

---

## MODELO TRANSACCIONAL DEL ESTRÉS Y ESTILOS DE AFRONTAMIENTO EN INVESTIGACIÓN PSICOLÓGICA DEL ESTRÉS: ANÁLISIS CRÍTICO.

Transactional model of stress and coping styles in psychological stress research: Critical analysis.

DOI: <https://doi.org/10.35830/kcgm5244>

Oscar Camacho Gómez<sup>1</sup> ORCID: <https://orcid.org/0009-0006-7623-7524>

Francisco Javier Pedroza Cabrera<sup>1</sup> ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-4280-3795>

Gabriela Navarro Contreras<sup>2</sup> ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-4744-2351>

José María de la Roca Chiapas<sup>2</sup> ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-2563-403X>

Mónica Fulgencio Juárez<sup>3</sup> ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-9715-4764>

<sup>1</sup>Universidad Autónoma de Aguascalientes

<sup>2</sup>Universidad de Guanajuato

<sup>3</sup>Universidad Michoacana de San Nicolás de Hidalgo

---

### Resumen

El modelo transaccional del estrés, desarrollado por Lazarus y Folkman en 1984, revolucionó la comprensión del estrés al abordarlo como un proceso dinámico y multifactorial, en contraste con las teorías previas que lo consideraban una respuesta automática. Sin embargo, persisten discrepancias, especialmente en la concepción del afrontamiento. Mientras el modelo transaccional enfatiza la adaptabilidad y cambio continuo, los estilos de afrontamiento sugieren una predisposición estable hacia estrategias específicas. Este texto examina estas diferencias y busca promover una aplicación más precisa del modelo transaccional en la investigación sobre el estrés.

**Palabras clave:** Estrés, Afrontamiento, Modelo transaccional, Estilos de afrontamiento.

### Abstract

The transactional model of stress, developed by Lazarus and Folkman in 1984, revolutionized the understanding of stress by approaching it as a dynamic and multifactorial process, in contrast to previous theories that considered it an automatic response. However, discrepancies persist, especially in the conception of coping. While the transactional model emphasizes adaptability and continuous change, coping styles suggest a stable predisposition toward specific strategies. This text examines these differences and seeks to promote a more precise application of the transactional model in stress research.

**Keywords:** Stress, Coping, Transactional model, Coping styles.

---

Recibido: 27 de enero de 2024. Aceptado: 20 de julio de 2024.

Correspondencia: Oscar Camacho Gómez. Universidad Autónoma de Aguascalientes. Av. Universidad 940, Ciudad Universitaria, C.P. 20100, Aguascalientes, Ags. Correo electrónico: oscar.camacho@umich.mx

El modelo transaccional del estrés, tal y como lo conocemos, fue publicado en el libro *Stress, Appraisal, and Coping* (1984) por Lazarus & Folkman, desde entonces este modelo ha sido fundamental para comprender el cómo las personas experimentan y manejan el estrés en sus vidas cotidianas, y ha sentado las bases para el estudio del estrés en distintos contextos y situaciones vitales. Bajo este modelo, el estrés es producto de la evaluación subjetiva que hace una persona de la situación, siendo un proceso dinámico y multifactorial, que implica la evaluación continua de la situación y de los recursos disponibles para su afrontamiento (Lazarus & Folkman, 1986), siendo el estrés un conjunto de respuestas psicológicas, fisiológicas y conductuales, que surgen cuando la persona percibe que las demandas del entorno superan sus recursos de afrontamiento disponibles.

Esto supuso una ruptura respecto a modelos y teorías anteriores donde el estrés se reducía a una respuesta automática, de tipo fisiológico, a estímulos externos, siendo esta la perspectiva dominante en biología y medicina (Lazarus & Folkman, 1984). A partir del modelo transaccional, el estrés pasa a ser un concepto relacional, ya no limitado por una lógica de estímulo-respuesta o por algún patrón específico de reacciones psicológicas, comportamentales o subjetivas, sino que el estrés es visto como una relación o transacción entre las personas y su ambiente (Krohne, 2002).

Aunque fuera formalmente publicado en 1984, su desarrollo teórico se remonta a décadas anteriores, y antes de alcanzar la formulación actual, experimentó con diversas formas y pasó por varias iteraciones, algo esperable en la investigación científica y en el desarrollo de una teoría. De acuerdo con esto, lo común es que las versiones antiguas o incompletas se descarten en pro de la formulación más moderna. Sin embargo, en el caso de la investigación sobre el estrés y del modelo transaccional, se ha observado que existen elementos, ahora antiguos, que, a pesar de ser incompatibles a nivel teórico y epistemológico, con la actualidad del modelo, se siguen manteniendo.

