

Los niveles de estrés y los factores de estrés aculturativo en los estudiantes universitarios brasileños

Stress levels and acculturative stressors in Brazilian university students

Níveis de estresse e estressores aculturativos em universitários brasileiros



Leonardo Martins Oliveira

jbotelho@egasmoniz.edu.pt

<https://orcid.org/0000-0001-6198-6692>

Universidad de Aquino, Santa Cruz de la Sierra, Bolivia

Recibido: julio 2019 / Revisado: agosto 2019 / Aceptado: agosto 2019 / Publicado: septiembre 2019

RESUMEN

La investigación tuvo como objetivo central identificar los niveles de estrés y los factores de estrés aculturativo en estudiantes universitarios provenientes de la República Federativa de Brasil. La metodología fue de tipo exploratoria, bajo un enfoque mixto, el diseño fue secuencial. La población y muestra, que se usó para la recolección de datos, fueron una población, aproximadamente de dos mil estudiantes universitarios brasileños que estuvieron en su primer año de residencia y estudiaban en las universidades UDABOL y UCEBOL, y la muestra fue de 120 estudiantes. Las técnicas e instrumentos utilizados para la recolección de información, fueron; escala de aculturación (Berry) y la escala del estrés percibido. Se pudo notar que ante la nueva cultura; los estudiantes inmigrantes del sexo masculino son más estresados que las mujeres. Se concluye que los hombres son más estresados que las mujeres ante la cultura de acogida.

Palabras clave:

Psicología social; psicología social; transcultural; estrés; estrés aculturación

ABSTRACT

The main objective of the research was to identify stress levels and acculturative stress factors in university students from the Federative Republic of Brazil. The Methodology was exploratory, under a mixed approach, the design was sequential. The population and sample, which was used for data collection, were a population of approximately two thousand Brazilian university students who were in their first year of residence and were studying at UDABOL and UCEBOL universities, and the sample was 120 students. The techniques and instruments used to collect information were; acculturation scale (Berry) and scale of perceived stress. It could be noted that in the face of the new culture; male immigrant students are more stressed than females. It is concluded that men are more stressed than women by the host culture.

Key words:

Social psychology; cross-cultural social psychology stress; acculturation stress

RESUMO

O objetivo principal da pesquisa foi identificar os níveis de estresse e os fatores de estresse aculturativos em universitários da República Federativa do Brasil. A Metodologia foi exploratória, sob uma abordagem mista, o desenho foi sequencial. A população e a amostra utilizadas para a coleta de dados foram uma população de aproximadamente dois mil universitários brasileiros que estavam no primeiro ano de residência e cursavam as universidades UDABOL e UCEBOL, e a amostra foi de 120 alunos. As técnicas e instrumentos usados para coletar informações foram; escala de aculturação (Berry) e escala de estresse percebido. Pôde-se notar que, diante da nova cultura; estudantes imigrantes do sexo masculino são mais estressados do que as do sexo feminino. Conclui-se que os homens são mais estressados do que as mulheres pela cultura hospedeira.

Palavras-chave:

Psicologia social; estresse de psicología social transcultural; estresse de aculturação

INTRODUCCIÓN

La globalización mundial facilita que las personas de diferentes estatus sociales puedan migrar de una región determinada a otra un tanto distante, o de un país a otro, por un periodo de tiempo, ya sea de paseo, o para hacer una carrera universitaria o simplemente para vivir permanente.

Uno de los motivos de migración con mayor incidencia es la migración estudiantil, por la facilidad de trasladarse de un país a otro en busca de carreras económicas, costo de vida barato y mejor nivel académico. Esa migración es un fenómeno internacional que afecta a millones de personas en todo el mundo, facilitando el contacto entre personas de diferentes naciones y contextos culturales (Castro, 2011).

Santa Cruz de la Sierra es una ciudad que recibe migrantes de varios países, entre estos inmigrantes están los brasileños que mayormente vienen a estudiar alguna carrera por el bajo costo de la misma y de manutención en el país. El número de inmigrantes brasileños que viven y estudian en Bolivia es de 20 mil (Azevedo, 2011).

