



# Enfermería Clínica



## 0 - SITUACIONES ESTRESANTES EN LA FAMILIA Y ESTRATEGIAS DE AFRONTAMIENTO: UNA REVISIÓN DE LA LITERATURA

María Dolores Guerra-Martín<sup>1</sup>, Bárbara Amador-Marín<sup>2</sup> y José Manuel Martínez-Montilla<sup>3</sup>

<sup>1</sup>Doctora por la Universidad de Sevilla. Diplomada en Enfermería y Licenciada en Antropología. Profesora Titular de Universidad. Departamento de Enfermería. Facultad de Enfermería, Fisioterapia y Podología. Universidad de Sevilla. <sup>2</sup>Graduada en Enfermería. Máster en Nuevas Tendencias en Ciencias de la Salud. Asistente Honorario del Departamento de Enfermería. Facultad de Enfermería, Fisioterapia y Podología. Universidad de Sevilla.

<sup>3</sup>Graduado en Enfermería. Máster en Nuevas Tendencias en Ciencias de la Salud. Técnico de Investigación FISEVI. Asistente Honorario del Departamento de Enfermería. Facultad de Enfermería, Fisioterapia y Podología. Universidad de Sevilla.

Correo electrónico: guema@us.es

### Resumen

**Introducción:** El afrontamiento familiar es la capacidad de la familia para enfrentarse, movilizarse y poner en acción medidas que actúen ante la aparición de acontecimientos estresantes. Implica esfuerzos comportamentales y/o cognitivos, orientados a manejar o regular las situaciones estresantes que se generan en el sistema familiar, garantizando así la salud de sus miembros.

**Objetivos:** Conocer las situaciones estresantes en la familia y las estrategias de afrontamiento familiar.

**Métodos:** Se realizó una revisión de la literatura científica publicada entre 2010-2016, en las bases de datos: PubMed/Medline, Scopus, PsycInfo y Dialnet. Las búsquedas se realizaron entre junio-agosto de 2016. Las palabras claves fueron: Salud de la familia, Estrategias de Afrontamiento, Ajuste psicológico y Salud. Para la valoración de la calidad metodológica en los estudios cuantitativos se utilizó el instrumento EPHPP y para los cualitativos la herramienta CASPe. Se identificaron 1.074 estudios y fueron seleccionados 23.

**Resultados:** N = 12 estudios cualitativos y N = 11 cuantitativos. Situaciones estresantes: N = 6 enfermedades crónicas. N = 6 trastorno del espectro autista (TEA). N = 4 enfermedades mentales, N = 2 adicciones, N = 2 accidentes y discapacidad, N = 2 reajuste familiar y N = 1 pérdida del trabajo y dificultades financieras. Las estrategias de afrontamiento familiar fueron de tipo positivo (N = 20): Búsqueda de información o de apoyo (familiar-social-espiritual), aceptación y mejora de la autoestima, y de tipo negativo (N = 10): Negación, evasión, evitación, auto-culpa y consumo de sustancias.

**Conclusiones:** 1. Las principales situaciones estresantes son los acontecimientos que desencadenan algún tipo de crisis familiar, como sucede en las enfermedades y trastornos crónicos. 2. Para mantener una adecuada salud familiar, las familias han de movilizar sus recursos y tomar decisiones adecuadas para un afrontamiento eficaz. 3. Las estrategias de afrontamiento positivas más

utilizadas, son las dirigidas a la búsqueda de información o de apoyo familiar, social o espiritual. Las negativas son mayormente la negación, evasión o evitación.

**Palabras clave:** Ajuste psicológico. Estrategias de afrontamiento. Revisión. Salud de la familia.