Este es el caso de los llamados estilos de afrontamiento o coping styles. Una teoría que aborda el afrontamiento como un rasgo estable o permanente asociado a la personalidad, y que determina el cómo las personas afrontan el estrés (Lazarus, 1993). Esto se traduce en predisposiciones personales para hacer frente a las situaciones y que dictarían una preferencia hacia un tipo u otro de estrategias de afrontamiento, estas preferencias serían estables independientemente de la situación a la que se esté enfrentando la persona y su uso continuado llevaría a una tendencia hacia un tipo de afrontamiento específico (Castaño & León del Barco, 2010).

Bajo este marco de pensamiento el afrontamiento es una característica o disposición que se despliega a través de estilos de afrontamiento fijos, a los cuales las personas tienden a recurrir para afrontar el estrés. Lo cual va en contra de lo estipulado por el modelo transaccional del estrés donde el afrontamiento es un proceso y no un rasgo, es decir es algo dinámico y en constante cambio, su esencia es el cambio en pro de adaptación (Folkman & Lazarus, 1985), lo cual evidentemente entra en conflicto con la idea de un estilo fijo de afrontamiento.

Por tanto, nos encontramos ante dos paradigmas distintos y opuestos sobre la naturaleza y el funcionamiento del afrontamiento del estrés. El problema surge en que se ha encontrado que, en investigación sobre el estrés y su afrontamiento, ya sea como variable principal o secundaria, la mezcla indistinta de ambos paradigmas, siendo lo usual, el utilizar los conceptos del estrés y de la apreciación cognitiva del modelo transaccional, pero dejando de lado la perspectiva del afrontamiento como proceso, en pos de la idea de los estilos de afrontamiento (Berra, et al., 2014; Rubio, et al., 2016).

El propósito de este texto es una revisión de los elementos que constituyen ambos paradigmas, presentar su desarrollo y resaltar sus diferencias e incompatibilidades, esto con la esperanza de fomentar la correcta aplicación del modelo transaccional en la investigación sobre el estrés.

### **El Modelo Transaccional del Estrés**

Se puede rastrear el origen del modelo transaccional del estrés al texto de 1966 *Psychological Stress and Coping Process* de Lazarus. Este texto sentaría las bases del modelo, al tratarse de una de las primeras aproximaciones al estrés desde la teoría cognitiva. En este texto, que se basa en años de investigación previa por parte de su autor, es donde se propone la idea de la apreciación cognitiva del estrés, y resalta el papel de la percepción subjetiva, los procesos cognitivos y la relación persona-ambiente como partes fundamentales del funcionamiento del estrés. Lo anterior se dio en un momento donde las teorías dominantes al respecto provenían de la medicina y se centraban en los aspectos fisiológicos (Selye, 1960), o teorías con raíces en el psicoanálisis freudiano y otras aproximaciones psicodinámicas, donde los términos estrés y ansiedad se confundían, y se trataban de explicar los signos y síntomas asociados al estrés desde lo psicosomático y los mecanismos de defensa. Las teorías conductuales eran también dominantes, las cuales se centraban en el estímulo-respuesta y/o el condicionamiento operante, reduciendo al estrés a una reacción automática ante un estímulo amenazante (Lazarus & Folkman, 1984).

La publicación de *Stress, Appraisal, and Coping* en 1984 forma parte de la consolidación y auge de lo que hoy conocemos como enfoque cognitivo-conductual, con este auge comienza a haber un mayor interés en el estudio de las diferencias individuales, así como de describir y analizar interacciones complejas entre personas y ambiente.

Hasta este momento, los textos de 1966 y 1984, parecen compartir elementos conceptuales, sin embargo, esto se limita al ámbito de la apreciación cognitiva, porque desde 1966, el apartado del afrontamiento estaría dominado por las perspectivas psicodinámicas y conductuales ya mencionadas, es decir el afrontamiento del estrés como rasgo. La idea del afrontamiento como proceso aparecería de forma intermitente en el trabajo de Lazarus y sus colaboradores durante los siguientes años, pero no sería hasta el texto *Transactions between individuals and the environment related to stress* de Lazarus y Launier (1978) donde se comenzaría a hablar de la idea del afrontamiento como proceso.

Con la incorporación de la Dra. Folkman al grupo de investigación se comenzaron los esfuerzos por obtener información empírica firme que demostrara o negara esta idea, esfuerzos que llevaron al diseño del instrumento Ways of Coping Questionnaire, compuesto por 68 ítems que describían un rango amplio de estrategias de afrontamiento, cognitivas y conductuales, las cuales habían sido extraídas de los textos ya mencionados de 1966 y 1978, así como de la teoría del afrontamiento presente hasta ese momento. El instrumento sería puesto a prueba y los resultados fueron publicados en el texto *An Analysis of Coping in a Middle-Aged Community Sample* (1980). Este texto que desató controversia ya que es donde se introduce plenamente la idea del afrontamiento del estrés como un proceso dinámico, donde se involucran elementos contextuales y subjetivos, contradiciendo lo establecido por la teoría del afrontamiento como rasgos estables ligados a la personalidad.

