,42	9,65	3,04	-1,88	.060
2. Evitativa/Distracción	3,61	4,15	2,21	3,07	1,87	4,76	.000
3. Búsqueda de apoyo	3,97	4,60	2,31	3,34	2,20	5,03	.000

música, ver televisión, etcétera. En las de *búsqueda de apoyo*, en primer lugar se dirigen a los *amigos*, y en segundo lugar, a los *profesores*, a esta le sigue *rezar*, y finalmente a los *padres*. Y, en cuanto a las estrategias de *directo al problema*, se encontraron en primer lugar: *se cuidaría de no ir por lugares peligrosos, avisaría a la policía, estudiar más*, etcétera.

Por último, se procedió a realizar correlaciones entre las variables, de manera general y por sexo (femenino y masculino). Y se obtuvieron los resultados registrados en la Tabla 6.

Al considerar lo mencionado por Cohen (1992), se puede observar que en las correlaciones entre intensidad del miedo y estrategias de afrontamiento (Tabla 6),

únicamente se tiene una correlación alta entre miedo a los animales y estrategias *evitativa/distracción*; correlaciones medias, entre estas estrategias con los otros cuatro restantes factores de intensidad del miedo; y entre estrategias de *búsqueda de apoyo* con cuatro de los factores de intensidad del miedo (a los animales, al peligro y a la muerte, a lo desconocido y a la violencia).

Miedo a perder relaciones se correlacionó de manera baja con estrategias de *búsqueda de apoyo*; y miedo al peligro y a la muerte también mostró una correlación baja con estrategias *directas al problema*. Por lo anterior, a pesar de ser significativas, no podemos afirmar que se encuentran totalmente relacionadas.

Tabla 6. Correlaciones entre las situaciones provocadoras de miedo y las estrategias de afrontamiento en hombres y mujeres

Factor	1	2	3	4	5	6	7	8
1. Miedo a los animales	~	.521**	.407**	.482**	.523**	-.041	.463**	.345**
2. Miedo al peligro y a la muerte		~	.435**	.382**	.565**	.192**	.269**	.294**
3. Miedo a perder relaciones			~	.385**	.423**	.084	.271**	.178**
4. Miedo a lo desconocido				~	.457**	-.014	.306**	.275**
5. Miedo a la violencia social					~	.031	.296**	.331**
6. E. Directo al problema						~	-.217**	-.337**
7. E. Evitativa/Distracción							~	-.027
8. E. Búsqueda de apoyo								~

** Correlaciones significativas al 0,01

* Correlaciones significativas al 0,05

Tabla 7. Correlaciones entre las situaciones provocadoras de miedo y las estrategias de afrontamiento en mujeres

Factor	1	2	3	4	5	6	7	8
1. Miedo a los animales	~	.412**	.325**	.423**	.405**	-.081	.425**	.241**
2. Miedo al peligro y a la muerte		~	.371**	.237**	.390**	.175*	.158*	.136
3. Miedo a perder relaciones			~	.394**	.362**	.045	.167*	.168*
4. Miedo a lo desconocido				~	.410**	-.109	.240**	.263**
5. Miedo a la violencia					~	.057	.169*	.203**
6. E. Directo al problema						~	-.266**	-.434**
7. E. Evitativa/Distracción							~	-.193*
8. E. Búsqueda de apoyo								~

** Correlaciones significativas al 0,01

* Correlaciones significativas al 0,05

Tabla 8. Correlaciones entre las situaciones provocadoras de miedo y las estrategias de afrontamiento en hombres

Factor	1	2	3	4	5	6	7	8
1. Miedo a los animales	~	.520**	.386**	.449**	.498**	.087	.374**	.292**
2. Miedo al peligro y a la muerte		~	.415**	.443**	.639**	.270**	.267**	.319**
3. Miedo a perder relaciones			~	.307**	.395**	.162*	.294**	.081
4. Miedo a lo desconocido				~	.420**	.125	.293**	.181*
5. Miedo a la violencia					~	.080	.314**	.339**
6. E. Directo al problema						~	-.142	-.234**
7. E. Evitativa/Distracción							~	-.139
8. E. Búsqueda de apoyo								~

** Correlaciones significativas al 0,01

* Correlaciones significativas al 0,05

Al realizar el análisis de correlaciones por sexo, se obtuvieron los resultados presentados en la Tabla 7.

