

ADAPTACIÓN DE LA ESCALA DE PERCEPCIÓN GLOBAL DE ESTRÉS (EPGE) EN ESTUDIANTES ADULTOS DE ESCASOS RECURSOS EN SANTIAGO, CHILE

Danae Tapia V. ¹, Carlos Cruz M. ², Iris Gallardo R. ³, Mauricio Dasso D. ⁴

RESUMEN

El presente trabajo consistió en adaptar la Escala de Percepción Global de Estrés (EPGE) de Cohen et als., a una población chilena de adultos mayores de 21 años, de escasos recursos, que estudiaban carreras técnicas en la Comuna de San Joaquín, Santiago, Chile. Se realizó una traducción-retraducción (reversión) de la escala Inglesa para adaptarla al Español-chileno, la cual fue analizada por un grupo de Jueces Expertos. La EPGE fue aplicada a muestra total de 117 alumnos de Infocap. El instrumento fue validado a través de criterio concurrente, para lo cual se utilizó el Inventario de Ansiedad de Estado-Rasgo de Spielberger, adaptado previamente a nuestro país. Se obtuvo un coeficiente de correlación entre el puntaje EPGE y Ansiedad Estado-Rasgo de 0,459. Los resultados indicaron que había presencia de estrés en un nivel medio y ansiedad media (rasgo y estado). No se observaron diferencias significativas en torno a las relaciones de estrés y ansiedad respecto a sexo, edad, carrera y nivel de trimestre.

Palabras Claves: Escala de Percepción Global de Estrés, ansiedad.

ADAPTATION OF THE GLOBAL PERCEIVED STRESS SCALE IN ADULT STUDENTS OF LOW ECONOMIC CONDITION IN SANTIAGO, CHILE.

ABSTRACT

The present research consisted in the adaptation of the Global Perceived Stress Scale of Cohen (1983) to a Chilean population of adult students, with a low economic condition, whom studied in San

Joaquin Area, Metropolitan Region, Chile. A translation of the English Scale to the Spanish-chilean was made and this was evaluated by a group of Expert Judges. The application was made to 117 adult students. The scale was validated through a concurrent criteria, using the State Anxiety Inventory of Spielberger, that had an adaptation to our country. The result of the correlation coefficient between the PSS scale and the state-characteristic was 0,459. The results indicate that there was a medium presence of stress with a medium level of anxiety (characteristic and state). There were no significative differences related to sex, age, career and quarter level.

Key Words: Global Perceived Stress Scale, anxiety.

INTRODUCCIÓN

El gran desafío de realizar una investigación sobre estrés, es el escaso consenso que hay en torno a tener una definición única y representativa y su dificultad para medirlo. Aun cuando Canon fue el primero en utilizar la palabra estrés, fue Hans Seyle quien le dio vigor, estructura y divulgación al término (17). Es así como, en ocasión del primer Congreso Iberoamericano de Medicina Psicosomática realizado en Buenos Aires en 1956, Seyle definió el estrés como la velocidad de desgaste vital.

El proceso de desarrollo del estrés ocurre en respuesta a hechos o situaciones llamadas estresores, que perturban o amenazan con alterar el funcionamiento físico o psicológico de una persona (13), aunque todos los eventos no son igualmente estresantes para todas las personas. Asimismo Lazarus plantea que, la variedad de personalidades, ha

1. Psicóloga, Fundación Las Rosas, Ladislao Errázuriz 2158 Depto 302, email: danai2357@yahoo.com

2. Médico psiquiatra, Profesor Asociado Universidad Adolfo Ibáñez, Luis Thayer Ojeda 0130 oficina 607, email: carloscruzmar@hotmail.com

3. Psicóloga, Profesora metodóloga Escuela de Psicología, Universidad de Chile, Ignacio Carrera Pinto 1045, irisgallard@uchile.cl

4. Psicólogo, Profesor guía UNIACC, Teatinos 133 piso 11, email: mdasso@sence.cl

ofrecido una explicación a las diferencias individuales en la valorización cognitiva de situaciones amenazantes y en la consecuencia de las reacciones.