Se entiende por la migración como el desplazamiento de personas desde su lugar de residencia habitual hacia otro, en algunos casos se mudan del país por un período determinado de tiempo y en otros de manera permanente.

Zlobina y Páez (2003) indicaron que los migrantes deben adaptarse a la nueva cultura que está relacionado con el tiempo de residencia en el nuevo país, la distancia cultural existente y a la cantidad de contacto con los miembros de la cultura de acogida, todos estos implican un proceso de aprendizaje social durante la aculturación que es un proceso que involucra la recepción y asimilación de elementos culturales de un grupo humano por parte de otro.

Por otro lado, la aculturación es un proceso de cambios conductuales y psicológicos que tienen lugar en el individuo inmigrante como resultado

del contacto con personas pertenecientes a otro grupo cultural a lo largo de su estadía en otro país (Berry, Kim, Power y otros, 1989).

En este sentido, Bastide (2009) señala que en la aculturación hay un factor de estrés, considerando que el estrés es una respuesta integral psicobiosocial de la persona humana ante estímulos estresores que desbordan su capacidad de respuesta natural. La aculturación demanda un esfuerzo adaptativo sostenido produciendo un estado de tensión y que pide un cambio adaptativo por parte de los inmigrantes. Es decir que implica una respuesta inespecífica del cuerpo a la demanda, ya tenga por resultado condiciones agradables o desagradables para el sujeto. (Valdés y De Flores, 1985).

Berry (1989) señala que el estrés resultante del proceso de la aculturación recibe el nombre de estrés aculturativo, lo que indica un tipo particular de estrés, en el cual los estresores tienen su origen en el proceso de aculturación. El estrés aculturativo, tiene sus propios estresores que generan una diversidad de síntomas que pueden explicar la presencia de cambios psicológicos y disminución de la salud mental en inmigrantes afectando la adaptación del individuo.

Tomando en cuenta que la adaptación involucra la reorganización del comportamiento, y que es un proceso activo del individuo en interacción con el ambiente para alcanzar o satisfacer sus necesidades y metas en respuesta a diferentes factores circunstanciales. El estrés aculturativo puede llegar a afectar los procesos de adaptación a la vida universitaria.

Por esta razón el estudio tiene como objetivo principal, identificar los niveles de estrés y los factores de estrés aculturativo en estudiantes universitarios provenientes de la República Federativa de Brasil.

Esta investigación promoverá la exploración detallada del estrés aculturativo en los estudiantes brasileños en Santa Cruz, y llevará a cabo un estudio

minucioso sobre los factores del estrés aculturativo como aporte a la comunidad brasilera que, vive en Santa Cruz.

Del mismo modo, será un aporte novedoso para la sociedad boliviana porque permitirá conocer los factores que promueven el estrés aculturativo y en este sentido, en el futuro podrán adaptar para la acogida de inmigrantes y minimizar los daños promovidos por los procesos de la adaptación y aculturación, lo que facilitará la estadia de los brasileros en una acogida más adaptadas a ellos.

Marco Teórico

Psicología social

Según Allport (1924) la psicología social es una rama de la psicología que usa métodos científicos en un intento por entender y explicar la forma en que el pensamiento, sentimiento u comportamiento de las personas son influidos por la presencia real, imaginada o implicada de otros. Sin embargo, Franzoi (2007) sostiene que para su definición es importante resaltar la interpretación que la persona hace de la realidad social.

Mientras que para Ibáñez (1990), la psicología social es una disciplina que pone el énfasis en la determinación y constitución social de los fenómenos psicológicos. En tal sentido, asume que los fenómenos sociales son una realidad histórica; es decir, cambiante. En consecuencia, el conocimiento producido sobre esta realidad es histórico y provisional. Por lo que insiste en la necesidad de tener prudencia a la hora de conceder a los conocimientos instituidos el carácter de verdades definitivas.

Además, la psicología social analiza las construcciones psicológicas de las diferentes formas de opinión y su influencia en el comportamiento social del sujeto y establece características de los efectos de los diferentes fenómenos y problemas sociales en donde se pueda encontrar el sujeto (Ibáñez, 1990).

