

**Afrontamiento en Mujeres y Hombres Privados de la Libertad en Países
Latinoamericanos: Una Revisión Sistemática**

Alice Ortega Serrano y Karen M. García Calderón

Escuela de Psicología, Universidad del Sinú.

Trabajo para optar el título de psicólogo/a

Asesores

Dra. María Camila Navarro
Mg. Jeimer Ortiz Marimón

Mayo de 2021

Tabla de contenido

Descripción del problema	3
Formulación del problema	6
Justificación	6
Objetivos	7
Revisión teórica	7
Antecedentes	7
Historia del encarcelamiento	10
Estrés y afrontamiento	13
Evaluación cognitiva	16
Evaluación primaria	16
Valoración secundaria	16
Estilos de afrontamiento	16
Efectos psicológicos derivados del encarcelamiento	18
Ansiedad	18
Despersonalización	18
Pérdida de la intimidad	18
Autoestima	19
Falta de control sobre la propia vida	19
Sexualidad	19
Ausencia de expectativas	20
Prisionalización	20
Resocialización	20
Metodología	22
Resultados	26
Discusión	34
Conclusión	38
Referencias	39

Descripción del Problema

El estrés se define de forma general como una situación de alerta física y mental que nos prepara para responder ante una amenaza o superar una dificultad (Lazarus et al., 1986). El problema de esta forma de adaptación surge cuando este estado de alerta se convierte en algo habitual, y en lugar de proporcionar un grado de excitación necesario para afrontar de forma adecuada un nuevo reto, pasa a ser un problema en sí mismo que genera malestar físico y mental.

Estas situaciones estresantes se comprenden como una relación entre el individuo y el entorno en donde éste último es evaluado por el sujeto como desbordante y/o amenazante. Ante estos eventos el ser humano moviliza diversas estrategias mediante las cuales controla la situación que examina como estresante y las emociones que esta misma genera. (Bulacio y Vieyra, 2018).

Estas estrategias de afrontamiento son esfuerzos cognitivos y conductuales que emplea el individuo para hacer frente a las demandas externas o internas que generan estrés (Lazarus et al., 1986). La lista de situaciones que generan estrés podría ser interminable, inicia desde lo más básico como lo podría ser una mudanza hasta un problema más complejo como lo podría ser un divorcio; por lo que el tema de ser privado de la libertad no supone una sorpresa en el mundo científico como una situación que genera altos niveles de estrés en los individuos.

A nivel psicosocial existen muchos factores individuales y contextuales que pueden llevar a un sujeto a delinquir. La prisión es una pena legal y social que afecta, desde toda perspectiva, la dignidad humana, dado que, con la privación de su libertad se deriva una afectación en las competencias sociales y en el desarrollo de las competencias cognitivas del ser, a pesar de, las intervenciones socioeducativas que reciben durante este proceso. Así mismo, entran en juego las consecuencias ocasionadas por la reclusión, como lo son, el bajo acceso al empleo, la ineficiencia en los servicios de salud y educación, la pobreza generacional, la transferencia familiar del delito y las relaciones intrafamiliares

insanas, entre otros; que desde antes e incluso después del ingreso a la prisión se superponen con los efectos que ocasiona la estancia en ella (Gutiérrez, 2014).

Ingresar a prisión no solo implica perder la libertad de moverse, sino una serie de cambios que modifican totalmente un estilo de vida; se pierde autonomía, privacidad, seguridad, contacto con los seres queridos, deben adaptarse a una jerarquía y a una nueva cultura. Es por esta razón que se movilizan estrategias de afrontamiento que les permitan a los reclusos sobrellevar la nueva realidad, sin embargo, no todas permitirán una correcta adaptación al nuevo medio.

Según Baqtayan (2015), las estrategias de afrontamiento tienen distintas clasificaciones, existen unas dirigidas a la emoción que suelen ser más desadaptativas puesto que se centran en disminuir el malestar emocional que es provocado por la situación valorada como estresante, y por otro lado se encuentran las estrategias centradas en el problema, que buscan resolver la situación o llevar a cabo conductas que modifiquen la fuente de estrés; por lo tanto, son consideradas adaptativas y la adaptación será más eficiente. Un mal afrontamiento podría derivar en distintas enfermedades mentales o en manifestación de sintomatología ansiosa, depresiva etc. Lo que dificulta mantener la salud mental del sujeto en prisión, vulnerando así uno de sus derechos fundamentales; la salud.