Para esta investigación se utilizó una definición de estrés propuesta por los autores de la Escala de Percepción Global de Estrés (4,5), quienes centran su definición del estrés en el grado en que un individuo valoriza un evento estresante, y que deben cumplir los siguientes requisitos: que la situación se aprecia como amenazante o demandante y que los recursos disponibles son escasos para poder enfrentar la situación, es decir, lo que media cognitivamente entre la respuesta emocional y el suceso objetivo.

Por otra parte, desde la antigüedad el concepto de miedo, similar al del estrés, puede ser equiparado hoy en día con lo que conocemos como ansiedad o angustia. El miedo era considerado como un poderoso agente motivador de la conducta.

Utilizaremos para esta investigación la siguiente definición realizada por los autores Spielberger, Lushene y Mc Adoo (20), quienes se refieren a la ansiedad como un estado emocional desagradable consistente en sensaciones o sentimientos, percibidos conscientemente; como nerviosismo y aprehensión, los cuales están asociados con una activación del sistema nervioso autónomo. En términos sencillos, la ansiedad se puede definir como un sentimiento de temor adquirido (aprendido) ante un peligro inminente (15).

En los últimos 30 años, la medición de la ansiedad contribuyó a clarificar el concepto de ansiedad estado y rasgo y a diferenciar a la ansiedad de la depresión, el estrés, la sensación de amenaza y los mecanismos de defensa. (18). La ansiedad es vista como una reacción al estrés, en Mischel (15) se señala en términos generales, que cuanto más objetivamente intenso es el estrés, la reacción de ansiedad será mayor y más perturbadora.

Spielberger examina las diferencias entre los conceptos de estresor, amenaza y ansiedad. En relación a éstos, concuerda con los planteamientos de Lazarus; estresor y amenaza denotan aspectos

diferentes de un continuo, el que culmina en la evocación de un estado emocional.

El objetivo general de la investigación es adaptar la Escala de Percepción Global de Estrés a una muestra de adultos mayores de 21 años, chilenos, con 7° básico aprobado y que estudian carreras técnicas en Santiago, Chile, utilizando como criterio concurrente el Inventario Ansiedad Estado-Rasgo (STAI-Y) de Charles D. Spielberger (18, 9), adaptada para la Población Chilena del Gran Santiago (12). Ambos instrumentos tienen en común que son autoadministrados y de tamizaje, económicos y de fácil aplicación y tabulación.

El inventario STAI-Y fue diseñado para evaluar la variable ansiedad en sus formas de estado y rasgo para adultos, por lo que logra la diferenciación de un tipo de ansiedad momentánea o situacional y un tipo de ansiedad más global y estable. La Confiabilidad del instrumento propuesta por la adaptación chilena fue de 0.908 respecto a la Ansiedad de Estado y de 0,884 para la Ansiedad de Rasgo, mientras que su Validez de Constructo fue efectuada mediante un Juicio de Expertos y Análisis Factorial. Este último indicó los siguientes resultados: se extrajeron 8 factores que explican en conjunto el 56.527% de la Varianza Total.

Su interpretación para esta investigación se realizó mediante las categorizaciones de: Ansiedad muy alta, Ansiedad alta, Ansiedad media, Ansiedad baja, Ansiedad muy baja (2).

METODOLOGÍA

La presente investigación corresponde al contexto de la tecnología psicológica y sus objetivos fueron: adaptar lingüísticamente el instrumento a la realidad sociocultural chilena a través del método de traducción y retraducción y obtener indicadores de validez de contenido y concurrente de la EPGE a través de Juicio de Expertos y Evidencia Correlacional e indicadores de confiabilidad a través del coeficiente de Alfa de Cronbach. También se propuso recolectar información para la validez interna del instrumento, mediante el Análisis de Correlación Ítem-puntaje y proponer un puntaje de corte para la EPGE. El

Universo estaba constituido por los alumnos de Infocap mayores de 21 años, que habían aprobado 7° básico. Se buscó intencionalmente a los cursos de Instalaciones Eléctricas, Corte y Confección, Gastronomía Noche y Peluquería.

Las siguientes variables se consideraron para análisis: género, edad y nivel de trimestre de estudio.

Resultados

La EPGE y el Inventario Ansiedad de Spielberger fueron aplicados a 117 sujetos.

A continuación se presenta la distribución de la muestra según sexo y nivel de trimestre (**Ver Tabla N° 1**).