Seguido, para Martín (1987) la psicología social tiene como objeto estudiar el comportamiento humano en la medida en que es significado o valorado, en esta significación y valoración vincula a la persona con una sociedad concreta. En otros términos, la psicología social examina ese momento en que lo social se convierte en lo personal y lo personal en lo social, ya sea que ese momento tenga carácter individual o grupal, es decir, que la acción corresponda a un individuo o a todo un grupo.

Sin embargo, para Moscovici (1994), el objeto central y exclusivo de la psicología social, son todos los fenómenos relacionados con la ideología y la comunicación, ordenados según su génesis, su estructura y su función.

En este sentido, para ambos autores, se nota que el objeto de estudio queda delimitado exclusivamente a la conducta desarrollada como fruto de los estímulos sociales y a los estados psíquicos que la caracterizan, es decir, a los procesos y resultados de la interacción; entendiendo por interacción el proceso por el cual un individuo tiene en cuenta y responde a los demás que lo están teniendo en cuenta.

Psicología social transcultural

Berry y colaboradores (2002) señalan que la psicología transcultural (PT) es una rama de la psicología social que estudia las similitudes y diferencias en el funcionamiento psicológico individual en varios grupos culturales o etnoculturales; de las relaciones entre variables psicológicas, socioculturales, ecológicas, biológicas; y de los cambios que se llevan a cabo en esas variables.

Para Cole (1996) la psicología transcultural, así como la psicología social tiene su objeto de estudio bien definido que, es el papel que juega la cultura en la vida mental de los seres humanos, mientras que para Shweder y Sullivan (1993), su

objeto de estudio sería hacer comparación de la forma en la que la cultura y la mente se construyen mutuamente.

Fenómenos estudiados por la psicología transcultural

Aculturación

Según Berry (1989), la aculturación es un proceso de adaptación que genera cambios conductuales y psicológicos que tienen lugar en el individuo inmigrante como resultado del contacto con personas pertenecientes a otro grupo cultural, mientras que, Aguirre (1997), considera que es un proceso gradual de adaptación del individuo en la nueva cultura, sin que implique el abandono de los patrones de su cultura de origen. Ambos investigadores están de acuerdo que la aculturación sucede en el grupo minoritario, es decir que la cultura mayoritaria influye en la menor y nunca al revés.

Además, Aguirre (1997) señala que, el proceso de aculturación consiste, por un lado, en la incorporación de elementos de la nueva cultura y, por otro, en el reajuste de los patrones culturales del individuo o grupo, motivados ambos por la necesidad de reorientar sus pensamientos, sentimientos y formas de comunicación a las exigencias de las realidades externas. A través de las actividades de incorporación y acomodación, el individuo va aprendiendo a desenvolverse, con altibajos, en la nueva cultura.

Brown (1980) reconoce cuatro fases en el proceso de aculturación:

- La euforia es la sensación de bienestar y alegría como resultado de la perfecta salud, donde el inmigrante no piensa en los aspectos negativos del proceso de cambio.
- La inseguridad es la sensación de temeridad, es decir, cuando el inmigrante percibe que la

cultura de acogida es diferente que su cultura nativa y que el mismo tiene que adaptarse a algo diferente de lo acostumbrado.

- La recuperación es la admisión de la cultura, donde el inmigrante recibe aspectos de la cultura de acogida.
- La aceptación, donde se identifica un sentimiento de armonía, de sentirse sin techo al principio de la fase de recuperación y sugiere que es en este momento en el que se produce el aprendizaje de lengua más fructífera.

Recursos para la aculturación

Según Olivos (2010), en cuanto a los recursos necesarios para sobrellevar la aculturación, son 6 los más importantes que varían de acuerdo a las personas, interpretaciones cognitivas y habilidades existentes.

Habilidades de afrontamiento: son los esfuerzos mediante conducta manifiesta o interna, para hacer frente a las demandas internas y ambientales, y los conflictos entre ellas, que exceden los recursos de la persona.

