III Congreso Internacional de Investigación y Práctica Profesional en Psicología XVIII Jornadas de Investigación Séptimo Encuentro de Investigadores en Psicología del MERCOSUR. Facultad de Psicología - Universidad de Buenos Aires, Buenos Aires, 2011.

Estudio exploratorio sobre autoeficacia para envejecer. Comparación en dos grupos etáreos.

Pavon, María y Zariello, María Florencia.

Cita:

Pavon, María y Zariello, María Florencia (2011). *Estudio exploratorio sobre autoeficacia para envejecer. Comparación en dos grupos etáreos. III Congreso Internacional de Investigación y Práctica Profesional en Psicología XVIII Jornadas de Investigación Séptimo Encuentro de Investigadores en Psicología del MERCOSUR. Facultad de Psicología - Universidad de Buenos Aires, Buenos Aires.*

Dirección estable: https://www.aacademica.org/000-052/376

ARK: https://n2t.net/ark:/13683/eRwr/O5w

Acta Académica es un proyecto académico sin fines de lucro enmarcado en la iniciativa de acceso abierto*. Acta Académica fue creado para facilitar a investigadores de todo el mundo el compartir su producción académica. Para crear un perfil gratuitamente o acceder a otros trabajos visite: https://www.aacademica.org.*

ESTUDIO EXPLORATORIO SOBRE AUTOEFICACIA PARA ENVEJECER. COMPARACION EN DOS GRUPOS ETÁREOS

Pavon, María; Zariello, María Florencia
Universidad Nacional de Mar del Plata. Argentina

RESUMEN
El envejecimiento poblacional hace indispensable tomar conocimiento sobre los factores que contribuyen a una vejez plena y saludable. Durante décadas estudios resaltaron el deterioro y los aspectos patológicos consolidando una visión negativa de la vejez. (Arias, 2009). En contraposición, la Gerontología desarrolló un modelo que concibe al envejecimiento como un proceso normal e incluye el estudio de los aspectos positivos. El presente trabajo presenta resultados preliminares de un estudio exploratorio mayor que apunta a comparar las puntuaciones de Escala de Autoeficacia para Envejecer (Fernandez-Ballesteros, 2002) en dos grupos de edad (44 a 54 años y 60 a 70 años). En este caso se trabajó con una muestra intencional no probabílistica compuesta por 40 sujetos de ambos sexos. Los resultados muestran que no existen diferencias significativas en la Autoeficacia para envejecer, tanto en sus puntuaciones globales como en las correspondientes a las dimensiones. Se espera que estos hallazgos, puedan contribuir a consolidar una línea de investigación que priorice el bienestar de los adultos mayores y profundice en el conocimiento de los factores que intervienen para el logro de un envejecimiento saludable

Palabras clave
Autoeficacia Jóvenes Mayores

ABSTRACT
EXPLORATORY STUDY ABOUT SELF-EFFICACY TO AGE: A COMPARISON OF TWO AGE GROUPS
Population aging makes imperative to take knowledge about factors that contributes to a healthy oldness. Over decades, different studies have remarked pathology in old age, creating a negative idea of old age. On the other hand, Gerontology developed a model which conceives aging as a normal process and includes the study of positive aspects. This paper presents preliminary results of a major exploratory study. Its goal is to compare Self-Efficacy to age (Fernandez-Ballesteros, 2002) punctuations between two age groups (from 44 to 54 years old and from 60 to 70 years old). The sample was non-probabilistic and included 40 participants, both men and women. Results show no significant differences in Self-Eficcacy, both in global punctuations and by dimensions. It is hoped that this findings will contribute consolidating an investigation field, which can give priority to old people well-being and deepens knowledge of the factors involved in achieving health aging