Lo anterior llevó a críticas como la expresada por Shinn & Krantz (1981), donde catalogaban esta conclusión como prematura, además de cuestionar la medición llevada a cabo, considerándola errada. A pesar de estas críticas la investigación seguiría adelante, hasta la publicación del modelo en 1984, donde se define al afrontamiento como: Los esfuerzos cognitivos y conductuales constantemente cambiantes para manejar demandas específicas, externas y/o internas que son evaluadas como exigentes o que exceden los recursos de la persona (Lazarus & Folkman, 1984).

Posteriormente se dedicarían a aportar evidencia empírica de esto en una serie de artículos publicados entre 1985 y 1987, así como desarrollos teóricos para extender el modelo durante la década de 1990 e inicios de los 2000, donde se introducen consideraciones específicas para la medición del estrés y de su afrontamiento, considerando como formas óptimas de medición, los estudios longitudinales, multi método, con mediciones tanto cuantitativas como cualitativas (Folkman & Lazarus, 1985; 1986; Folkman, 1991;1992; Lazarus & Folkman, 1986; 1987; Lazarus, 1990; 2000; Reicherts & Perrez, 1992).

### **La Epistemología del Modelo Transaccional**

De forma explícita Lazarus y Folkman sitúan a su teoría en una perspectiva cognitivo-fenomenológica, en el sentido que busca comprender la experiencia subjetiva y la intersubjetividad de la percepción, específicamente refiriéndose a que la cognición no está perfectamente alineada a una realidad objetiva, sino que elementos como la personalidad, las emociones, y otras variables subjetivas, pueden alterar la percepción de los eventos.

Del mismo modo en este modelo se pueden observar elementos constructivistas, ya que hace énfasis en las interacciones o transacciones entre persona-ambiente, siendo esto uno de los elementos clave del constructivismo, que se centra en la idea de que la realidad es interpretada y construida por el individuo a través de sus procesos cognitivos y sociales. Convergiendo en la fenomenología en su orientación hacia la subjetividad y la experiencia individual para la comprensión de la realidad.

Así mismo, estas dos posiciones situarían al modelo transaccional dentro del pospositivismo, lo cual es relevante ya que su aproximación metodológica está orientada a explicaciones temporales y situadas en el contexto, en contraposición con lo que encontraremos en la teoría de los estilos de afrontamiento.

### El Afrontamiento como Rasgo o Estilo

La teoría de los estilos de afrontamiento antecede al modelo transaccional del estrés y al texto de Lazarus del que parte. Se origina en una concepción psicoanalítica, donde se hace énfasis en el afrontamiento como rasgo de personalidad, abordándolo como un conjunto de estrategias defensivas dicótomas, ordenadas jerárquicamente en función de que tan “saludables” o “patológicas” se les considera, siendo una de ellas, la evitación, calificada automáticamente como patológica (Reicherts & Perrez, 1992).

Uno de los primeros teóricos que abordaron el afrontamiento del estrés de esta manera es Menninger, quien, en sus textos de 1954, *The homeostatic regulatory function of the ego* y *Regulatory devices of the ego under major stress*, propone la existencia de mecanismos reguladores empleados por el ego para afrontar las perturbaciones menores a la homeostasis, siendo la falla de estos mecanismos lo que provocaría los síntomas y desórdenes atribuidos al estrés (Menninger, 1954).

Este autor crearía cinco categorías de estos mecanismos, ordenados en una jerarquía de lo saludable a lo patológico. Siendo algunas de las saludables: Hablar sobre ello, autocontrol o trabajar al respecto. Por el contrario, algunas patológicas: evitación, agresión o ataques de pánico. Los considerados saludables pueden convertirse en síntomas en función de su intensidad de uso, por ejemplo: hablar sobre ello, se convertiría en síntoma si se habla demasiado sobre la situación o problema (Menninger, 1954).

Bajo esta perspectiva el afrontamiento se convierte en una herramienta de clasificación de personas, con el objetivo de hacer predicciones de cómo podrían afrontar alguno o todos los tipos de encuentros estresantes (Lazarus & Folkman, 1984), asignando a las personas a una estructura de dicotomías, donde se les asigna un tipo, por ejemplo: amigable/hostil o controlador/permisivo.