Habilidades sociales: son un conjunto de capacidades que permiten el desarrollo de un repertorio de acciones y conductas que hacen que las personas se desenvuelvan eficazmente en lo social y están relacionada con la capacidad de la persona integrarse a la nueva cultura.

Habilidades de resolución de problemas: es la eficacia y agilidad para dar soluciones a problemas detectados, emprendiendo las acciones correctoras necesarias con sentido común, sentido del coste e iniciativa, afrontando situaciones nuevas para encontrar vías de solución a los obstáculos que pueden presentarse, tanto en la vida cotidiana como en el ambiente laboral.

Habilidades de compañerismo: la capacidad de vínculo que existe entre una persona y otra, o grupos donde los compañeros, por su parte, son las personas que se acompañan para algún fin,

formando algún tipo de comunidad, cuerpo o equipo.

Habilidades interculturales: es las expectativas realistas; tolerancia; interés por involucrarse en la nueva cultura; sensibilidad cultural y habilidades diplomáticas.

Habilidades de adaptación: es el proceso por el cual un grupo o un individuo modifican sus patrones de comportamiento para ajustarse a las normas imperantes en el medio social en el que se mueve.

Problemas durante la aculturación

- La falta de adaptación a la cultura de acogida, donde no existe la acomodación o ajuste al nuevo ambiente puede ocasionar el retorno de la persona a su país de origen.
- Dificultades para aprender el nuevo idioma, pudiendo ocasionar dificultades de integración del individuo con el medio.
- Poco o ninguno vínculo con personas de la nueva cultura, sucede con personas que migran y prefieren mantener contacto solamente con personas compatriotas, también es común suceder en personas con pocas habilidades sociales y con dificultades de integración.
- Adicción o incremento de bebidas alcohólicas y otras drogas. En muchas culturas es común tomar bebida alcohólica de forma moderada, en caso de que la migración sea de una persona y no de la familia completa, existirá una falta de control facilitando el aumento de consumo de bebidas y la posibilidad de que el individuo torne adicto a nuevas drogas.
- Durante el duelo cultural que, es el proceso de adaptación emocional que sigue a la pérdida del vínculo con su cultura de origen, si la persona no acepta la nueva cultura puede dar origen a una depresión y llevar al suicidio.

Efectos del proceso de aculturación

Depresión, para Sánchez (2013) el principal motivo de la depresión en inmigrantes está relacionado con la separación familiar. En los países de los que proceden tiene una gran importancia la unidad familiar. Suelen existir vínculos enormes, no solo entre padres e hijos, sino que también se incluye a los parientes de diferentes grados (tíos, primos y primos lejanos).

Retorno, ocurre cuando no existe la adaptación al entorno, idioma y no hay una integración con las personas, es posible que suceda un retorno a la cultura de origen por el fracaso en el proceso de aculturación. Achotegui (2009).

Estrés, es un proceso de cambios fisiológicos y psicológicos en el organismo que afecta el funcionamiento óptimo de la persona que vive situaciones extremas en la nueva cultura de acogida. Achotegui (2009).

Estrés

Es un proceso de cambios fisiológicos y psicológicos en el organismo que afecta el funcionamiento óptimo de la persona que vive situaciones extremas en la nueva cultura de acogida. (Ministerio de salud de la República de Argentina, 2013).

Fases del estrés

Cuando el organismo se encuentra ante situaciones de peligro, se prepara para enfrentarse o huir, lo que origina una serie de cambios biológicos de origen autonómico. En este proceso se distinguen tres fases del estrés, (Ministerio de salud de la República de Argentina, 2013).

Fase de alarma o huida, el cuerpo se prepara para producir el máximo de energía, con los consecuentes cambios químicos. El cerebro, entonces, envía señales que activan la secreción de hormonas, que mediante una reacción en cadena

provocan diferentes reacciones en el organismo, como tensión muscular, agudización de los sentidos, aumento en la frecuencia e intensidad de los latidos del corazón, elevación del flujo sanguíneo, incremento del nivel de insulina para que el cuerpo metabolice más energía.