Teniendo en cuenta que las condiciones de vida en las cárceles no es la más digna y la población carcelaria por lo general excede los números, lo ideal sería trabajar en fortalecer las estrategias de afrontamiento que sean consideradas más adaptativas, procurando que el individuo se adapte y gestione mejor sus emociones en su nueva realidad debido a que las intervenciones individuales por trastornos o síntomas psicológicos que generan malestar en los sujetos, en el contexto penitenciario, es imposible por múltiples razones: Espacio, tiempo y recursos.

Es importante entonces contextualizarse en los números de la población carcelaria en algunos países de Latinoamérica. El Ministerio de Justicia y Derechos Humanos, por medio de la Gendarmería en Chile (2021), muestra que hasta el mes de marzo existen un total de 45,422 de reclusos que hacen parte del subsistema cerrado. En México no se

encuentra un balance nacional, sin embargo, en la ciudad de México, hasta el mes de marzo del presente año la población carcelaria es de 26. 920. En Colombia, de acuerdo con el reporte más reciente realizado por el INPEC (2021) a los 15 días del mes de abril existe una población de reclusos intramurales de 97,779 teniendo en cuenta que la capacidad es de 80,892 esto quiere decir que existe una sobrepoblación actual de 16,887 reclusos lo cual corresponde al 20,88%.

El estado no solo ha fallado en proporcionar espacios adecuados para la estancia de los internos en las instituciones carcelarias, también en el sistema de tratamiento penitenciario para la resocialización de estos. El hacinamiento, que es uno de los principales problemas de los sistemas penitenciarios; amenaza el buen desarrollo del ser humano y el cumplimiento de las necesidades básicas como alimentación, espacio y otras actividades de supervivencia necesarias para tener una buena calidad de vida (Hernández, 2018). Por lo tanto, desarrollar planes de trabajo con los internos supone un reto en estas condiciones de vida (para los reclusos) y de trabajo (para el personal).

Es por esta razón que identificar los factores protectores y de riesgo que poseen los internos es vital para encaminar la asistencia psicológica que les es brindada, esto les permitirá una asistencia ágil, basada en sus necesidades particulares y capacidades psicológicas de adaptación, debido a que el tratamiento brindado se da en unas circunstancias y contexto particular, donde el espacio- tiempo son altamente controlados y limitados (Pillado González et al., 2019).

Formulación del Problema

¿Cuáles son las estrategias de afrontamiento utilizadas con más frecuencia por reclusos de las cárceles en Latinoamérica?

Justificación

El presente proyecto de investigación tiene como fin la realización de una revisión sistemática que permita identificar aquellas estrategias de afrontamiento utilizadas con frecuencia por parte de mujeres y hombres que se encuentran privados de la libertad de forma intramural en América Latina; entendiendo que al encontrarse cumpliendo una condena se ven obligados por el cambio de vida y cotidianidad a hacer uso de diferentes mecanismos o estrategias que les permitan adaptarse a su nuevo estilo de vida intramural con situaciones que generan en ellas altos niveles de estrés.

Tener un documento que reúna esta información y permita evidenciar las estrategias de afrontamiento más utilizadas por reclusos latinoamericanos podría ser de utilidad para los profesionales que laboran en establecimientos penitenciarios, puesto que les permitirá tener un insumo base respecto a las estrategias de afrontamiento que podrían estar utilizando los reclusos y así realizar un plan de trabajo y programas de intervención psicológica enfocados en desarrollar y fortalecer sus capacidades de afrontar situaciones altamente estresantes; sumado a esto, con la información obtenida podrían generar a su vez, diferentes planes de trabajo enfocados a la reinserción social y laboral.

De igual forma, esta revisión sistemática permitirá establecer una base para generar datos respecto a las estrategias enfocadas a la emoción y al problema que se utilizan con mayor frecuencia en los establecimientos penitenciarios de Latinoamérica, facilitando la ideación de planes y estrategias por parte de los trabajadores del plantel encaminados a la mejora de la calidad de vida intramural.

Además, se espera que los resultados motiven otras áreas del conocimiento afines con la problemática a trabajar en pro de mejorar la dignidad humana dentro de la cárcel,

buscando el mayor beneficio para los reclusos y que su proceso de adaptación intramural sea exitoso al igual que su proceso de resocialización una vez cumplida la condena.