TABLA N° 1
Estratificación de la muestra por Sexo, Curso y Nivel de Trimestre

	HOMBRES			MUJERES			TOTAL
	Nivel I	Nivel II	Nivel III	Nivel I	Nivel II	Nivel III	
Inst. Eléctricas	14	7	11	1	0	0	33
Corte y Confección	0	0	0	15	11	3	29
Gastronomía Noche	7	3	5	12	10	7	44
Peluquería	0	0	0	0	11	0	11
TOTAL	21	10	16	28	32	10	117

Adaptación lingüística de los ítems del EPGE al medio sociocultural chileno.

Se realizó una traducción del inglés al Español-chileno, usando el método de traducción y retrotraducción y se analizó la adecuación del lenguaje a nuestro medio a través de un equipo de jueces expertos (6 en total).

Validez de Contenido

El grupo de expertos revisó los reactivos indicando si a través de cada uno de ellos se podía evaluar la variable que se pretendía medir (ansiedad, estrés), así como la adecuación a la población en estudio y el número de ítems. El resultado final fue el diseño de la Escala de Percepción Global de Estrés que se encuentra en el **Anexo N° 1**.

Validez Concurrente

Para la obtención de indicadores de validez de la EPGE, se realizó un estudio correlacional a fin de

poder utilizar como criterio concurrente el Inventario de Ansiedad de Spielberger. Para estos fines se usó el cálculo del coeficiente de correlación de Pearson entre los puntajes del EPGE y el STAI. El valor obtenido fue de 0.459. La correlación es significativa ($p < 0,01$, bilateral).

Confiabilidad

El coeficiente de confiabilidad de Alfa de Cronbach para la EPGE fue de 0.79, en tanto que el valor obtenido para el Inventario de Ansiedad de Spielberger fue de 0.94, siendo ambos de alta confiabilidad.

Los puntajes STAI-Y presentaron una media de 51,3 para la ansiedad de estado y 56,8 para la ansiedad de rasgo, observándose por tanto una diferencia de 4,75 puntos. En la ansiedad de estado se aprecia una tendencia de nivel medio.

Análisis Ítem- Puntaje total de la EPGE.

En relación a la validez interna del Instrumento, se realizó un análisis de correlaciones Ítem- Puntaje total del EPGE, utilizando el Coeficiente de correlación de Pearson.

Con lo cual podemos concluir los siguientes resultados de validez interna (**Ver Tabla N° 2**).

Puntaje de Corte de la EPGE

Debido a que el EPGE no tiene un puntaje de corte, la obtención de éste se calculó estadísticamente en base a los resultados obtenidos en esta investigación.

De esta manera el puntaje de corte estaría en el valor 30: los individuos que obtengan un puntaje como éste presentarán escasa a moderada valoración de la presencia de estrés.

Los rangos de puntaje observados variaron desde un mínimo de 8 a un máximo de 51, con una media de $25,5 \pm 9.3$ en puntajes brutos, dado que los autores no han realizado la obtención de puntajes T, puesto que la EPGE no es un instrumento diagnóstico.