En cuanto a estas últimas correlaciones, en las mujeres, al igual que en la tabla anterior, únicamente se tiene un puntaje alto entre miedo a los animales y estrategias *evitativa/distracción*; por el contrario, predominan puntajes medios entre miedo a los animales y *búsqueda de apoyo* y miedo a lo desconocido y *evitativa/distracción* y *búsqueda de apoyo*. El resto de los puntajes significativos son bajos.

En lo que respecta a los hombres, la Tabla 8 indica que no se encontró ninguna correlación alta. Pero, se hallaron puntajes medios entre estrategias *evitativa/distracción* y todos los factores de intensidad del miedo; así como entre *búsqueda de apoyo* y miedo a los animales, miedo al peligro y a la muerte, y miedo a la violencia. Finalmente, es importante resaltar que se encontró un puntaje medio entre miedo al peligro y a la muerte y estrategia *directo al problema*, siendo esta la única correlación media con esta estrategia.

DISCUSIÓN

De manera similar a lo ocurrido en diversos es-

tudios internacionales sobre la intensidad del miedo (Gullone & King, 1993; Gullone & Lane, 2002; King, Gullone & Ollendick, 1990; Lane & Gullone, 1999; Or- gilés, Espada, Méndez & García-Fernández, 2008; San- dín, Chorot, Valiente & Santed, 1998; Valiente, Sandín & Chorot, 2002; Varela, Sánchez-Sosa, Biggs & Luis, 2008), en la presente investigación se halló que las mu- jeres reportan una mayor intensidad de miedo que los hombres en todos los factores encontrados.

Para Sánchez-Aragón y Díaz-Loving (2009), esto puede deberse a que en la cultura mexicana (como en otras), todavía hoy en día se hace diferencia en el pro- ceso de socialización entre hombres y mujeres, y a estas últimas se les permite expresar de forma más abierta y frecuente su miedo, tanto de manera verbal como no verbal (reacciones faciales, reacciones vocales, movi- mientos corporales, llanto, etcétera). Mientras que, en el caso de los hombres, el reconocer que sienten miedo es algo poco aceptado socialmente, e incluso puede con- siderarse como cobardía (Delumeau, 2005) y no como una señal de alarma, cuya función principal es la pro- tección (André, 2005) y prepararse para enfrentar una amenaza de la mejor manera posible (Sassaroli & Loren- zini, 2002).

En cuanto a los miedos más intensos, en ambos grupos predominó el miedo al peligro y a la muerte, que obtuvo la media más alta. Esto podría deberse a la situación de violencia que vive actualmente México. En este sentido, el Consejo Ciudadano para la Seguridad Pública y la Justicia Penal (2009) reporta que, entre 2001 y 2008, hubo un aumento del 460 % en las ejecuciones vinculadas con el narcotráfico y una tasa de 14,2 homicidios dolosos por cada 10.000 habitantes. Por su parte, el Instituto Ciudadano de Estudios sobre la Inseguridad AC (2009) informa que durante 2007 se denunciaron 1.578.680 delitos, pero se estima que se cometieron cerca de 13 millones; de estos, se calcula que el 0,05 % son secuestros, lo que equivale a poco más de 17 secuestros al día, tanto niños como adolescentes se enteran de ello a través de los medios de comunicación.

Según Murray (2008), la violencia en los medios de comunicación afecta a los niños y adolescentes en su comportamiento, actitudes y valores, y entre sus principales efectos se encuentran la agresión, la desensibilización y el miedo. Los adolescentes mexicanos tienen miedo a ser asaltados, secuestrados, violados y a morir. Una de las causas por la cual este miedo es el de más alta intensidad en ambos grupos puede radicar en la constante exposición que les brindan los medios de comunicación, gracias a los cuales van tomando mayor conciencia de los niveles de violencia de la sociedad mexicana.