Objetivos

Objetivo General

Realizar una revisión sistemática de la literatura acerca de las estrategias de afrontamiento utilizadas por hombres y mujeres privados de la libertad en países Latinoamericanos.

Objetivos Específicos

- Describir las características sociodemográficas de los internos de las cárceles en países Latinoamericanos.
- Identificar las estrategias de afrontamiento que utilizan los internos para adaptarse a la vida intramural.
- Determinar las variables asociadas a la movilización de estrategias de afrontamiento utilizadas por individuos privados de la libertad.

Revisión Teórica

Antecedentes Investigativos

Para la siguiente investigación, se realizó un proceso de indagación y revisión de diferentes bibliografías, dentro de las cuales se encontró una variedad de estudios, los cuales contaban con una estrecha relación a las estrategias de afrontamiento utilizadas ante un proceso de privación de la libertad. En una tesis titulada *Soporte Social y Afrontamiento en Mujeres Recluidas en un Penal de Lima* (Maldonado, 2017) de la Universidad Católica del Perú, se plantea que la lentitud de los procesos y demás circunstancias implícitas en el encarcelamiento son estresores “añadidos” además de la privación de la libertad propiamente dicha, lo que lleva a las reclusas a buscar nuevas estrategias de afrontamiento

para sobrellevar y adaptarse a los cambios. El objetivo de esta investigación fue analizar la relación entre las estrategias de afrontamiento y el soporte social en mujeres reclusas en un penal en Lima y para esto, contó muestra de 165 internas entre 23 y 58 años de edad con secundaria incompleta como mínimo, haciendo uso de un método fue cuantitativo y del COPE 60, mientras que para el Soporte Social se utilizó el cuestionario de CTSS y para la satisfacción de Soporte Social el CSSS. Este estudio concluyó con la existencia de una relación entre la estrategia de afrontamiento de Reinterpretación Positiva y el apoyo social (con las visitas de amigos) en donde las internas que recibían visitas de sus amigos periódicamente, presentaban mayores puntajes en comparación con las que nunca los recibían; Además de la relación que existe entre la satisfacción de apoyo social y la búsqueda de apoyo emocional. (Maldonado, 2018).

Así mismo un estudio de Soporte social y estrategias de afrontamiento en internos e internas del establecimiento penitenciario de Quillabamba- Cusco 2018 (Del Castillo et al., 2019), tuvo como objetivo identificar el grado de relación entre el soporte social y las estrategias de afrontamiento, siendo una investigación no experimental - transversal de alcance descriptivo correlacional, la cual contó con una muestra de 222 individuos utilizando el Inventario de Soporte Social y el Cuestionario COPE. Esta investigación, llegó a la conclusión de que la estrategia predominante es la de acudir a la religión seguida de la reinterpretación positiva, lo que quiere decir, que los internos e internas encuentran un mayor refugio en las actividades religiosas y de esta manera tienen una sensación de poder lidiar con las dificultades que se les presentan.

Siguiendo con el curso de investigaciones a nivel internacional, la investigación de la Universidad Autónoma de Madrid, *El Bienestar Psicológico en Prisión: Antecedentes y Consecuencias* (Altamirano, 2013) se enfocó en analizar la asociación existente entre el nivel de bienestar psicológico de las personas que se encuentran reclusas en prisión y determinados factores antecedentes estresores y recursos relacionados con el proceso de estrés que está viviendo durante su estancia en la cárcel, con el fin también de conocer aquellas consecuencias de la relación entre variables antecedentes y funcionamiento

psicológico positivo, y aún más específico en el efecto generado sobre el estado de salud mental y las conductas desadaptadas más frecuentes en los reclusos. Durante el curso de esta investigación se identificó la importancia y los beneficios de desarrollar programas e intervenciones terapéuticas que, partiendo de una perspectiva positiva, busquen potenciar los recursos y fortalezas del individuo, y que a su vez lo ayuden a amortiguar los efectos nocivos que la estancia prolongada en prisión puede tener sobre él.