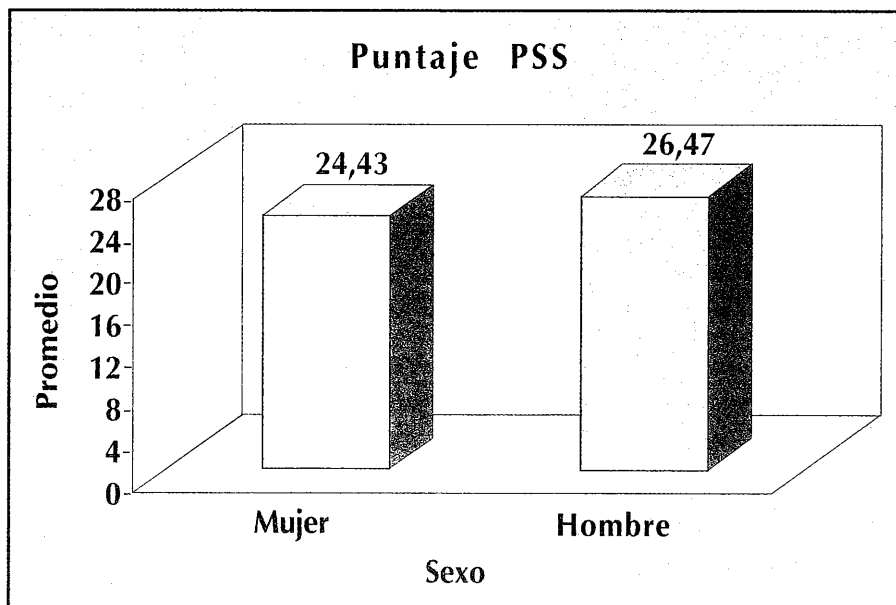
TABLA N° 2

Ítems PSS	Índice de Confiabilidad
1	0,624
2	0,752
3	0,598
4	0,526
5	0,618
6	0,621
7	0,742
8	0,191
9	0,602
10	0,573
11	0,593
12	0,593
13	0,441
14	0,581

Puntajes EPGE según Sexo

En el **Gráfico N° 1** se presentan los puntajes de la escala EPGE según género.

GRÁFICO N° 1
PUNTAJE PSS SEGÚN SEXO



Respecto a los resultados obtenidos en el EPGE se encontró presencia de estrés en un nivel medio. Los hombres presentaron un puntaje promedio levemente superior a las mujeres. La diferencia observada según género tuvo un valor $t = -1,163$, $p = 0,247$, lo que no es significativo.

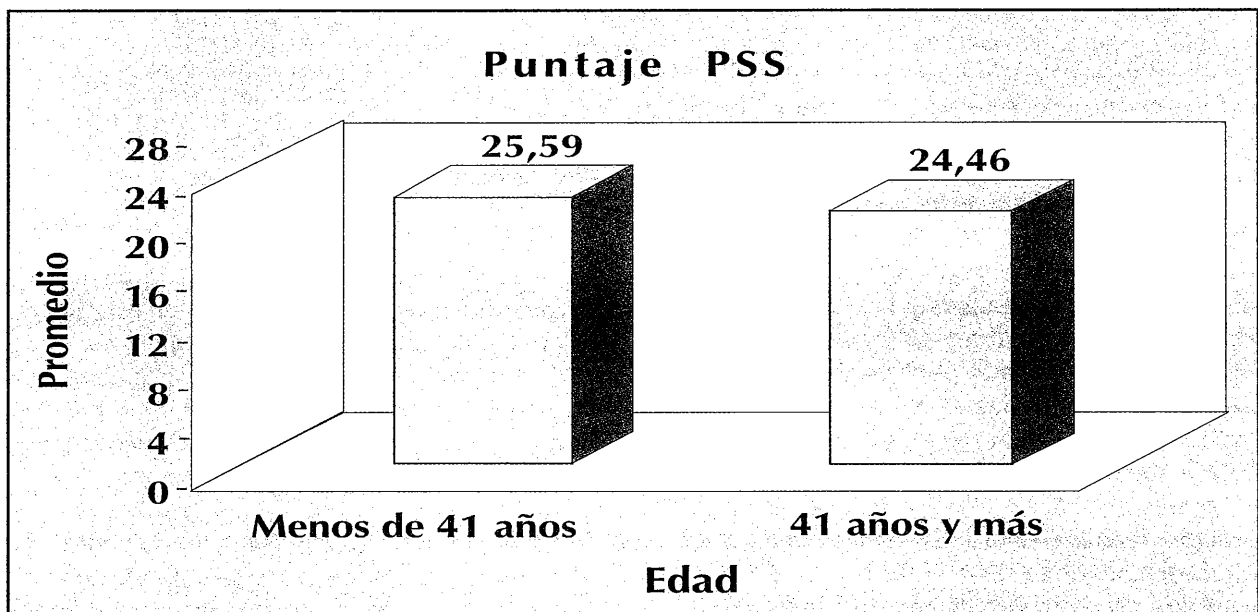
Puntaje EPGE según Edad

Respecto a los resultados obtenidos en el EPGE y la variable Edad, estos indican la presencia de estrés en un nivel medio, siendo levemente mayor la presencia de éste en menores de 41 años, con una

diferencia de 1,13 con respecto a las mayores. Se concluye que la presencia de estrés según edad no es significativa ($t = 0,599$, $p = 0,55$) (**Gráfico N° 2**)

En cuanto a los puntajes de la EPGE según las carreras estudiadas, se observó que la que presentó mayores niveles de estrés fue Instalaciones Eléctricas, seguida de Peluquería, Corte y Confección y finalmente Gastronomía. La aplicación de ANOVA para comparar los puntajes EPGE entre carreras y la diferencia observada en la variable presencia de estrés según éstas, no fue significativa ($F = 1,483$, $p = 0,223$).

