

X Congreso Internacional de Investigación y Práctica Profesional en Psicología XXV Jornadas de Investigación XIV Encuentro de Investigadores en Psicología del MERCOSUR. Facultad de Psicología - Universidad de Buenos Aires, Buenos Aires, 2018.

# **La búsqueda de apoyo emocional como estrategia para regular la tristeza. Un estudio empírico en personas entre 80 y 90 años.**

Fuentes, Ivan y Giuliani, María Florencia.

Cita:

Fuentes, Ivan y Giuliani, María Florencia (2018). *La búsqueda de apoyo emocional como estrategia para regular la tristeza. Un estudio empírico en personas entre 80 y 90 años. X Congreso Internacional de Investigación y Práctica Profesional en Psicología XXV Jornadas de Investigación XIV Encuentro de Investigadores en Psicología del MERCOSUR. Facultad de Psicología - Universidad de Buenos Aires, Buenos Aires.*

Dirección estable: <https://www.aacademica.org/000-122/282>

*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>.*

# LA BÚSQUEDA DE APOYO EMOCIONAL COMO ESTRATEGIA PARA REGULAR LA TRISTEZA. UN ESTUDIO EMPÍRICO EN PERSONAS ENTRE 80 Y 90 AÑOS

Fuentes, Ivan; Giuliani, María Florencia

Universidad Nacional de Mar del Plata. Facultad de Psicología - Consejo Nacional de Investigaciones Científicas y Técnicas. Argentina

## RESUMEN

El envejecimiento de la población a nivel mundial convierte a la vejez en la etapa más larga de la vida. La red de apoyo social es una variable clave para la calidad de vida en la vejez. Se propone el estudio su rol como proveedora de apoyo emocional frente a la experiencia de tristeza. Se solicitó que los participantes informen si buscaban apoyo en algún vínculo cuando experimentaban tristeza. En los casos afirmativos se indagó tipo de vínculo y se analizó el motivo por el cual se seleccionaba esa relación en esa situación. Se implementó un diseño mixto, no experimental transversal-correlacional. Se seleccionó una muestra no probabilística intencional de 50 varones y 50 mujeres, entre 80 y 90 años, residentes en Mar del Plata. Se le administró: 1) cuestionario Sociodemográfico, 2) entrevista Estructurada de fuentes de apoyo social y 3) Cuestionario de frases incompletas. Los datos arrojaron que la mayor parte de los adultos mayores buscan apoyo en algún miembro de su red para afrontar situaciones de tristeza. Los hombres mayoritariamente en la pareja y las mujeres en los amigos. Las personas buscan a estos vínculos para la contención, reflexión y distracción frente a la tristeza.

## Palabras clave

Tristeza - Red de apoyo - Vejez

## ABSTRACT

THE SEARCH FOR EMOTIONAL SUPPORT AS A STRATEGY TO REGULATE SADNESS. AN EMPIRICAL STUDY IN PEOPLE BETWEEN 80 AND 90 YEARS OLD

The aging of the population worldwide makes old age the longest stage of life. The social support network is a key variable for the quality of life in old age. It is proposed to study its role as a provider of emotional support in the face of the experience of sadness. Participants were asked to report if they were looking for support in a relationship when they experienced sadness. In affirmative cases, the type of relationship was investigated and the reason why that relationship was selected in that situation was analyzed. A mixed, non-experimental transversal-correlational design was implemented. An intentional non-probabilistic sample of 50 men and 50 women, between 80 and 90 years old, living in Mar del Plata, was selected. It was administered: 1) Sociodemographic questionnaire, 2) Structured interview of sources of social support and 3) Questionnaire of incomplete sentences. The data showed the majority of the elderly seek support in a member of their network to deal with

situations of sadness. Men mostly seek support in their wives and the women in the friends. People look for these relationships for containment, reflection and distraction in the face of sadness.

## Keywords

Sadness - Support network - Elderly

## BIBLIOGRAFÍA

- Arias, C.J., & Polizzi, L. (2011). La relación de pareja. Funciones de apoyo y sexualidad en la vejez. *Revista Kairós: Gerontología*, 14, 49-71.
- Dixon, R. (2002). El concepto de ganancia y sus mecanismos en el envejecimiento cognitivo en Park, D. & Schwarz N. (Eds.). *Envejecimiento Cognitivo*, 23-42. Madrid (Esp.): Editorial Médica Panamericana.
- Evers, C., Fischer, A.H., & Manstead, A.S.R. (2011). Gender and Emotion Regulation: A Social Appraisal Perspective on Anger BT - Emotion Regulation and Well-Being. In I. Nyklíček, A. Vingerhoets, & M. Zeelenberg (Eds.) (pp. 211-222). New York, NY: Springer New York. [https://doi.org/10.1007/978-1-4419-6953-8\\_13](https://doi.org/10.1007/978-1-4419-6953-8_13).
- Fernández-Abascal, E.G., Rodríguez, B.G., Sánchez, M.P.J., Díaz, M.D.M., & Sánchez, F.J.D. (2010). *Psicología de la emoción*. Editorial Universitaria Ramon Areces.
- Flynn, J.J., Hollenstein, T., & Mackey, A. (2010). The effect of suppressing and not accepting emotions on depressive symptoms: Is suppression different for men and women? *Personality and Individual Differences*, 49(6), 582-586. <https://doi.org/https://doi.org/10.1016/j.paid.2010.05.022>.
- Gable, S.L., & Gosnell, C.L. (2013). Approach and avoidance behavior in interpersonal relationships. *Emotion Review*, 5(3), 269-274. doi:10.1177/1754073913477513.
- Gross, J.J. (2015). Emotion Regulation: Current Status and Future Prospects. *Psychological Inquiry*, 26(1), 1-26. <https://doi.org/10.1080/1047840X.2014.940781>.
- Rivers, S., Brackett, M., Katulak, N. & Salovey, P. (2007). Regulating anger and sadness: An exploration of discrete emotions in emotion regulation. *Journal of Happiness Studies*, 8(3), 393-427.