Sin embargo, también se realizó un proceso de indagación y revisión bibliográfica dentro del contexto colombiano encontrando estudios relacionados y los cuales en su mayoría contaban con una misma finalidad, dentro de los cuales se resalta el *Estudio Sobre las Estrategias de Afrontamiento y el Bienestar Subjetivo, Psicológico y Social en Mujeres Internas en un Centro de Reclusión Femenino del Caribe colombiano* (Rambal et al., 2012), en un artículo que se plantea que a raíz de los pocos estudios sobre las estrategias de afrontamiento y el bienestar de las internas de las cárceles de Colombia las acciones desarrolladas dentro de estos centros de reclusión no se encuentran en sintonía con las expectativas y proyectos de vida de las reclusas al momento de cumplir la condena, por lo tanto no existe un impacto positivo sobre su bienestar y la sociedad en general. El objetivo principal de este estudio, fue el de determinar la relación existente entre las estrategias de afrontamiento y el nivel de bienestar (subjetivo, psicológico y social) de las internas en un centro de reclusión femenina en el Caribe colombiano; la investigación se llevó a cabo con 26 reclusas y para la medición se aplicó la adaptación al español, realizada por Blanco & Díaz (2005), de las escalas de: Bienestar Subjetivo de Diener, Bienestar Psicológico de Ryff, Bienestar Social de Keyes y la Escala de Estrategias de Afrontamiento Individual de Londoño et al. (2006). Los resultados de esta investigación mostraron que el uso de algunas estrategias de afrontamiento por parte de las reclusas está relacionado tanto con el bienestar psicológico como con el social (Rambal et al., 2012).

Relación entre prisionalización, ansiedad, depresión y estrategias de afrontamiento en internas del ERON - Sogamoso (Hurtado & Ossa, 2019), en concordancia con las investigaciones previamente expuestas, también por su parte, pretendió determinar la

relación existente entre las diferentes variables mencionadas recientemente en población penitenciaria femenina del establecimiento de mediana seguridad con reclusión de mujeres de Sogamoso, con población entre los 20 y 55 años, con condenas de hasta 24 años, en el cual a través de un estudio correlacional dividieron en grupos a las reclusas para, posteriormente realizar una comparación de los resultados en respuesta al tipo de estrategias que prevalecen en su contexto, cómo han sido o no afectadas por la prisionalización y, a su vez, cómo estos factores han afectado su salud mental específicamente frente a la ansiedad y la depresión.

Los instrumentos utilizados para este fin fueron la escala de medición de prisionalización (Crespo 2006), Escala de Estrategias Coping Modificada EEC-M, el inventario de Depresión de Beck BDI - II, y el cuestionario de Ansiedad Estado - Rasgo IDARE; una ficha sociodemográfica basada en la información directa y complementada con el programa de Sistematización Integral del Sistema Penitenciario y Carcelario Web. El objetivo de este estudio fue generar información que permita brindar una contribución a algunas pautas que puedan integrarse como herramienta para orientar el proceso de intervención de los programas de tratamiento y desarrollo diferencial planteados por el INPEC. Los resultados no arrojaron una relación significativa entre las variables de prisionalización, ansiedad, depresión y las estrategias de afrontamiento, sin embargo, concluyó la presencia de ansiedad y depresión moderados en las reclusas (Hurtado y Ossa, 2019).

Marco Teórico

Historia del Encarcelamiento

A lo largo de la historia de la humanidad, la sociedad ha reaccionado de distintas formas frente a los individuos que de alguna manera han intentado romper el orden que se ha establecido. En las distintas culturas y comunidades siempre han existido múltiples formas de castigar conductas que han sido señaladas como inapropiadas. Desde la

crucifixión, la exposición pública, la deportación, la pena de talión hasta la más moderna y que sigue siendo de uso a nivel mundial: El encarcelamiento (Muñoz, s.f).

Para Alberto Muñoz:

“Monge González define muy bien la situación del Derecho punitivo hasta el siglo XVIII, como una amalgama de castigos que se caracterizaban por ser heterogéneos, caóticos, desigual, rigurosos, crueles y arbitrarios. El verdadero leit motiv u objetivo era provocar el miedo, siendo fuente continua de errores judiciales” (p. 9).

La prisión surge en Europa a inicios del siglo XIX sin haber estado prevista en el programa planteado en el siglo XVIII. A pesar de esto, se generaliza durante el siguiente siglo acompañado con una inflexión de la legislación penal con respecto a lo que se había establecido previamente, puesto que se desvía de la utilidad social y tratará de ajustarse al individuo. Toda la penalidad del siglo XIX pasa a ser un control, no tanto sobre si lo que hacen los individuos está de acuerdo o no con la ley sino más bien al nivel de lo que pueden hacer, son capaces de hacer, están dispuestos a hacer o están a punto de hacer (Foucault, 1978).