Key words
Self-Eficcacy Young Old

INTRODUCCION
La autoeficacia percibida se define como los juicios que cada individuo tiene sobre sus capacidades, en base a los cuales organizará y ejecutará sus actos de modo que le permitan alcanzar el rendimiento deseado. Por lo tanto, el concepto no hace referencia a los recursos de que se disponga sino a la opinión que uno tenga sobre lo que se puede hacer con ellos (Bandura,1987). Es decir, no se trata solamente de que el individuo sea capaz; sino también de que se juzgue capaz de utilizar las capacidades y habilidades propias ante diversas circunstancias (Prieto Navarro, 2001). Al respecto, la expectativa de autoeficacia (Bandura, 1977, 1992) hace referencia al sentimiento de confianza en las capacidades personales para manejar adecuadamente ciertos estresores de la vida cotidiana. Se diferenciaría de las expectativas de resultado, en que estas últimas hacen referencia a la percepción de las posibles consecuencias de una acción.
Suárez, Pérez García y Bermúdez Moreno (2000) han hallado que la expectativa de autoeficacia puede influir tanto en sentimientos como en los pensamientos y acciones. Es decir, la percepción de las personas acerca de su propia eficacia se alza como un requisito fundamental para desarrollar con éxito las acciones conducentes al cumplimiento de metas y objetivos. En definitiva, las creencias de autoeficacia representan un mecanismo cognitivo que media entre el conocimiento y la acción, y determina, junto con otras variables, el éxito.
Es por su repercusión en la conducta humana, que el constructo autoeficacia ha suscitado el interés de investigadores de todos los ámbitos, mayoritariamente en el campo de las ciencias de la salud y en la investigación educativa, con especial hincapié en el área de la motivación académica (Prieto Navarro, 2001).
Sin embargo, son pocas las investigaciones que exploran este concepto vinculado a adultos mayores. Atendiendo al creciente envejecimiento poblacional, se hace indispensable profundizar el conocimiento de distintos aspectos que influyen en el bienestar en la vejez (Arias & Soliverez, 2009) y que generan un “envejecimiento exitoso” (Fernández Ballesteros et al., 2010).
Fernández Ballesteros et al. (2010) hallaron que la percepción de control sobre la propia vida es uno de los condicionantes psicológicos que permite predecir un buen envejecimiento así como una buena salud. Dentro de este control subjetivo cabe destacar, en primer lugar el control interno/externo que el individuo ejerce sobre el medio y recibe de él (desde una perspectiva dimensional) y, en segundo lugar, la percepción que la persona tiene respecto del control que ejercerá en el futuro,

es decir la autoeficacia para envejecer.
Los resultados de la aplicación de la Escala de Auto-Eficacia para Envejecer (EAEE) no han encontrado diferencias significativas en ninguna de las puntuaciones de la autoeficacia en función de la edad en la población estudiada. La misma investigación también arrojó como resultado que las mujeres perciben menos control interno y menos autoeficacia cognitiva y global. Los datos obtenidos también permitieron afirmar que aquellas personas que poseen mayor educación perciben mas control interno y mas autoeficacia en salud, cognitiva, física, funcional y en la medida total (Fernández Ballesteros, 2008).
Debido a la importancia que la autoeficacia reviste en los aspectos cognitivos y emocionales de las personas; se propone en el presente trabajo explorar este aspecto en sujetos de dos grupos etáreos: adultos jóvenes y adultos mayores.

METODOLOGÍA

Se implementó un diseño no experimental de tipo correlacional. Se seleccionó una muestra no probabilística intencional compuesta por 40 sujetos de ambos sexos (n: 20 de 44 a 54 años y n: 20 de 60 a 70 años) Del total de la muestra el 55% fueron mujeres y el 45% fueron hombres. Dentro de cada grupo de edad, en el primero (44 a 54 años), 7 fueron hombres y 13 mujeres y el segundo grupo (60 a 70 años) estuvo compuesto por 11 hombres y 9 mujeres.
A los participantes se les administró un breve cuestionario acerca de datos sociodemográficos y la Escala de Auto-Eficacia para Envejecer (Fernández Ballesteros, 2002). Esta última consta de 10 ítems que evalúan la auto-eficacia para envejecer en los aspectos: salud, cognitivo, habilidades físicas y funcionales y habilidades socio-emocionales. Además de las puntuaciones para cada dimensión, brinda una puntuación total. Cada ítem posee 4 opciones de respuesta (casi nada, algo, bastante y mucho) y los entrevistados deben elegir la alternativa que consideren que expresa lo que ocurrirá en el futuro.
Los datos relevados fueron analizados cuantitativamente mediante la aplicación de técnicas de estadística descriptiva e inferencial.