En lo correspondiente a las estrategias de afrontamiento, se destaca que las referidas a *buscar apoyo* ante la situación que les provoca miedo fue seguida de acciones *evitativa/distracción* y, finalmente, las dirigidas a resolver *directamente el problema*, se convirtieron en la dimensión

que obtuvo el índice de reproducibilidad menor entre las tres que se tomaron en consideración.

Lo anterior podría deberse a que las familias mexicanas alientan, de manera general (pero más a las mujeres que a los hombres), a buscar apoyo en sus padres, profesores, amigos y en la religión para enfrentar las situaciones que les provocan miedo (Van-Barneveld, González & Zarza, 2010). Dichas estrategias ayudan en ese momento a resolver la situación que los adolescentes enfrentan y contribuyen a disminuir el miedo que sienten ante un animal, un objeto o una situación en específico (Flores, 1996). De esta manera, evitan que la intensidad del miedo se incremente y se convierta en una ansiedad o fobia (Marina, 2007; Méndez, 2000), lo cual traería como consecuencia que la función principal del miedo, que es la protección, se pierda (André, 2005) y se convierta en un miedo patológico. Este último lleva con facilidad al pánico y puede impedir un óptimo desarrollo psicosocial de las personas (Marina, 2007).

En cuanto a las correlaciones entre los miedos y las estrategias de afrontamiento, fueron las *evitativa/distracción* y *búsqueda de apoyo* las que correlacionaron más alto con los cinco factores de miedo; en tanto que *directo al problema* únicamente correlacionó con miedo al peligro y a la muerte en el caso de los hombres. Esto podría deberse a que, en la cultura mexicana, primero se enseña a evitar y distraerse, y a buscar apoyo, y finalmente, a utilizar estrategias directas al problema (Flores, 1996; León, 1994; Torres, Ortega, Garrido & Reyes, 2008).

En 2008, Burkhardt y Loxton encontraron que los adolescentes sudafricanos utilizan estrategias directas

al problema, seguidas de búsqueda de apoyo y, al final, evitativas. Dichos autores concluyeron que esto se debe a que desde edades muy tempranas se tiende a desarrollar la independencia del individuo, lo cual está en contraste con la cultura mexicana, donde se refuerza el apoyo entre los miembros del grupo. Durante la infancia, este apoyo se encuentra en la familia (padres, hermanos, tíos, primos, etc.), posteriormente, en los compañeros de escuela y en los profesores (Sánchez-Aragón, & Díaz-Loving, 2009).

En cuanto a las diferencias por sexo, pareciera que los hombres utilizan más estrategias de afrontamiento directas al problema que las mujeres, quienes a su vez usan más estrategias de evitación/distracción y buscan apoyo. Flores (1996) y León (1994) opinan que esto podría deberse a las diferencias culturales en la educación, dado que a las niñas se les orienta a evitar, distraerse o, en el mejor de los casos, a buscar apoyo; los niños, por su parte, son alentados a resolver las situaciones que se les presentan. Lo anterior también es mencionado por Van-Barneveld, González y Zarza (2010), quienes señalan que en la familia mexicana, mientras a los hijos se les alienta a resolver situaciones estresantes, a las hijas se les enseña a ser más dependientes.

A este respecto, Castro y Miranda (1998) comentan que a las mujeres mexicanas se les enseña a ser dependientes de la familia, y que cuando se encuentran fuera del círculo familiar se sienten desprotegidas, y esto puede provocar que tengan miedo, y no sean capaces de enfrentarlo.