Según Alberto Muñoz, con la caída del feudalismo y la desorganización social que esto trajo consigo a Europa, surgieron múltiples cambios entre los siglos XIV y XV inundándose de hordas de mendigos, indigentes y prostitutas que estaban por las calles realizando robos, saqueos e incluso asesinatos. Posterior a esto apareció el mercantilismo en donde se exigieron nuevos planteamientos en el mercado de trabajo, haciendo eco en los presidios existentes y la forma con cómo funcionaban. Una vez superada esta etapa y previamente a la revolución francesa, el juez tenía todo el poder de la vigilancia de ejecución y es con esta revolución que se produce un abandono de las funciones en pro de la división de poderes.

Una vez lograron realizar este cambio, el encarcelamiento de las personas que fueran en contra de lo acordado como sociedad fue prescrito por leyes y apareció la famosa House of Correction of Bridewell para recluir a las personas que cometieran delitos menores, lo cual fue copiado rápidamente por otras regiones (Muñoz, s.f).

La prisión como es conocida hoy en día aparece relativamente tarde bajo un nuevo concepto del delito y de las penas, además de la noción del cuerpo humano como fuente de riqueza, durante el desarrollo del capitalismo. A pesar de nacer como castigo, en lugar de detención únicamente, se llega un punto en la historia de la humanidad en donde este castigo prima por encima de otros valores sociales (Macat Team, 2017).

En América Latina, la prisión, como se conoce hoy en día, surge entre 1830 y 1940. Estas penitenciarías surgen como el resultado de la evolución de la penología que respondía por una parte a una dinámica de ensayo y error, y por otra, a las condiciones políticas y sociales que cambiaban constantemente. Para la segunda mitad del siglo XIX, se generó la necesidad de eliminar las penas crueles y humillantes y se fundamentó la construcción de cárceles modernas, lo que constituiría la posibilidad de un castigo más humano. La mayoría de los países de América Latina adoptaron el modelo penitenciario con su filosofía de rehabilitación, tratamiento individualizado y el plano arquitectónico; pero no al mismo tiempo y fueron pocos los que trabajaron en reformar la totalidad de su sistema penal, con lo cual surgió una situación en la que las nuevas penitenciarías convivían con cárceles tradicionales, hacinadas y no reformadas (Salvatore & Aguirre, 2017).

Las investigaciones realizadas en prisiones, manicomios, el advenimiento y el rápido crecimiento de la criminología positivista trajeron consigo la convicción de la existencia de distintos tipos de delincuentes; Los irreformables y otros que podrían rehabilitarse utilizando un conjunto de herramientas en las que se incluían la educación, disciplina laboral y un sistema progresivo de incentivos que dirigían una libertad condicional. La influencia de los nuevos criminólogos quedaba evidenciada en la legislación penal: en leyes o códigos que contenían penas de duración indeterminada y la posibilidad de libertad condicional, la gradación de sanciones penales en función de la "peligrosidad" y una mayor influencia de los especialistas médicos a la hora de determinar, extender o suspender una condena (Salvatore & Aguirre, 2017).

La bibliografía existente frente a este tema demuestra que se realizaron importantes cambios legislativos que reivindicaban los principios de la criminología positivista, sin negar los principios jurídicos liberales ni la penología clásica.

Mientras que muchas prisiones en América Latina permanecieron básicamente sin cambios frente a este movimiento modernizador, la nueva ciencia criminológica se vio reflejada en colonias agrícolas, algunos reformatorios para menores y en algunas penitenciarías que fueron modelo; como fue en el caso de países como Argentina, México, Chile y Cuba. Además, motivó cambios grandes y duraderos en la legislación, la práctica judicial y la cultura estatal que posteriormente se extendió en el continente rápidamente.

Estrés y Afrontamiento

A lo largo de los años, han sido muchos los investigadores que han estudiado el comportamiento humano, siendo su adaptación a situaciones nuevas y/o estresantes uno de los temas de mayor interés, incluso en la actualidad. Desde la perspectiva histórica, Sigmund Freud desde el psicoanálisis fue quien inició la investigación sobre las estrategias de afrontamiento y los mecanismos de defensa, siendo desarrollado finalmente por su hija Ana Freud en el año 1936. Desde esta corriente, el afrontamiento depende de las defensas y los estresores eran de origen intrapsíquico.