RESULTADOS

Del análisis de los datos se observa que, con respecto a la dimensión Salud, los adultos jóvenes obtuvieron puntuaciones más altas que los adultos mayores. Sin embargo, esas diferencias no son estadísticamente significativas.
En la dimensión Autoeficacia Física los resultados son similares entre los grupos, al igual que en Autoeficacia Socioemocional. En ambos casos, se evidencia una pequeña diferencia entre los grupos en la cual los adultos jóvenes puntúan ligeramente más alto, aunque sin ser significativa dicha diferencia.
Con respecto a la dimensión Cognitiva, las diferencias entre los dos grupos etáreos fueron mayores que en el resto de las dimensiones. Aunque tampoco llegaron a ser significativas estadísticamente, los adultos mayores (60 a 70 años) mostraron puntuaciones más elevadas en relación al grupo de 44 a 54 años. Asimismo, es posible observar que ésta dimensión es la que evidenció las puntuaciones más bajas en ambos grupos, en comparación a las demás dimensiones (incluyendo la Autoeficacia Total).
La dimensión Socioemocional muestra una variación respecto a las anteriores, ya que si bien la diferencia no es significativa, quienes obtuvieron un puntaje más elevado en este caso fueron los adultos mayores.
Finalmente es posible observar que en la escala total, las diferencias nuevamente son mínimas entre los grupos, siendo quienes lograron puntajes más altos los adultos jóvenes.
Efectuando un análisis comparativo con los resultados obtenidos en España (Fernández Ballesteros,2008) podemos observar que las puntuaciones obtenidas en la muestra marplatense fueron más altas en todas las dimensiones y en la puntuación total.

CONCLUSIONES

El presente trabajo de exploración arroja resultados preliminares, habiendo sido realizado con una muestra pequeña. Sin embargo, su contribución radica en que permite abrir líneas futuras de investigación que profundicen el conocimiento acerca de la temática de la autoeficacia tanto implementando metodología cuantitativa como cualitativa. Dada esta situación, las explicaciones posibles a los resultados hallados son de carácter meramente hipotéticas, siendo necesaria su revisión para futuras confirmaciones.
Uno de los factores que podría explicar la ausencia de diferencias significativas entre los grupos, podría estar dado por el hecho de pensar que es posible que, al enfrentarse a los cambios propios de la edad, los adultos mayores no evidencien una disminución en la propia percepción de Autoeficacia para envejecer.
Ulteriores hallazgos permitirán profundizar el conocimiento al respecto, pudiendo colaborar en la eliminación de los presupuestos negativos que se ciñen en torno a la vejez.
Otra cuestión a tener en cuenta respecto de la equiparación de las puntuaciones entre los grupos, podría abordarse a partir de la influencia de los estereotipos negativos sobre el proceso de envejecimiento. Los mismos generan que la vejez sea una etapa vital percibida uniformemente, prescindiendo de las características individuales que hacen única a cada persona (Sánchez-Palacios, Trianes Torres & Blanca Mena, 2009) y llevando a concebirla como un momento vital en el cual sólo se observan aspectos negativos.
Dichas concepciones podrían estar mediando en la percepción futura del propio envejecimiento en los adultos jóvenes. De esta manera, los más jóvenes podrían estar presuponiendo que con la vejez pueden disminuir ciertas capacidades; lo que afectaría la expectativa del mantenimiento de sus habilidades como hechos pro-

pios del paso de los años.

La contraparte positiva de esta situación, es que esto pareciera estar generando al mismo tiempo en el grupo más joven, acciones tendientes a prevenir la pérdida de algunas capacidades tanto físicas como cognitivas antes de evidenciar déficits reales. Muchos adultos jóvenes parecen pensar que si realizan actualmente acciones que les permitan mantener una vida saludable, podrán enfrentar el paso de los años en mejores condiciones, aumentando así la propia percepción de Autoeficacia para Envejecer. De allí, que algunos de ellos hayan manifestado estar practicando deportes u otro tipo de actividades con el objetivo de sentirse saludables.

Así también, es posible pensar que los estereotipos negativos tienen su impacto también en los adultos mayores, pero al parecer, no estarían afectando su propia percepción sobre el proceso de envejecimiento. Es decir, que podría ocurrir que los adultos mayores consideren que con el envejecimiento ciertas capacidades pueden perderse, generando una disminución en las funciones, pero que, encontrándose en una edad avanzada se sientan saludables, activos y perciban que pueden mantener ciertas capacidades que les permitan una adecuada adaptación. De esa manera los estereotipos negativos parecerían no estar presentes cuando la persona hace referencia a si misma. Esto, sumado a lo anteriormente mencionado en relación al grupo mas joven, podría explicar tanto la equiparación de los puntajes entre adultos mayores y adultos jóvenes, como así también las elevadas puntaciones en ambos grupos.