Fase de adaptación, también llamada de resistencia, que es cuando se mantiene la situación de alerta, sin que exista relajación. El organismo intenta retornar a su estado normal, y se vuelve a producir una nueva respuesta fisiológica, manteniendo las hormonas en situación de alerta permanente.

Fase de agotamiento, sucede cuando el estrés se convierte en crónico, y se mantiene durante un período de tiempo que varía en función de cada individuo. Esta fase provoca debilidad, se descansa mal, aparece sensación de angustia y deseo de huida.

La siguiente figura muestra la clasificación de las fases del estrés:



Figura 1. Fase del estrés.

Causas del estrés

El estrés tiene su origen en cualquier suceso que puede dar lugar a una respuesta emocional y generar una tensión. No se trata necesariamente de eventos muy intensos, es suficiente con que se acumulen durante un cierto período de tiempo; y tomase en cuenta la manera en que la persona interpreta la situación estresante o el modo de enfrentar los estímulos ambientales para que afecte negativamente.

Es importante destacar que ciertas situaciones que provocan estrés en una persona pueden resultar insignificantes para otra. Cualquier tipo de cambio puede generar tensión, pero lo realmente significativo es la manera de afrontar ese cambio, y cada persona tiene una tolerancia diferente a los problemas y un umbral del estrés distinto

(Ministerio de salud de la República de Argentina, 2013).

Estrés aculturativo

Muiño (2000) define el estrés aculturativo como la tensión que produce la confrontación con una nueva cultura, que se puede manifestar en forma de problemas de salud psicológicos, somáticos y de relación social.

Causas

El estrés aculturativo tiene que ver, al menos, con tres fenómenos (Muiño, 2000).

La sobrecarga cognitiva que sufre la persona al tener que actuar permanentemente de forma consciente y voluntaria. Para un inmigrante, ningún hábito está automatizado, no puede hacer nada

como lo hace siempre porque está inmerso en una nueva cultura de la que no conoce las claves y en la que no ha estado antes. Aunque sea una persona adulta, casi todas las cosas las hace como si fuera la primera vez.

Para la persona que llega a una nueva cultura, requiere un esfuerzo para entender bien cuáles son los roles que existen en esa cultura, cómo se decide qué rol juega cada persona y que se espera de esa persona por el hecho de tener ese rol social.

Un sentimiento de impotencia, debido a la incapacidad de actuar competentemente en la nueva cultura. De hecho, el sentimiento de que la persona no tiene capacidad para enfrentarse al nuevo medio y los sentimientos de incompetencia asociados a este sentimiento, son la causa más frecuentemente citada de las dificultades de inserción en una nueva cultura.

Por otro lado, Martincano y García (2004) identificaron cuatro tipos de efectos del estrés aculturativo; estos son:

- Problemas de salud mental, como la sintomatología depresiva, ansiedad y síntomas de bulimia.
- Consumo de sustancias, en los migrantes aumentan la posibilidad de que tornen adictos a las drogas.
- Ideación suicida, la soledad en combinación con la personalidad de la tornan los individuos más vulnerables a la posibilidad de intentar suicidarse.
- Somatización, el estrés sufrido de modo constante hace con que desarrollen enfermedades psicosomáticas.

MÉTODO

La metodología de la investigación que se usó para su desarrollo fue de tipo exploratorio porque permitió examinar el problema de investigación poco estudiado o que no ha sido abordado antes. Además, se describieron las características del estrés aculturativo en el grupo de brasileños

durante el proceso de adaptación para demostrar las dimensiones del fenómeno.

El estudio se realizó bajo el enfoque de investigación mixto porque representó un conjunto de procesos sistemáticos, empíricos y críticos de investigación e implicó la recolección y el análisis de datos cuantitativos y cualitativos.

A su vez, el estudio se elaboró bajo el diseño de investigación secuencial, donde la primera etapa se recolectó y analizó los datos cualitativos, y en una segunda fase se recabaron y analizaron los datos cuantitativos.