Esto crearía un concepto de afrontamiento que opera bajo la idea de que este es una disposición estable a actuar de una manera determinada a lo largo de la vida. Lo cual permitiría formular una predicción de cómo actuaría la persona ante cualquier situación estresante. Simplificando la investigación, ya que solo se tendría que medir una vez para saber cómo reacciona una persona ante el estrés. Además, también simplifica la relación entre estrés y afrontamiento, siendo un estrés elevado un indicador de un estilo de afrontamiento patológico o desadaptativo.

A partir de estas formulaciones tempranas surgirían propuestas alternativas que incorporarían los elementos perceptivos de la teoría inicial de Lazarus, como la propuesta de Carver, et al. (1989). Esta teoría propone 14 estilos de afrontamiento, clasificadas en dos grandes categorías, estilos de afrontamiento orientados a la solución del problema, y

orientados a la emoción. Dentro de la primera categoría encontramos el afrontamiento activo y la planeación, mientras que en la segunda encontraríamos la negación o la expresión emocional. Siendo considerado como adaptativo o saludable lo orientado a la solución del problema y desadaptativo o patológico lo orientado a la emoción. O la propuesta de Sandin & Chorot (2003) que postula siete estilos básicos de afrontamiento consistentes en: Solución del problema, auto focalización negativa, reevaluación positiva, expresión emocional abierta, evitación, búsqueda de apoyo social y religión. Ambas operando y expandiendo desde la lógica propuesta originalmente por Menninger.

### **La Epistemología del Afrontamiento como Rasgo o Estilo**

Si bien la idea del afrontamiento como rasgo tiene raíces eminentemente psicoanalíticas, su desarrollo e interrelación con la teoría conductual, le haría más cercana al positivismo, ya que busca encontrar relaciones estables y generales entre variables observables, en este caso los estilos de afrontamiento como predisposiciones a un tipo de conducta en concreto. En contraste con la idea del cambio constante y de la especificidad contextual que encontramos en el afrontamiento como proceso del modelo transaccional. Y si bien no niega el papel de la percepción en el estrés, no se acerca a la perspectiva fenomenológica-constructivista del modelo transaccional.

### **Divergencias e incompatibilidades entre ambas concepciones del Afrontamiento**

Ambas perspectivas del afrontamiento suelen utilizar la definición de estrés propuesta desde el modelo transaccional, siendo esta la relación entre una persona y su ambiente, evaluada por la misma como exigente o que excede sus recursos poniendo en peligro su bienestar (Lazarus & Folkman, 1984). Sin embargo, aquí terminan las similitudes y comienzan las divergencias. Ya que a partir de aquí son totalmente incompatibles a nivel teórico y epistemológico. Algo que se notó desde el momento de su formulación y se ha discutido desde entonces.

Desde la perspectiva del afrontamiento como proceso, la idea de los estilos de afrontamiento es cuanto menos limitada, ya que desde ella no es posible estudiar y describir en detalle cómo una persona afronta en pensamiento y acciones tipos específicos de estrés o situaciones más complejas como la enfermedad o la pérdida. Además de estresores inter e intrapsíquicos que solo están presentes en situaciones y contextos muy concretos, como es el caso del estrés laboral, donde el contexto laboral está compuesto de demandas y estresores muy específicos que no se dan fuera del mismo, y que además necesitan de estrategias de afrontamiento dinámicas para adaptarse a demandas en constante cambio.

Otro elemento divergente es la relación existente entre estrés y afrontamiento. Bajo el modelo transaccional el proceso del afrontamiento es solo el resultado del proceso de apreciación cognitiva que activó la reacción de estrés, es decir no es un concepto independiente y cualquier resultado negativo o dañino no es atributo del afrontamiento en sí, sino que, entre algunas posibilidades, puede ser el resultado de un error en el proceso de apreciación cognitiva, al interpretar una situación como incontrolable cuando

sí lo es o viceversa; o a la falta de recursos para llevar a cabo un afrontamiento exitoso, por ejemplo que se trate de un estresor financiero que solo pueda resolverse con dinero, pero no esté disponible; o que se haya percibido la situación correctamente y los recursos estén presentes pero no disponibles por algún elemento contextual que impida su despliegue, por ejemplo: que la jerarquía laboral de la persona no sea suficiente para solucionar el problema. Esto hace que el afrontamiento sea un proceso complejo sujeto a diversas variables subjetivas y contextuales, como pueden ser el género, la etnia, el estatus socioeconómico, la orientación sexual, el estado de salud, estado de ánimo, posición jerárquica, por nombrar algunas (Folkman & Lazarus, 1985; 1986).