Selye (1936) sostuvo que el término estrés, en un sentido técnico muy especial, lo define como un conjunto coordinado de reacciones fisiológicas ante cualquier forma de estímulo nocivo, incluyendo las amenazas psicológicas; una reacción que llamó Síndrome General de Adaptación. Así, el estrés no era una demanda ambiental (estímulo estresor), sino un grupo universal de reacciones orgánicas y de procesos originados como respuesta a tal demanda. Aunque los inicios del estudio sobre las estrategias de afrontamiento están en el psicoanálisis, la corriente que logró aportar constructos teóricos significativos, marcando un precedente en la psicología fue el enfoque que hoy se conoce como cognitivo-conductual.

El estrés es el producto interrelacionar que se produce entre la persona y el contexto donde se desenvuelve. Este se manifiesta cuando la persona valora lo que le sucede como algo realmente negativo y que supera los recursos con los que cuenta, percibiendo esto como algo que pone en peligro su bienestar personal. Aquí no sólo se encuentra la evaluación cognitiva que realiza el sujeto; también se encuentra implícito el elemento emocional que conlleva la situación. Ahora bien, para manejar estas situaciones y adaptarnos a los cambios que estas traen consigo los autores introducen el término “afrontamiento del estrés”. Los autores definieron el afrontamiento como aquellos esfuerzos cognitivos y conductuales cambiantes que se desarrollan para manejar las demandas específicas externas y/o internas que son evaluadas como excedentes o desbordantes de los recursos del individuo (Lazarus et al., 1986).

Estos mecanismos de afrontamiento no sólo son útiles para manipular el problema, sino que son esenciales para regular las respuestas emocionales que puede desencadenar estas circunstancias consideradas estresantes. Esta teoría que desarrollaron estos investigadores fue denominada “Modelo transaccional de Lazarus y Folkman”, la cual, hasta el día de hoy es aceptada por el gremio de científicos dedicados a el estudio de la conducta del ser humano. Pues, además de la importante conceptualización de lo que se conoce como afrontamiento, esta misma desencadenó estudios y trabajos que buscaban analizar el cómo las personas enfrentan las dificultades, adversidades y las situaciones estresantes en su día a día.

Incluso reafirman su convicción en este planteamiento en un escrito más reciente, donde Folkman (2000) afirma que, a pesar de los años que han pasado desde la primera publicación donde se refieren a estrés y afrontamiento, la esencia sigue siendo la misma. La valoración subjetiva, la cual está relacionada con el modo en que diversas personas elaboran el significado de su bienestar ante lo que está sucediendo y sobre lo que puede hacerse al respecto, lo que se refiere al proceso de manejo.

Según el modelo que plantean estos autores, las experiencias estresantes deben

considerarse intercambios entre la persona y el entorno, es decir, la interacción del individuo con el ambiente debido a que la percepción individual y los recursos sociales son los que determinarán el nivel de estrés producido a el sujeto. Sin embargo, el modelo también explica que el organismo presenta un proceso de transformación que se desarrolla de forma paralela; lo que significa que el estrés sería un proceso doble, uno dirigido hacia el ambiente y otro direccionado hacia los recursos propios. Por tanto, el estrés es un concepto activo que tendría lugar cuando la persona reconoce que sus recursos son escasos como para afrontar las demandas del ambiente.

El fundamento de este modelo está en la evaluación cognitiva del estímulo, y es aquí donde se encuentra su más grande importancia, ya que son Lazarus y Folkman (1984) quienes proponen un conjunto de elementos que intervienen en el proceso de estrés, los cuales son: Los estímulos referidos a todos los acontecimientos externos (eventos cotidianos), las respuestas (reacciones emocionales, cognitivas y conductuales), las cuales pueden ser adecuadas o no, los mediadores (evaluación de la situación como amenazante y afrontamiento como insuficiente), finalmente, los moduladores (componentes que logran incrementar o disminuir el proceso de estrés). En este mismo sentido, explican que las personas pueden compartir situaciones similares que pueden traducirse como factores estresantes gracias a la evaluación cognitiva de cada individuo, basándose también en los procesos de evaluación psicológica y el proceso de afrontamiento.