GRÁFICO N° 2
PUNTAJES EPGE SEGÚN EDAD



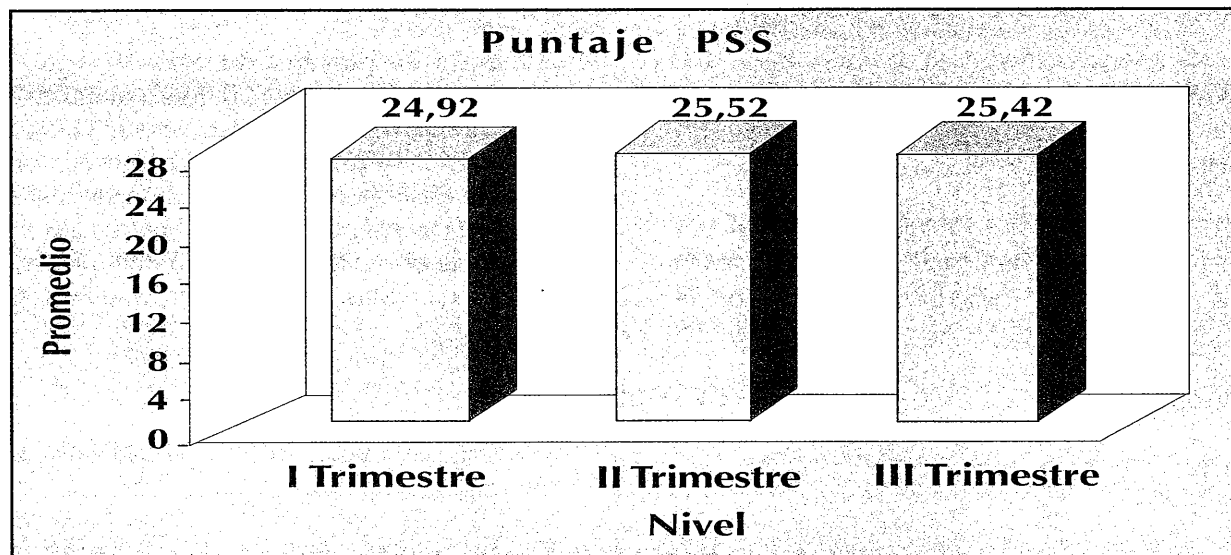
Puntaje EPGE según Trimestre

Es posible observar en el presente gráfico los resultados obtenidos, los cuales indican presencia de estrés en un nivel medio para cada trimestre. Se encontró un valor $f = 0,053$ con una $p = 0,949$. Se concluye que la diferencia observada en la variable presencia de estrés según el trimestre, no es significativo (**Gráfico N° 3**).

Discusión

Debemos mencionar algunas de las limitaciones del presente estudio. La medición fue realizada en el periodo inicial del trimestre, luego de dos meses de vacaciones, por lo que los alumnos podrían no necesariamente presentar altos niveles de estrés y ansiedad.

GRAFICO N° 3
PUNTAJES EPGE SEGÚN NIVEL DE TRIMESTRE



Por otra parte, el Instituto Infocap busca mejorar la calidad de vida de los alumnos, darles un título técnico que les permita optar a mejores sueldos, donde idealmente el alumno logre desarrollarse como microempresario y contar con una bolsa de trabajo. Todas estas ventajas y la visión esperanzadora de Infocap podrían estar actuando como un factor protector en la generación de índices altos de estrés y ansiedad.

Si bien es cierto que los alumnos están en condiciones de riesgo social, se movilizan ya sea desde su población o campamento a realizar toda una gestión formal, que requiere de constancia y paciencia. Por lo que creemos que la muestra pertenece a personas altamente resilientes, que a pesar de las adversidades económicas, donde en algunos casos no tienen finalizada su educación básica o media, luchan por salir de la pobreza optando por la educación de Infocap.

Es posible apreciar en las frecuencias por Ítem que los individuos logran identificar sus dificultades, sin embargo confían en sus capacidades de solucionar los problemas.