Si bien la cultura mexicana pareciera preferir la

búsqueda de apoyo por encima de otras estrategias para enfrentar las situaciones provocadoras de miedo, es importante que se apoye el desarrollo de otras, pues, en la medida en que los adolescentes dispongan de una mayor variedad de estrategias, podrán resolver situaciones estresantes de diferentes formas, y de esta manera evitarán que la intensidad aumente, de modo que cuando se encuentren de nuevo ante la situación provocadora de miedo puedan enfrentarla de la mejor manera y no que, por un poco de paz momentánea, se sacrifique el futuro (André, 2005). Como expresa Davey (2008), una razón por la cual los individuos no desarrollan respuestas fóbicas se debe a que adoptan estrategias de afrontamiento que minimizan el factor estresante.

Es necesario apoyar tanto a hombres como a mujeres para que amplíen la gama de estrategias de afrontamiento, ya que si se consideran los niveles de violencia que actualmente se están reportando en México, se hace necesario continuar con el estudio del miedo y las estrategias de afrontamiento que se utilizan ante él. Como se ha mencionado anteriormente, el miedo puede transformarse en ansiedad o fobia y limitar el desarrollo de los adolescentes, impidiendo que establezcan buenas relaciones sociales.

Por otro lado, no es posible afirmar que algunas estrategias de afrontamiento son mejores que otras. La efectividad de una estrategia está en función de la situación que vive el individuo; en ocasiones, el mejor afrontamiento ante una situación provocadora de miedo es la huida. Y en la medida en que se investigue qué estrategias utilizan los adolescentes ante las situaciones que les provocan miedo, y si estas cumplen con su propósito

(disminuir la intensidad), estaremos en posibilidad de apoyar a los adolescentes a que amplíen el conjunto de sus estrategias de afrontamiento con la finalidad de responder a las demandas estresantes de su ambiente. Con ello, podremos contribuir eficazmente a disminuir el desarrollo de miedos desproporcionados y desadaptativos; y a que, de esta manera, no resulte afectado su desarrollo psicosocial.

REFERENCIAS

- André, C. (2005). *Psicología del miedo*. Barcelona: Kairós.
- Becerra-García, A. M., Madalena, A. C., Estanislau, C., Rodríguez-Rico, J. L., Díaz, H., Bassi, A., Chagas-Bloes, D.A. & Morato, S. (2007). Ansiedad y miedo: su valor adaptativo y maladaptaciones. *Revista Latinoamericana de Psicología*, 39(1), 75-81.
- Brody, L. & Hall, J. (2004). Gendre, emotion, and expression. In M. Lewis & J. Haviland-Jones (Eds.). *Handbook of emotions*. (pp. 338-349). New York: The Guilford Press.
- Burkhardt, K. & Loxton, H. (2008). Fears, coping and perceived efficacy of coping mechanisms among South Africa children living in children's homes. *Journal of Child and Adolescent Mental Health*, 20(1), 1-11.
- Burnham, J. (2007). Children's Fear: a pre 9-11 and post 9/11 comparison using the American Fear Survey Schedule for Children. *Journal of Counseling & Development*, 85, 461-466.
- Burnham, J., Schaefer, B. & Giesen, J. (2006). An empirical taxonomy of youths' fears: cluster analysis of the American Fear Survey Schedule. *Psychology in the Schools*, 43(6), 673-683.
- Byrne, B. (2000). Relationships between anxiety, fear, self-esteem and coping strategies in adolescence. *Adolescence*, 35(137), 201-215.
- Castro, R. y Miranda, C. (1998). La reproducción y la anticoncepción desde el punto de vista de los varones: algunos hallazgos de una investigación en Ocuilco (México). En S. Lerner (Ed.). *Varones, sexualidad y reproducción* (pp. 223-244). México: El Colegio de México.
- Cohen, J. (1992). A power primer. *Psychological Bulletin*, 112, 155-159.
- Conroy, D. (2003). Representation models associated with fear of failure in adolescents and young adults. *Journal of Personality*, 71(5), 757-785.
- Consejo Ciudadano para la Seguridad Pública y la Justicia Penal (2009, 19 de febrero de 2009). Datos sobre homicidios en México 2008. Recuperado de http://www.consejociudadanobcs.org/cons_documentos.html
- Davey, G. (2008). Mecanismos cognitivos en la adquisición y el mantenimiento del miedo. En M. G. Craske, D. Hermans & D. Vansteenwegen (Eds.). *Miedos y fobias. De los procesos básicos a las implicaciones clínicas* (pp. 105-124). México: Manual Moderno.