Desde la perspectiva del afrontamiento como rasgo, este es algo independiente, desligado del proceso de apreciación cognitiva, una vez que se determinó a la situación o estímulo como estresante, se activaría el estilo de afrontamiento predominante en la persona, independientemente de si es idóneo o posible para la situación, esto hace que cualquier resultado negativo sea atribuible a un estilo de afrontamiento incorrecto, a los cuales como ya se mencionó anteriormente, se les atribuye, a priori, un significado negativo o positivo. Bajo esta perspectiva el afrontamiento es responsabilidad de la persona, una cualidad interna que no tiene en cuenta el contexto u otras variables (Lazarus, 1993).

Desde el modelo transaccional se ha encontrado que el proceso de afrontamiento es algo complejo y dinámico sujeto a la apreciación cognitiva, no solo determinando que va a ser considerado como estresante sino las posibilidades para hacerle frente, los recursos percibidos como disponibles, los recursos objetivamente disponibles, la posibilidad de desplegarlos, etc. Así mismo otro elemento relevante es que no se utiliza una única forma de afrontamiento por evento, sino que se utilizan varias al mismo tiempo y en sucesión, respondiendo a la evolución de la situación (Folkman y Lazarus, 1986). El siguiente aspecto es que el significado que se le atribuye a una forma de afrontamiento es cambiante, en función de las variables antes mencionadas, esto hace que una misma conducta para un evento sea percibida como “solucionar el problema”, para otro evento posterior sea percibida como “gestión emocional” (Díaz Martín, 2010; Folkman, 1991)

Estos últimos elementos no están presentes en la idea del afrontamiento como rasgo, donde el estilo se aplica individualmente a todas las situaciones sin dimensión de significado.

Si tomamos en cuenta el apartado metodológico y de medición, también nos encontraremos con posturas distintas. El afrontamiento como rasgo utiliza una perspectiva transversal con instrumentos auto aplicados, al considerarse como un rasgo estable, es decir, solo es necesaria una única medición a partir de la cual se generaliza. Mientras que el afrontamiento como proceso aboga por la utilización de una perspectiva longitudinal multi método, utilizando en conjunto instrumentos auto aplicados y entrevistas (DeLongis, 1988; Lazarus, 1990; 2000)



Como podemos observar ambas teorías tienen fundamentos muy diferentes e incompatibles entre sí. Sin embargo, esta incompatibilidad no ha frenado la mezcla indiscriminada de ambas posturas, lo cual supone un sesgo múltiple ya que afecta a nivel teórico, epistémico, psicométrico e interpretativo. Siendo incompatibles los instrumentos psicométricos elaborados por cada perspectiva, y que son de uso común en la investigación sobre el estrés, y cuya combinación resultaría en interpretaciones erróneas o incompletas.

Desde un punto de vista histórico, en sus inicios la idea del afrontamiento como rasgo parecía tener sentido, porque comulgaba con la lógica de las dos fuerzas principales de la psicología de la época. Desde el psicoanálisis, esta idea, tiene similitudes con el concepto de los mecanismos de defensa (Abd Halim & Farhana Sabri, 2013; Cano, et al., 2007; Menninger, 1954), en el sentido de ser reacciones automáticas, estables y ligadas a una estructura de la personalidad, que se despliegan para la protección del individuo. Mientras que, desde el conductismo, esta idea funciona bajo la premisa del estímulo-respuesta. Donde el afrontamiento no es más que el organismo respondiendo a estímulos tomando como base condicionamientos previos, siendo el éxito o fracaso de la respuesta reforzadores positivos o negativos, que terminarían de configurar un patrón de respuesta ante el estrés (Hunter, 2019; Kimble, 1990). Sin embargo, reducir el afrontamiento a un rasgo fijo o a una respuesta ciega ante los estímulos, representa una simplificación excesiva del estrés y de la experiencia humana.

## CONCLUSIONES

En este punto tenemos dos posturas contrarias e irreconciliables. Desde el modelo transaccional se rechaza completamente la idea de los estilos de afrontamiento (Lazarus & Folkman, 1987; Reicherts & Perrez, 1992), y aunque existen propuestas que intentan colocarlas como complementarias (Cano, et al., 2007) las diferencias teóricas y epistemológicas son demasiado grandes para llegar a un acuerdo aceptable. Ahora, ¿por qué a pesar de estas diferencias se insiste en hacerlas convivir? Las razones exactas dependerán de las decisiones tomadas en cada investigación y rara vez son aclaradas, sin embargo, existen algunos puntos comunes.