Debido a que se encontró correlación entre estrés

y ansiedad podemos afirmar que las teorías de Mischel, Lazarus y Folkman tienen en este trabajo un apoyo empírico.

De esta manera recordemos que la ansiedad es vista como una reacción al estrés, en Mischel (15), el cual señala en términos generales que cuanto más objetivamente intenso es el estrés, la reacción de ansiedad será mayor y más perturbadora. Desde esta teoría podemos entender que ansiedad y estrés se generan de manera estrecha y unida.

Tanto es así que Lazarus plantea que dentro de la manifestación del estrés necesariamente debe estar contenida la ansiedad. Incluso cree que las manifestaciones de un estado de ansiedad son esencialmente los mismos cambios fisiológicos que ocurren cuando el eje hipotálamo-hipófisis-adrenocortical es activado ante reacciones de estrés (19).

Así también, en publicaciones al respecto (7, 11, 14), nos exponen como el estrés y la presencia de estresores estarían operando como un caldo de cultivo para psicopatologías como la depresión, afirmando que eventos particularmente negativos, juegan una contribución sustancial en el desarrollo de la depresión tanto en la niñez como la adultez.

El mismo escenario se estaría dando con los trastornos de ansiedad, donde Beck A.T. y Clark (1) conceptualizan el estado de ansiedad como innato, de sobrevivencia y orientado en respuesta a estresores ambientales que originalmente sirven para la defensa del individuo frente a vida-amenaza-peligro. Así también mencionan los autores que el estrés junto con otros factores facilitaría el desarrollo de trastornos alimenticios, abuso de sustancias y trastornos de personalidad.

Si analizamos los resultados del EPGE de manera global, podremos apreciar que todas aquellas preguntas que indagan sobre la presencia de una situación inesperada o desagradable, como lo son las preguntas: 1, 2, 3, 8, 9, 10, 11, 14 obtienen la mayoría de las respuestas en la opción De vez en cuando.

En cambio en aquellas preguntas que indagan sobre las condiciones o confianza en resolver los problemas como lo son las preguntas: 4, 5, 6, obtienen la mayoría de las respuestas en la opción Casi Siempre, y preguntas como 7 y 12 que evalúan la capacidad que la persona expresa para resolver la situación fluctúan entre Casi siempre y De vez en cuando.

Lo que nos hace reflexionar que si bien las personas perciben que enfrentan dificultades, también reconocen que logran resolver estos obstáculos. Lo que nos podría hacer pensar en la confianza que estas personas tienen de sí mismas.

Al comparar esta muestra chilena con otras muestras, encontramos que la chilena presenta índices mayores (5, 10). Es posible apreciar que a nivel mundial diversas escalas buscan como objetivo medir los niveles de estrés que pueda presentar un individuo. Es de nuestra consideración que estamos en Chile ante la primera generación de desarrollo de este tipo de escalas, como se ha hecho en México también (10).

Si bien la EPGE es una escala rápida y económica, que nos permite tener indicadores de manera confiable, ésta no logra registrar las consecuencias o costos que significó para los individuos el hecho

de enfrentar una situación estresante, por lo que sería sumamente interesante contar con una escala que fuera capaz de medir enfrentamiento (coping en inglés), de manera de saber que costos tanto para la salud mental como física significó la adaptación.

Un interesante número de publicaciones se han centrado en estudiar el estrés en adolescentes y estudiantes, tanto escolares como universitarios (8,14), pero debemos destacar la necesidad de contar con una escala validada que indague específicamente sobre el estrés en nuestras poblaciones. Lo mismo puede afirmarse para escalas de medición en situaciones laborales (16).

Nuestros resultados destacan por estar en niveles de ansiedad media; podríamos plantear que éstos podrían explicarse según lo planteado por Costa y Mc Crae (6, 3), los que señalan un antiguo dilema respecto al grado de moral: a saber, que las correlaciones entre las condiciones objetivas de vida de un individuo- por ejemplo su situación económica y su estado de salud- y la felicidad subjetiva son bajas y contradictorias. Esbozando una teoría sobre el nivel de adaptación sugieren que la experiencia subjetiva de un acontecimiento depende de la discrepancia entre los niveles presentes y pasados de información, más que del nivel absoluto de éste. Por tanto, la habituación hará que condiciones extremas, como la opulencia o la pobreza, sean consideradas normales por el individuo y, por lo tanto, aceptadas o, como mínimo toleradas. Esto implica que el individuo evaluará sus condiciones de vida, tanto las positivas como las negativas, en base a sus normas personales y no a otras absolutas u objetivas.