- Delumeau, J. (2005). *El miedo en Occidente*. México: Taurus.
- Flores, M. E. (1996). Hacia una valorización de la mujer. En Consejo Estatal de Población (Ed.). *Situación de la mujer en el Estado de México*. (pp. 650-653). México, Toluca: Consejo Estatal de Población.
- Forsyth, J., Eifert, G. & Barrios, V. Condicionamiento al miedo en un contexto de regulación de emociones: nueva perspectiva sobre los orígenes de los trastornos por ansiedad. En M. G. Craske, D. Hermans & D. Vansteenwegen (Eds.). *Miedos y fobias. De los procesos básicos a las implicaciones clínicas* (pp. 143-166). México: Manual Moderno.
- Gullone, E. & King, N. (1993). The fears of youth in the 1990s: contemporary normative data. *The Journal of Genetic Psychology*, 154(2), 137-153.
- Gullone, E. & Lane, B. (2002). The Fear Survey Schedule for Children-II: a validity examination across response format and instruction type. *Clinical Psychology and Psychotherapy*, 9, 55-67.
- Instituto Ciudadano de Estudios sobre la Inseguridad. AC. (2009). Secuestros en México. Recuperado de http://www.icesi.org.mx/publicaciones/articulos/2008/secuestro_en_mexico.asp
- Izard, C. (1993). Organizational and motivational functions of discrete emotions. In M. Lewis & J. M. Haviland (Eds.). *Handbook of emotions* (pp. 631-641). New York: Guilford Press.
- King, N., Gullone, E. & Ollendick, T. (1990). Fears in children and adolescents with chronic medical conditions. *Journal of Clinical Psychology*, 19(2), 173-177.
- Lane, B. & Gullone, E. (1999). Common fears: a comparison of adolescents' self-generated and fear survey schedule generated fears. *The Journal of Genetic Psychology*, 160(2), 194-204.
- Larsson, B., Melin, L. & Morris, R. (2000). Anxiety in Swedish school children: situational specificity, informant variability and coping strategies. *Scandinavian Journal of Behavior Therapy*, 29(3-4), 127-139.
- Lazarus, R. & Folkman, S. (1986). *Estrés y procesos cognitivos*. Barcelona: Martínez Roca.
- Lazarus, S. & Lazarus, B. (2000). *Pasión y razón. La comprensión de nuestras emociones*. España: Paidós.
- León, M. (1994). La identidad se construye ¿en la familia? *En Familias. Siglo XXI, Ediciones de las mujeres*, 20, 29-42.
- Liechtenstein, P. & Annas, P. (2000). Heritability and prevalence of specific fear and phobias in childhood. *Journal Child Psychology Psychiatry*, 41(7), 927-937.
- Mahat, G. & Scoloveno, M. (2006). Nepalese school-age children's self-reported fear and coping strategies related to medical experiences. *Journal of Cultural Diversity*, 13(1), 34-40.