En cuanto a la población y muestra que se usó para la recolección de datos, fueron, una población, aproximadamente de dos mil estudiantes universitarios brasileños que estuvieron en su primer año de residencia y estudiaban en las universidades UDABOL y UCEBOL. Mientras que la muestra, fue seleccionada de manera minuciosa, tomando en cuenta, las siguientes características; estudiantes que provinieran de Brasil, estuvieran en su primer año de universidad, primera vez en Bolivia, y aceptaran ser parte del estudio. Por lo tanto, la misma fue de 120 estudiantes para la muestra.

Las técnicas e instrumentos utilizados para la recolección de información, fueron:

Escala de Aculturación (Berry). Sirvió para medir el factor de aculturación, el estudio utilizó The East Asian Acculturation Measure (EAAM), de Berry. (2001). El EAAM está conformado por un conjunto de 29 ítems, con una base de las cuatro sub escala de aculturación – Asimilación (8 ítems), separación (7 ítems), integración (5 ítems) y marginación (9 ítems), que está conformada por cuatro dimensiones descrita por Berry (1980) y de los reflejos en la forma como el migrante comporta con la cultura de acogida. El instrumento fue puntuado por una escala de tipo Likert de 7 puntos: (1- totalmente en desacuerdo, 2- desacuerdo, 3- parcialmente en desacuerdo, 4- no desacuerdo pero no concuerdo, 5- parcialmente de acuerdo, 6- De acuerdo, 7- totalmente de acuerdo), en que se mide a través de

la suma, se puntúa negativamente o positivamente cada ítem el total de las cuatro sub escalas, y a través de su mayor o menor incidencia o total de puntuación final del instrumento.

Escala del Estrés percibido. Se trata de un instrumento auto administrado de 30 ítems, que se puntúan con una escala tipo Likert de 4 grados (1 = casi nunca, 4 = casi siempre). El cuestionario se pasa dos veces: una (General), que hace referencia a la situación del paciente durante el último o los dos últimos años; y otra (Reciente), que se refiere a la situación del paciente durante el último mes. En ambos casos, se obtuvo un índice que puede oscilar de 0 (probablemente estamos en presencia de un caso de muy bajo nivel de estrés percibido) a 1 (probablemente se trata de un caso de muy alto nivel de estrés percibido).

La confiabilidad de los instrumentos para la Escala de aculturación de Berry, fue el Alfa de Cronbach, el cual obtuvo una fiabilidad de 0.92, indicando que el instrumento es muy confiable, y la Escala de Estrés percibido, utilizó el Alfa de

Cronbach, el cual obtuvo, una fiabilidad de 0.85 para esta escala, indicando que el instrumento es confiable para administración.

RESULTADOS

Derivaciones de la escala de aculturación de Berry

La escala de aculturación tuvo como finalidad medir el factor de aculturación del individuo que cambia de un país a otro. Esta escala evaluó en función a cuatro formas de aculturación, como los fueron: Asimilación, separación, integración y marginación, siendo puntuado por una escala Likert de 7 puntos. El instrumento se analizó a través de la mayor o menor incidencia o total de puntuación final del instrumento, donde se describió la característica aculturativa del individuo.

Cabe destacar, que el instrumento fue aplicado a 120 estudiantes. Por lo tanto, se muestra el análisis del resultado en la Tabla 1.

Tabla 1. Datos de la escala de aculturación de Berry.

| Patrones de aculturación | Hombres | Mujeres |
|--------------------------|-------------|-------------|
| Separación | 66% | 66% |
| Integración | 19% | 12% |
| Asimilación | 12% | 18% |
| Marginación | 3% | 4% |
| | 100% | 100% |

En la Tabla 1 se muestra que, el 66% tanto de los hombres como de las mujeres tienen como patrón mayoritario la separación, lo que quiere decir que optan por mantener la cultura de origen, evitando tener interacción con el grupo dominante, generando así en los estudiantes dificultades de adaptación e interacción con personas de la cultura de acogida.

Sin embargo, entre el nivel de integración y la asimilación; se muestra que el 18% de las mujeres tienen como patrón la asimilación, donde no

conservan la cultura de origen e intenta mantener contacto con el grupo dominante, llegando a una mayor adaptación a la cultura de acogida. Pero, el 19% de los hombres tienen como patrón la integración, donde preservan su herencia cultural y mantienen contacto con el grupo dominante, generando así una integración cultural sin que una cultura sobreponga la otra.