Por ejemplo: algunas personas mayores que se encuentran en malas condiciones físicas se evalúan a sí mismas como personas saludables y se hayan satisfechas con su estado de salud a pesar de sufrir molestias (21, 22).

Desde luego este análisis se centra bastante en el enfrentamiento, dado en que la tendencia a ver las cosas por su lado bueno se considera más efectiva desde el punto de vista de la reevaluación afectiva, que es una forma de afrontamiento dirigido a la emoción.

ANEXO 1

CUESTIONARIO DE PERCEPCIÓN GLOBAL DE ESTADO

Instrucciones

Estimado Sr. (a):

Las preguntas en este Cuestionario se refieren a los sentimientos y pensamientos que has tenido durante el último mes.

Marca con una "X" en el casillero aquella opción que exprese mejor tu situación actual, teniendo en cuenta el último mes. Para cada pregunta coloca sólo una opción.

Responde lo más rápido posible.

Muchas gracias por su colaboración.

	Nunca	Casi Nunca	De vez en cuando	Frecuentemente	Casi siempre
1. En el último mes, ¿Has podido dormir las horas necesarias?					

Marca con una "X" en el casillero aquella opción que exprese mejor tu situación actual, teniendo en cuenta el último mes. Para cada pregunta coloca sólo una opción.

Responde lo más rápido posible.

	Nunca	Casi Nunca	De vez en cuando	Frecuentemente	Casi siempre
1. En el último mes, ¿Te has sentido molesto a causa de alguna situación inesperada?.					
2. En el último mes, ¿Te has sentido incapaz de controlar hechos importantes en tu vida?					
3. En el último mes, ¿Te has sentido continuamente tenso?					
4. En el último mes, ¿Resolviste de manera exitosa las discusiones desagradables en tu vida?					

	Nunca	Casi Nunca	De vez en cuando	Frecuentemente	Casi siempre
5. En el último mes, ¿Sentiste que enfrentaste exitosamente los cambios importantes que estaban ocurriendo en tu vida?					
6. En el último mes, ¿Confiaste en tu capacidad para manejar tus problemas personales?					
7. En el último mes, ¿Sentiste que las cosas te estaban resultando como tu querías?					
8. En el último mes, ¿Encontraste que no podías resolver todas las situaciones que tenías que enfrentar?					
9. En el último mes, ¿Has podido controlar los hechos desagradables de tu vida?					
10. En el último mes ¿Sentiste que estabas colapsado con las situaciones que te ocurrieron?					
11. En el último mes, ¿Te has sentido molesto por situaciones que estaban fuera de tu control?					
12. En el último mes, ¿Te has encontrado pensando en las situaciones que tienes que resolver?..					
13. En el último mes, ¿Has sido capaz de manejar tu tiempo según tus propias necesidades?					
14. En el último mes, ¿Sentiste que los problemas se te habían acumulado?					

NOTA:

La aplicación del instrumento dura aproximadamente un tiempo de 15 minutos o menos.

La puntuación obtenida en esta investigación va desde un puntaje de 8 brutos como mínimo y un máximo de 51 brutos.

Los puntajes del PSS-14, se obtienen mediante la reversión de sus puntajes en los seis ítem positivos (estos se caracterizan por tener un enunciado positivo). Por ejemplo: 0=4, 1=3, 2=2.

Los ítems 4, 5, 6, 7, 9 y 13 son los ítems positivos. Luego se deben sumar los 14 ítems. Los ítems

negativos son: 1, 2, 3, 8, 10, 11, 12 y 14. En esta adaptación el ítem 10 que era originalmente positivo quedo como un enunciado negativo.