El primero de ellos es la practicidad, si bien el afrontamiento como proceso se ajusta teóricamente al modelo transaccional y a la teoría cognitiva, así como a teorías como la del apoyo social, su aplicación es complicada debido a la cantidad de variables involucradas y los rigurosos requisitos metodológicos que implica. Como se mencionó anteriormente, se marca como ideales investigaciones de corte longitudinal multi método, y no siempre existen las condiciones para llevar a cabo mediciones psicométricas y entrevistas en plazos de semanas, meses o años. Por lo que se tiende a llegar a compromisos, y la naturaleza transversal de la postura del afrontamiento como rasgo la hace más práctica. A esto se le añade a que en general el afrontamiento del estrés es considerado como una variable secundaria en muchos estudios (Archbell & Coplan, 2022; Rosenbaum & White, 2015), siendo más relevantes los niveles de estrés presentados por las poblaciones bajo estudio, esto es especialmente cierto en estudios de aplicación masiva, con cientos o miles de



participantes, donde el grado de especificidad al que apunta el afrontamiento como proceso no es requerida.

El segundo punto es de orden psicométrico, la medición del afrontamiento lleva ya varias décadas dominada por el afrontamiento como rasgo, a la hora de buscar instrumentos nos vamos a encontrar con pocas alternativas siendo las más populares el instrumento COPE y sus formas abreviadas elaborado por Carver, et al., (1989). Y en habla hispana el Cuestionario De afrontamiento del estrés de Sandín & Chorot (2003), una derivación del Ways of Coping Questionnaire (WCQ) de Lazarus & Folkman (1980), que después de varias versiones pasaría a convertirse en un instrumento independiente. Sin embargo, ambos instrumentos adolecen de cualidades psicométricas inestables, esto no se debe a una formulación o validación descuidada, sino a la naturaleza dinámica del afrontamiento, cada validación realizada da factores y número de ítems distintos por influencia de la cultura, el contexto, variables subjetivas de esa población, entre otros factores, (Abdul Rahman, et al., 2021). Este comportamiento valida la idea del afrontamiento como proceso, sin embargo, no es la forma adecuada de medirlo.

Las alternativas existentes son instrumentos híbridos como el Ways of Coping Checklist, una evolución del instrumento original WCQ, desarrollada en 1987, y que funciona en conjunto con una batería de instrumentos para medir estresores (De Longis, 1988) y una entrevista semiestructurada. Y El Inventario de estrategias de afrontamiento (Cano, et al., 2007 ) que consta de un componente cualitativo y uno cuantitativo. Pero estos representan pasos extra en los procesos de aplicación, captura y análisis de datos, además de no contar con validaciones actualizadas a distintas poblaciones como es el caso del COPE y el CAE.

El instrumento recomendado desde el modelo transaccional es el Stress and Coping Process Questionnaire (SCPQ) desarrollado por Reicherts & Perrez (1992) compuesto por 18 situaciones estresantes, a partir de las cuales la persona responde 163 ítems en total, divididos en secciones para: sentimientos, juicios, intenciones, acciones y atributos. Fue validado en población general, con sintomatología depresiva, en duelo, pacientes con VIH, adolescentes y ante situaciones de estrés laboral y maternal. Su Alpha de Cronbach es de .87 (Reicherts, 1986; Reicherts, et al., 1989 como se citó en Reicherts & Perrez, 1992). Además de proponer una medición completa de estrés, en línea de los requisitos metodológicos del modelo, mediante un sistema llamado Sistema de Auto Observación Asistido por Computadora (COMRES, por sus siglas en inglés), diseñado para que las personas participantes de estudios de estrés reportaran en tiempo real su experiencia. Sin embargo, este instrumento no se popularizó, ya que incluso sin el sistema computarizado, sus características hacen compleja su aplicación, especialmente su extensión le hace poco amigable para trabajar en conjunto con otros instrumentos cuando el afrontamiento y el estrés no son las variables principales, lo cual hace que instrumentos como el Brief COPE de 22 ítems (Reich, et al., 2016) sean más utilizados a pesar de los problemas teóricos y psicométricos ya discutidos.

Respecto al afrontamiento como proceso nos encontramos con un problema a nivel psicométrico, no se encuentran instrumentos actualizados para llevar a cabo una medición precisa, y los existentes llevan décadas sin actualizarse y tienen un funcionamiento complejo. Esto ha provocado un estancamiento en el desarrollo teórico del afrontamiento, ya que van décadas en las que se producen las mismas conclusiones, algo ya discutido por Coyne & Gottlieb (1996) quienes alertaban de que la investigación sobre el afrontamiento había quedado atada a instrumentos subóptimos que producían una visión simplista y estrecha del fenómeno del afrontamiento en pos de la parsimonia.

Y finalmente el tercer punto es de orden ideológico, la orientación fenomenológica-constructivista del modelo transaccional, así como su aproximación a los métodos cualitativos y mixtos, puede resultar impopular para sectores más tradicionales, aún orientados epistemológicamente al positivismo y metodologías puramente cuantitativas.