Del mismo modo, cuando el individuo enfrenta un suceso estresante, realiza dos evaluaciones, una de ellas está encaminada a determinar si el evento es amenazante o no y la segunda determina cómo se podría afrontar, siendo la segunda evaluación la que determinará el cambio que se deberá generar ante el evento estresante y mediar sentimientos, respuesta física y pensamientos. A partir de este punto se generará o no el estrés, ya que la persona comprenderá si posee o no los recursos necesarios para solucionar el problema o si el ambiente está o no susceptible a cambio (Lazarus et al., 1986).

Evaluación Cognitiva

La evolución cognitiva implica, según Lazarus, una valoración constante de los estímulos por parte del individuo. Se distinguen dos tipos de evaluación: primaria y secundaria (Lazarus et al, 2000).

Evaluación Primaria. Evalúa las consecuencias de los estímulos o situaciones que se le presentan a el sujeto y se distinguen en tres clases:

-Irrelevantes: Son aquellas que para la persona no existen implicaciones ambientales y no muestra interés por sus consecuencias.

-Benignas o positivas: Son las consecuencias evaluadas como positivas con el fin de preservar el bienestar del individuo, por tanto, las respuestas emocionales suelen ser placenteras.

-Estresantes: Son entonces las que perjudican el bienestar del individuo y están relacionadas a situación de daño, amenaza y desafío.

Valoración Secundaria. Sucede cuando el individuo se encuentra ante una situación estresante, y es aquí donde éste deberá reconocer los recursos y estrategias para afrontar dicha situación.

En este momento resulta importante introducir otro término que es clave cuando se habla de afrontamiento del estrés y es la reevaluación. Ésta se refiere a que el individuo realiza un nuevo análisis de una situación, introduciéndose a la valoración inicial con base a una nueva información obtenida, siendo capaz de modificarla por completo. Los autores discriminan, además, otra forma de reevaluación y la denominaron reevaluación defensiva que consiste “en cualquier esfuerzo que tiene el individuo para reinterpretar una situación estresante” (Lazarus et al., 2000).

Estilos de Afrontamiento

Como se mencionó anteriormente, los seres humanos pueden atravesar por situaciones estresantes que pueden ser similares o iguales, pero, cada persona

tiende a utilizar diferentes estilos o estrategias de afrontamiento que domina, bien sea por aprendizaje o porque suceda algún acontecimiento imprevisto.

Existen distintas formas de clasificar estas estrategias, dependiendo del autor que se referencie. Sin embargo, la base de estas derivaciones fue creada por Lazarus y Folkman (Baqtayan, 2015). De acuerdo a estos autores, las estrategias de afrontamiento están divididas en las que están enfocadas a la emoción y las enfocadas al problema. Inicialmente la lista de estrategias que hacían parte de estas estrategias era corta, pero fue ampliada más adelante por Carver, añadiéndole además una clasificación extra: Estrategias de afrontamiento disfuncionales.

Teniendo en cuenta lo anterior, las estrategias de afrontamiento se podrían clasificar de la siguiente forma:

- A. Estilo dirigido a solucionar el problema: Implica tomar medidas para cambiar la fuente del estrés, este es un enfoque racional en el que se intenta cambiar la situación cambiando algo en el entorno o en la forma en cómo la persona interactúa con este entorno. Estas estrategias de toma de control usualmente mejoran los sentimientos de control y por tanto reducen el estrés y sus consecuencias adversas, asumiendo que la situación puede cambiar.
- B. Estilo de afrontamiento dirigido a la emoción: Implica esfuerzos para cambiar la respuesta emocional del sujeto ante la situación estresante. Se utiliza para controlar todas las formas de angustia emocional, incluidos los sentimientos de depresión, ansiedad, frustración e ira.

Como se mencionó anteriormente, existe una tercera categoría donde se reúnen un número de estrategias improductivas de evitación que muestra una incapacidad empírica del individuo para afrontar los problemas. Abarca las siguientes estrategias: preocuparse, hacerse ilusiones, no afrontamiento, reducción de tensión, ignorar el problema, autoinculparse y reservarse para sí. Enfocar y liberar emociones: Implica poner toda la atención en las consecuencias emocionales desagradables y luego expresar abiertamente dichas emociones. Desentendimiento conductual: Tiene que ver con dejar de intentar

solucionar el problema. Desentendimiento cognitivo: Supone distraerse con otras actividades para no prestar atención al problema real (Frydenberg & Lewis, 1991).