Por último, los datos demostraron que 3% de los hombres y el 4 % de las mujeres tienen como patrón de aculturación la marginación, es decir que

no presentan un interés o posibilidad de mantener su cultura materna y existe poca posibilidad de que ellos entren en contacto con la cultura huésped, generando dificultades de adaptación, problemas de relacionamiento, como es el caso del aislamiento del individuo.

Seguido se muestran los resultados generales indistintamente del sexo donde cada uno de los patrones de aculturación es representado por un color.



Gráfico 1. Patrones de aculturación.

En el Gráfico 1 se muestra que el 67% de los estudiantes tienen como patrón la separación, lo que significa que ellos mantienen su cultura de origen, tales como las costumbres y lengua materna, evitando tener interacción con el grupo dominante, generando así dificultades de adaptación e interacción con las personas de la cultura de acogida. A su vez, los datos indicaron que solo el 16% de los estudiantes tienen como patrón aculturativo la integración, logrando mantener su cultura de origen y adquirir aspectos de la cultura de acogida.

De manera general, se evidenció en el proceso de aculturación que 86% de la población no presentó formas adaptativas para lograr la adaptación, es decir que pueden enfrentar problemas en la cultura de acogida, debido a que

se separan de la población boliviana, se marginan de la cultura de acogida y no asimilan los aspectos necesarios para la adaptación eficaz.

Resultados de la escala de estrés percibido

Se trató de un instrumento auto administrado, que se puntúan con una escala tipo Likert de cuatro grados. Su objetivo fue verificar la presencia de estrés y medirlo. A su vez los investigadores propusieron puntos de corte donde los valores de los índices son:

- 0 – 0.30 sin estrés
- 0.31 – 0.50 Estrés bajo
- 0.51- 0.80 Estrés moderado
- 0.81- 1 Estrés alto percibido

En la Tabla 2 se devela que el 46% de los hombres y 35% de las mujeres poseen un estrés moderado, indicando que los hombres son más estresados que las mujeres ante la nueva cultura

de acogida, debido a que las mujeres cuando están estresadas, buscan compañía y conversación para distraer, mientras que los hombres prefieren la soledad temiendo desahogarse.

Tabla 2. Datos de la escala de estrés percibido.

| Nivel de estrés | Hombres | Mujeres |
|-----------------|-------------|-------------|
| Sin estrés | 19% | 16% |
| Estrés leve | 19% | 35% |
| Moderado | 46% | 35% |
| Alto | 16% | 14% |
| | 100% | 100% |

Además, se aprecia que el 62% de los hombres presentan un estrés de moderado a alto, y el 38% presentan indicadores de sin estrés y estrés leve, mostrando que la mayoría de los hombres presentan un nivel de estrés elevado ante la nueva cultura de acogida.

A su vez, en las mujeres se muestra que, el 49 % presentan un estrés de moderado a alto, y el 51% tienen indicadores de sin estrés y estrés leve,

indicando que la mayoría de las mujeres presentan niveles bajos de estrés ante el fenómeno de la migración.

En general se pudo notar que ante la nueva cultura; los estudiantes inmigrantes del sexo masculino son más estresados que las mujeres.

A continuación, se presenta los resultados generales indistintamente del sexo donde cada nivel de estrés es representado por un color.



Gráfico 2. Datos generales del estrés percibido.

En el Gráfico 2 se muestra que, el 42% de los estudiantes tienen estrés moderado, y el 57% presentan niveles de estrés de moderado a alto, indicando que vivir en otro país es estresante para la mayoría de los estudiantes inmigrantes; el 17% poseen indicadores de sin estrés, es decir que no les afectan vivir en otra cultura; el 43% de los estudiantes presentan indicadores de sin estrés a estrés leve, indicando que es mayor el porcentaje de inmigrantes estresados.

CONCLUSIONES

En función a los resultados descritos y analizados, se presentan a continuación una síntesis de los puntos más relevantes encontrados a lo largo de la investigación, los cuales responden al objetivo planteado.