Como conclusión hasta el momento la idea del afrontamiento como proceso se puede considerar como correcta, tanto por sí misma como con su interrelación con el estrés y otras teorías en el marco de lo cognitivo conductual. El mantenimiento de la idea del afrontamiento como rasgo surge de limitaciones metodológicas y psicométricas que han permanecido demasiado tiempo sin resolver, por lo que es necesaria la superación de estas limitaciones para la correcta aplicación de estos conceptos. Mientras esto no suceda seguiremos sujetos a conclusiones limitadas, basadas en instrumentos contradictorios, que llevan a atribuir erróneamente responsabilidad a la persona en cuestión., dejando de lado condiciones contextuales y estructurales adversas que causan los altos niveles de estrés observados en los últimos años y que llevamos demasiado tiempo atribuyendo a estilos de afrontamiento inadecuados, aún a sabiendas de que este es un concepto más que cuestionable.

### **Financiamiento**

El presente artículo fue desarrollado durante el Doctorado Interinstitucional en Psicología, programa académico que cuenta con el financiamiento del Consejo Nacional de Humanidades, Ciencia y Tecnología.

### **Conflicto de Intereses**

Los autores de este trabajo declaran que no existe conflicto de intereses.

## REFERENCIAS

- Abd Halim, M.H & Farhana Sabri. (2013). Relationship Between Defense Mechanisms and Coping Styles among relapsing addicts. *Procedia - Social and Behavioral Sciences*, 84, 1829-1837. <https://doi.org/10.1016/j.sbspro.2013.07.043>
- Abdul Rahman, H., Bani Issa, W. & Naing, L. (2021). Psychometric properties of brief-COPE inventory among nurses. *BMC Nursing*, 20 (73). <https://doi.org/10.1186/s12912-021-00592-5>
- Archbell, K. A., & Coplan, R. J. (s. f.). Too Anxious to Talk: Social Anxiety, Academic Communication, and Students' Experiences in Higher Education. *Journal of Emotional and Behavioral Disorders*, 30(4), 273-286. <https://doi.org/10.1177/10634266211060079>
- Berra, E. Muñoz, S, I. Vega, C, Z. Silva, A., & Gómez, G. (2014). Emociones, estrés y afrontamiento en adolescentes desde el modelo de Lazarus y Folkman. *Revista Intercontinental de Psicología y Educación*, 16(1), 37-57.
- Carver, C. S., Scheier, M. F., & Weintraub, J. K. (1989). Assessing coping strategies: A theoretically based approach. *Journal of Personality and Social Psychology*, 56(2), 267-283. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.56.2.267>
- Cano-García, F., J. & Rodríguez-Franco, L & García-Martínez, J. (2007). Adaptación Española del Inventario de Estrategias de Afrontamiento. *Actas Españolas de Psiquiatría*. 35(1), 29-39. [https://www.researchgate.net/publication/235419673\\_Adaptacion\\_Espanola\\_del\\_Inventario\\_de\\_Estrategias\\_de\\_Afrontamiento](https://www.researchgate.net/publication/235419673_Adaptacion_Espanola_del_Inventario_de_Estrategias_de_Afrontamiento)
- Castaño F., E., & León del Barco, B. (2010). Estrategias de afrontamiento del estrés y estilos de. *International Journal of Psychology and Psychological Therapy*, 10(2), 245-257. Recuperado de <http://www.redalyc.org/html/560/56017095004/>
- Coyne, J.C. and Gottlieb, B.H. (1996), The Mismeasure of Coping by Checklist. *Journal of Personality*, 64, 959-991. <https://doi.org/10.1111/j.1467-6494.1996.tb00950.x>
- DeLongis, A., Folkman, S., & Lazarus, R. S. (1988). The impact of daily stress on health and mood: psychological and social resources as mediators. *Journal of Personality and Social Psychology*, 54(3), 486-495. <https://doi.org/10.1037//0022-3514.54.3.486>
- Díaz Martín, Y. (2010). Estrés académico y afrontamiento en estudiantes de Medicina. *Humanidades Médicas*, 10(1), [http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1727-81202010000100007&lng=es&tlng=es](http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1727-81202010000100007&lng=es&tlng=es).
- Folkman, S., & Lazarus, R. S. (1981). Reply to Shinn and Krantz. *Journal of Health and Social Behavior*, 22(4), 457-459. <https://doi.org/10.2307/2136686>
- Folkman, S & Lazarus, R S, (1980). An analysis of coping in a middle-aged community sample. *Journal of Health and Social Behavior*, 21, 219-239.
- Folkman, S., & Lazarus, R. S., (1985). If it changes it must be a process: A study of emotion and coping during three stages of a college examination. *Journal of Personality and Social Psychology*, 48, 150-170.
- Folkman, S. (1991). Coping across the life span: Theoretical issues. En E.M. Cumming, A.L. Greene, & K.H. Karraker (Eds.), *Life-span developmental psychology: Perspectives on stress and coping* (pp. 3-19). Lawrence Erlbaum Associates.
- Folkman, S. (1992). Making the case for coping. En B.N. Carpenter (Ed.), *Personal coping: Theory, research, and application* (pp. 31-46). Praeger.
- Hunter, G. (2019). Adolescent Development, Adjustment and Behaviorism. *Psychology & Psychological Research International Journal*, 4(12), <https://doi.org/10.23880/pprij-16000204>
- Kimble, G. A. (1999). Functional behaviorism: A plan for unity in psychology. *American Psychologist*, 54(11), 981-988. <https://doi.org/10.1037/h0088209>
- Krohne, H.W. (2001). *Stress and Coping Theories*. 10.1016/B0-08-043076-7/03817-1.