Observando las diferencias en las puntuaciones con respecto a la dimensión cognitiva, se puede pensar que es posible que exista, en ambos grupos, un temor mayor a la perdida de capacidades cognitivas en el futuro que de otras habilidades funcionales. Esto podría deberse a que las personas pueden llegar a considerar que un déficit en la memoria o la atención, por mencionar algunos ejemplos, podría llegar a ser más inhabilitante o generar más dificultades de adaptación que una disminución en el área de salud, en el área física o en sus relaciones socioemocionales.

Atendiendo a las puntuaciones totales, es posible observar que las mismas fueron elevadas en todas las dimensiones, lo que estaría mostrando que en ambos grupos, la expectativa sobre las propias capacidades para envejecer es positiva.

Bandura (1992) sostiene que aquellas personas con un elevado sentido de Autoeficacia percibida, pueden ver los desafíos como oportunidades y desarrollar un interés más profundo en aquellas actividades en las que participan, consolidando un importante sentido del compromiso y pudiendo ser capaces de reponerse ante situaciones adversas. Atendiendo a estos hallazgos, debe tenerse en cuenta el importante papel que la Autoeficacia para envejecer tiene como predictora de un envejecimiento exitoso (Fernández Ballesteros et al., 2010).

Tabla 1

	AE Salud		AE Física		AE Socio-Emocional		AE Cognitiva		AE Total	
	M	DS	M	DS	M	DS	M	DS	M	DS
44 a 54 años	3,27	0,67	3,20	0,58	3,08	0,62	2,77	0,78	3,09	0,53
60 a 70 años	2,95	0,64	3,13	0,76	3,03	0,55	2,95	0,90	3,03	0,61
	t: 1,55 p> 0,05		*t*: 0,31 p> 0,05		*t*: 0,27 p> 0,05		*t*: -0,65 p> 0,05		*t*: 0,35 p> 0,05	

BIBLIOGRAFÍA

Arias, C. J. (2009). ¿Por qué investigar aspectos positivos en la vejez?. Contribuciones para un cambio de paradigma. En I Congreso de la Cátedra de Psicología de la Tercera Edad y Vejez: Envejecimiento y Vida cotidiana, 11 y 12 de septiembre de 2009. Buenos Aires.

Arias, C.J. & Soliverez, C. (2009). El bienestar psicológico en la vejez. ¿Existen diferencias por grupo de edad? En 2° Congreso Internacional de Investigación de la Facultad de Psicología de la Universidad Nacional de La Plata: Psicología y construcción de conocimiento en la época, 12, 13 y 14 de noviembre de 2009. La Plata.

Bandura, A. (1977). Self-Efficacy: towards a unifying theory of behavioral change. Psychological Review, 84, 191-215

Bandura, A. (1987). Pensamiento y acción. Barcelona: Martinez Roca.

Bandura, A. (1992). Exercise of personal agency through the self-efficacy mechanisms. In R. Schwarzer (Ed.), Self-efficacy: Thought control of action. Washington, DC: Hemisphere.

Fernandez-Ballesteros, R. (2002). Autoeficacia para envejecer. En Vital Age-ll Project: uninettuno.it/Vitalgell/frameset.htm.

Fernández Ballesteros, R. (2008). Una psicología de la Vejez. Una psicogerontología aplicada , Madrid: Psicología Pirámides.

Fernandez-Ballesteros, R.; Zamarrón Casinello, D.; López Bravo, D.; Molina Martínez, A.; Diez Nicolás, J.; Montero López, P. & Schettini del Moral, R. (2010). Envejecimiento con éxito: criterios y predictores. Psicothema, 20 (4), 641-647.

Prieto Navarro, L. (2001). La autoeficacia en el contexto académico. Miscelánea Comillas, 59, 281-292.

San Juan P, Pérez A, Bermúdez J. (2000). Escala de Autoeficacia General: Datos Psicométricos de la adaptación para población Española. Psicothema,12(2), 509-513

Sanchez-Palacios, C., Trianes Torres, M. V. & Blanca Mena, M. J. (2009). Estereotipos negativos hacia la vejez y su relación con variables sociodemográficas en personas mayores de 65 años. Revista Española de Geriatría y Gerontología, 44 (3), 124-129.