Respecto a su Interpretación los autores indican que la escala no es un instrumento diagnostico, por lo que no cuenta con un punto de corte. Solamente se pueden realizar comparaciones entre personas de la misma muestra, idealmente para muestras comunitarias. Es posible revisar datos normativos realizados en muestras de poblaciones estadounidenses realizadas en adultos mayores de 20 años. (Cohen, Williamson, 1988)

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. Beck A.T y Clark (1997). An information processing model of anxiety: Automatic and strategic processes. **Behavior Research and Therapy**, vol. 35, 49-58.
2. Carrera C. (2004). Niveles de Ansiedad de Estado y Rasgo en los trabajadores de Aventis Pharma S.A. durante un proceso de cambio, **Tesis para optar al título de Psicólogo:** Universidad Uniacc, Santiago.
3. Cattell, B. Sheier, I (1961). **The Meaning and Measurement of Neuroticism and Anxiety**, N.Y: Roland Press.
4. Cohen S., T. Kamarck, R. Mermelstein. (1983). A Global Measure of Perceived Stress, USA, **Journal of Health and Social Behavior**, vol 24, nº4, 385-396.
5. Cohen S, Williamson G, (1988). Perceived Stress in a Probability Sample of the U.S., **The Social Psychology of Health Newbury Park;** CA: Sage.
6. Costa P.T. & McCrae. R.R. (1980) Influence of extraversion and neuroticism on subjective well-being: Happy, **Journal of Personality and Social Psychology**, vol.38, 668-78.
7. Cruz C., Vargas L. (2001) **Estrés entenderlo es manejarlo.** México, Alfaomega grupo editor, S.A. de C.V.
8. Cumsille P, Martinez ML. (1994). Efectos del estrés y el apoyo social sobre el bienestar psicosocial de los adolescentes : revisión de la literatura. **Revista Psykhe**, vol 3, nº 2, 115-123
9. Díaz-Guerrero R., Spielberger C.D. (2002) **Manual e Instructivo, Inventario de Ansiedad de: Rasgo-Estado, IDARE,** Editorial Manual Moderno, México.
10. González M., Landero R. Factor structure of the Perceived Stress Scale (PSS) in a sample of México. **The Spanish Journal of Psychology.** 2007, Vol 10, Nº 1, 199-206.
11. Hankin B., Abela J. (2005) **Development of Psychopathology, a vulnerability-stress perspective,** USA, Sage Publications.

12. Jiménez P., Piña C. (1993) Adaptación y obtención de normas provisionales del inventario de ansiedad estado rasgo (STAI-Y) de Charles D. Spielberger en la población chilena del Gran Santiago, Chile. **Tesis para optar al grado de Psicólogo**, Universidad Diego Portales.
13. Lazarus. R., Folkman S. (1984) **Estrés y Procesos Cognitivos**. Barcelona, España, Editorial Martínez Roca.
14. Marty C., Lavin M., Figueroa M., Larraín D., Cruz C. (2004) Prevalencia de estrés en estudiantes del área de la salud de la Universidad de los Andes y su relación con enfermedades infecciosas. **Revista Chilena Neuropsiquiatría**, Vol. 43, 25-32.
15. Mischel W. (1979). Introducción a la Personalidad, cáp. 17, 333-348 **Ansiedad**, México, Nueva Editorial Interamericana S.A. de C.V.
16. Prieto T. (1995) Construcción de un Instrumento Global para medir Stress Laboral. **Tesis para optar al grado de Psicólogo**, Universidad Diego Portales, Santiago.
17. Seyle H. (1952) The story of the adaptation syndrome. Montreal, Canadá. **Medical Publishers**.
18. Spielberger, C D. (1985). Assessment of State and Trait Anxiety: Conceptual and Methodological Issues. Reprinted from **The Southern Psychologist**, Vol.2, 6-16.
19. Spielberger, C.D. y Krasner, S.S. (1988) **Handbook of Anxiety**, Noyes Jr., M.Roth, G.D. Burrows Editors, USA.
20. Spielberger, C D.; Lushene, R.D; Mc Adoo, G.W (1983). Theory and Measurement of Anxiety States. In R.B Cattell (ed.); **Handbook of Modern Personality Theory**; Aldine, Chicago.
21. Valdés M. (1984) **Estrés y Procesos Cognitivos**, Barcelona, España, Ediciones Martínez Roca.
22. Wright, R. J., Cohen, R. T., & Cohen, S. (2005). The impact of stress on the development and expression of atopy. **Current Opinion in Allergy and Clinical Immunology**, 5, 23-29.