Se identificó como factor de mayor presencia a la separación, tanto en varones como en mujeres, es decir que las personas optan por mantener su cultura de origen y rechazan a la cultura acogida. Además, en los procesos del estrés aculturativo, se nota que el factor menos presente en los estudiantes brasileños es la marginación, es decir que son pocos los que no optan por mantener la cultura materna y no quieren entrar en contacto con la cultura de acogida.

Por otro lado, una de las diferencias observadas en relación al sexo es que dentro de factores secundarios; los hombres tienden a una integración y las mujeres más hacia una asimilación, esto debido a que los hombres están más propensos a mantener la cultura de herencia, teniendo contacto con la cultura de acogida, mientras que las mujeres no mantienen la cultura de origen, pero adquiere aspectos del grupo dominante, generando así una adaptación eficaz.

Para finalizar, la medición del nivel de estrés en los hombres mayormente son los indicadores de estrés moderado y alto, mientras que las mujeres

poseen más indicadores de sin estrés y leve, indicando que, ante la migración, los hombres son más estresados que las mujeres ante la cultura de acogida.

REFERENCIAS

- Achotegui, J. (2009). El Síndrome de Ulises. Síndrome del inmigrante con estrés crónico y múltiple. (2a edición). Barcelona: El mundo de la mente
- Aguirre, A. (1997). Cultura e identidad cultural. Barcelona: Bardenas
- Allport, F. (1924). *Social Psychology*. 21(21) 583-585. <https://doi.org/10.2307/2014425>
- Azevedo, R. (2011). Presidente de Cremesp, revista brasileña Ser Médico
- Barry, D. (2001). Eating concerns in East Asian immigrants. *Eat Weight Disord* 2001 6. 90-98
- Bastide, (2009). La Cátedra- artículo de antropología – 2009
- Berry, J.; Kim, U.; Power, S.; Young, M., y Bujaki, M. (1989). Acculturation attitudes in plural societies. *Applied Psychology: An International Review*, 38, 185-206
- Berry, J.; Poortinga, Y.; Segall, M., y Dasen, P. (2002). *Cross-cultural psychology: research and applications*. United Kingdom: Cambridge Press
- Brown, H. (1980). Modelos Aculturación. Centro Virtual Cervantes
- Castro, A. (2011). Estrategias de aculturación y adaptación psicológica y sociocultural de estudiantes extranjeros en la Argentina. Buenos Aires: Ed. CONICET
- Cole, M. (1996). *Cultural psychology*. Cambridge, MA: Harvard University Press.
- Franzoi S. (2007). *Psicología Social*. Editor McGraw-Hill Interamericana de España S.L
- Ibañez, T. (1990). *Aproximaciones a la Psicología Social*. Ed Sendai. Barcelona
- Martín, I. (1987). *Retos y perspectiva de la psicología en América Latina*. Bogotá: Pontificia Universidad Javeriana
- Martincano, J., y García, J. (2004). *Los problemas de salud mental en el paciente inmigrante*. Madrid: IM&C S.A

- Ministerio de la salud de Argentina. (2013)
- Moscovici, S. (1994). *Psicología social*. Tomo I
Buenos Aires: Paidós
- Muiño, L. (2000). *Salud mental e inmigración: Aspectos clínicos de la atención al inmigrante. Guía de atención al inmigrante*
- Olivos, X. (2010). *Tesis doctoral, el entrenamiento de habilidades sociales para la integración psicosocial de inmigrantes – Madrid*
- Sánchez, J. (2013). *La depresión en los inmigrantes latinos en Estados Unidos*
- Shweder, R. y Sullivan, M. (1993). *Cultural psychology: Who needs it? Annual Review of Psychology*, 44, 497-593
- Valdés, M. De Flores, T. (1985). *Psicología del estrés*.
Barcelona. Martínez Roca SA
- Zlobina, A., y Páez, D. (2003). *Choque cultural y percepción de las diferencias culturales en la población inmigrante en España. Encuentros en Psicología social*, 1(3)