- Lazarus, R. S. (1966). *Psychological Stress and the Coping Process*. McGraw-Hill.
- Lazarus, R. S., & Folkman, S. (1986). Dynamics of a Stressful Encounter: Cognitive Appraisal, Coping, and Encounter Outcomes. *Journal of Personality and Social Psychology*, 50(5), 992-1003.
- Lazarus, R. S., & Folkman, S. (1987). Transactional theory and research on emotions and coping. *European Journal of Personality*, 1(3), 141-169. <https://doi.org/10.1002/per.2410010304>
- Lazarus, R.S., (2000). Toward Better Research on Stress and Coping. *American Psychologist*, 55(6), 665-673. <https://doi.org/10.1037/003-066X.55.6.665>
- Lazarus, R.S. (1990) *Theory-Based Stress Measurement*, *Psychological Inquiry*, 1(1), 3-13, [https://doi.org/10.1207/s15327965pli0101\\_1](https://doi.org/10.1207/s15327965pli0101_1)
- Lazarus, R. S. (1993) Coping theory and research: past, present, and future. *Psychosomatic Medicine*, 55(3), 234-247. Recuperado de [https://journals.lww.com/psychosomaticmedicine/citation/1993/05000/coping\\_theory\\_and\\_research\\_\\_past\\_present\\_and.2.aspx](https://journals.lww.com/psychosomaticmedicine/citation/1993/05000/coping_theory_and_research__past_present_and.2.aspx)
- Perrez, M., & Reicherts, M. (1992). *Stress, coping, and health: A situation-behavior approach: Theory, methods, applications*. Hogrefe & Huber.
- Lazarus, R.S., & Launier, R. (1978). Stress-Related Transactions between Person and Environment. En L. A. Pervin, L.A., & M. Lewis (eds), *Perspectives in Interactional Psychology*. Springer. [https://doi.org/10.1007/978-1-4613-3997-7\\_12](https://doi.org/10.1007/978-1-4613-3997-7_12)
- Menninger, K. A. (1954). Psychological Aspects Of The Organism Under Stress1: The Homeostatic Regulatory Function Of The Ego. *Journal of the American Psychoanalytic Association*, 2(1), 67-106. <https://doi.org/10.1177/000306515400200103>
- Menninger, K. A. (1954). Psychological Aspects of the Organism Under Stress: Part II Regulatory Devices of the EGO Under Major Stress. *Journal of the American Psychoanalytic Association*, 2(2), 280-310. <https://doi.org/10.1177/000306515400200206>
- Reich, M., Costa-Ball, C. D., & Remor, E. (2016). Estudio de las propiedades psicométricas del Brief COPE para una muestra de mujeres uruguayas. *Avances en Psicología Latinoamericana*, 34(3), 615-636. <http://dx.doi.org/10.12804/apl34.3.2016.13>
- Rosenbaum, D. L., & White, K. S. (2015). The relation of anxiety, depression, and stress to binge eating behavior. *Journal of Health Psychology*, 20(6), 887-898. <https://doi.org/10.1177/1359105315580212>
- Rubio, L., Dumitrache, C., Cordon-Pozo, E., & Rubio-Herrera, R. (2016). Coping: Impact of Gender and Stressful Life Events in Middle and in Old Age. *Clinical Gerontologist*, 39(5), 468-488. <https://doi.org/10.1080/07317115.2015.1132290>
- Sandín, S & Chorot, P. (2003). Cuestionario de Afrontamiento del estrés (CAE): Desarrollo y Validación Preliminar. *Revista de Psicopatología y Psicología Clínica*, 8(1), 39-54. [https://doi.org/10.1016/0032-0633\(79\)90112-0](https://doi.org/10.1016/0032-0633(79)90112-0)