- Marina, J. A. (2007). *Anatomía del miedo. Un tratado sobre la valentía*. Barcelona: Anagrama.
- Matsumoto, D. & Hee Yoo, S. (2007). Methodological considerations in the study of emotion across cultures. En J. A. Coan. & J. J. Allen. *The Handbook of emotion elicitation and assessment* (pp. 332-348). Oxford: Oxford University.
- Medina-Mora, M., Borges, G., Lara, C., Benjet, C., Blanco, J., Fleiz, C., Villatoro, J., Rojas, E., Zambrano, J., Casanova, L. & Aguilar-Gaxiola, S. (2003). Prevalencia de trastornos mentales y uso de servicios: resultados de la Encuesta Nacional de Epidemiología Psiquiátrica en México. *Salud Mental*, 26(4), 1-16.
- Méndez, F. (2000). *Miedos y temores en la infancia. Ayudar a los niños a superarlos*. Madrid: Pirámide.
- Murray, J. P. (2008). Media violence: The effects are both real and strong. *American Behavioral Scientist*, 51(8), 1230.
- Nabi, R. (1999). A cognitive-functional model for the effects of discrete negative emotions on information processing, attitude change, and recall. *Communication Theory*, 9(1), 292-331.
- Ollendick, T., Langley, A., Jones, R. & Kephart, C. (2001). Fear in children and adolescents: relations with negative life events, attributional style and avoidant coping. *Journal of Clinical Child Psychology*, 42(8), 1029-1034.
- Omar, G. (1995). *Las estrategias de coping y sus interrelaciones con los niveles biológico y psicológico*. Buenos Aires: Lumen.
- Orgilés, M., Espada, J. P., Méndez, X. & García-Fernández, J. M. (2008). Miedos escolares en hijos de padres divorciados y no divorciados. *International Journal of Clinical and Health Psychology*, 8(3), 693-703.
- Sánchez-Aragón, R. & Díaz-Loving, R. (2009). Reglas y preceptos culturales de la expresión emocional en México: su medición. *Universitas Psychologica*, 8(3), 793-805.
- Sandín, B., Chorot, P., Valiente, R. M. & Santed, M. D. (1998). Frecuencia e intensidad de los miedos en los niños: datos normativos. *Revista de Psicopatología y Psicología Clínica*, 1(3), 15-25.
- Sassaroli, S. & Lorenzini, R. (2002). *Miedos y fobias. Causas, características y terapias*. Barcelona: Paidós.
- Solomon, R. (2002). Back to basics: on the very idea of basic emotions. *Journal for the Theory of Social Behavior*, 32(2), 115-144.
- Svensson, L. & Lars-Göran, Ö. (1999). Fear in Swedish children. A normative study of the Fear Survey Schedule for Children-Revised. *Scandinavian Journal of Behavior*, 28(1), 23-36.
- Taimalu, M., Lahikainen, A. R., Korhonen, P. & Kravav, I. (2007). Self-reported fears as indicators of

- young children's well-being in societal change: a cross-cultural perspective. *Social Indicators Research*, 80, 51-78.
- Terrell, F., Terrell, I. & Von Drashek, S. (2000). Loneliness and fear of intimacy among adolescents who were taught not to trust strangers during childhood. *Adolescence*, 35(140), 611-617.
- Tomkins, S. (1984). Affect theory. En K. R. Scherer & P. Ekman (Eds.). *Approaches to emotion*, (pp. 163-197). Hillsdale, NJ: Erlbaum.
- Torres, L., Ortega, P., Garrido, A. y Reyes, A. (2008). Dinámica familiar en familias con hijos e hijas. *Revista Intercontinental de Psicología y Educación*, 10(2), 31-56.
- Valiente, R. M., Sandín, B. & Chorot, P. (2002). Miedos comunes en niños y adolescentes: relación con la sensibilidad a la ansiedad, el rasgo de ansiedad, la afectividad negativa y la depresión. *Revista de Psicopatología y Psicología Clínica*, 1(7), 61-70.
- Van-Barneveld, H., González, N., y Zarza, S. (2010). La actitud de los jóvenes mexicanos hacia los límites sociales: un análisis desde la perspectiva de género. *Revista Intercontinental de Psicología y Educación*, 12(2), 85-100.
- Varela, R. E., Sánchez-Sosa, J. J., Biggs, B. K. & Luis, T. M. (2008). Anxiety symptoms and fears in Hispanic and European American children: cross-cultural measurement equivalence. *Psychopathology Behavior Assessment*, 30, 132-145.
- Weems, C. & Costa, N. (2005). Developmental differences in the expression of childhood anxiety symptoms and fear. *Children Adolescent Psychiatry*, 44(7), 656-663.
- Westenberg, P., Drewes, M., Goodhart, A., Siebelink, B. & Treffers, P. (2004). A developmental analysis of self-reported fears in late childhood through mid-adolescence: social-evaluative fear on the rise? *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, 45(3), 481-495.