Efectos Psicológicos Derivados del Encarcelamiento

En el año 2007, Wheeler, citado por Echeverry (2010), plantea una serie de efectos psicológicos derivados del encarcelamiento:

Ansiedad. El proceso de adaptación a una institución en la cual existen normas y códigos particulares, además de estar alejado del sistema familiar y social son variables que inducen a la manifestación de ansiedad e incluso promueve que esta se intensifique si la sintomatología lleva tiempo presentándose. “La ansiedad incrementa significativamente, desde el momento mismo en que una persona ingresa a una institución carcelaria, provocando un estado anímico que se evidencia en una elevada tensión emocional graduable, en función de las circunstancias personales de cada sujeto”.

Wheeler (2007) sostiene que la ansiedad es directamente proporcional al grado de conocimiento del individuo sobre el funcionamiento del centro carcelario, puesto que si conoce la realidad del centro puede crear expectativas reales, aunque la sintomatología ansiosa no desaparezca completamente.

Despersonalización. Los convictos deben despojarse de sus objetos personales desde el momento en que entran en contacto con el centro penitenciario, de igual manera le es concedido un número de identificación único lo cual es interpretado como una pérdida de identidad. por esta razón Echeverri (2010) afirma que Wheeler expone que “una de las consecuencias inmediatas del ingreso a prisión es la pérdida de la propia individualidad, o al menos, la posibilidad de que esa despersonalización se produzca como consecuencia de las agresiones ambientales a las que se está expuesto” (p. 157-166).

Pérdida de Intimidad. Debido a el espacio reducido, los internos están obligados a compartir todos los espacios con los demás internos de la cárcel, incluso el baño. Hay una pérdida total de la privacidad lo que supone, además, pérdida de espacios para la conexión consigo mismo y a su vez conlleva un esfuerzo psicológico adicional. La coexistencia y

convivencia forzosa con otras reclusas es uno de los efectos más relevantes en la vida carcelaria, debido a que se vuelve en ocasiones conflictiva y se puede considerar grave en ciertos momentos, para soportar esta presión el individuo requiere un esfuerzo psicológico fuerte.

Autoestima. Ser privado de la libertad promueve cambios en la autoestima del recluso ya que devalúan la propia imagen, debido a la concepción negativa y el prejuicio social, incluso de los propios familiares. Para Echeverri (2010) “el recluso vive inmerso en un mundo de descrédito social permanente en la trayectoria de cualquier individuo, el ingreso carcelario y sus consecuencias afectan extraordinariamente su autoestima” (p. 157-166).

Falta de Control Sobre la Propia Vida. La pérdida de autonomía es inevitable al momento de ingresar a un centro de reclusión, debido al control que sostiene la institución sobre los horarios de sus internos y las actividades que estos han de realizar. Según Echeverri (2010) “la situación de prisión conlleva la imposibilidad cierta de decidir sobre la evolución de las propias circunstancias personales, familiares y sociales. Estas dificultades son experimentadas con sentimientos de gran frustración personal, bloqueando, en ocasiones, a la persona” (p.157-166).

La Sexualidad. El área sexual de los individuos reclusos se ve afectada en gran medida, en relación con ciertas afectaciones ya mencionadas como la falta de un espacio privado, el control de horarios, las afectaciones en la autoestima etc. De la misma manera, estudios han demostrado que las prácticas homosexuales, la masturbación e incluso violaciones se incrementan en estos espacios debido a la limitación para la satisfacción de esta necesidad que es concebida como básica; afectando el desarrollo sexual normal de los internos. Echeverri (2010) indica que:

“La privación de la libertad puede conllevar a la falta de prácticas sexuales en pareja, pero no anula la capacidad sexual. Las disfunciones sexuales más frecuentes entre los internos son la impotencia, la eyaculación precoz y la falta de respuesta sexual por parte de la pareja”. (p. 157-166)

Ausencia de Expectativas. Ante la ausencia de un proyecto de vida a futuro, el interno se sumerge en el presente y, lo que sugiere que los pensamientos giran en torno a un único pensamiento: Recuperar la libertad, en palabras de Echeverri (2010) “el recluso orienta todo su comportamiento, conducta y actitud vital hacia la consecución de un único objetivo final: recobrar la libertad” (p. 157-166).

Los individuos privados de la libertad tienen a desarrollar conductas inadecuadas dentro de la prisión, debido a la convivencia y las diferentes condiciones de ansiedad, angustia y depresión que allí se viven (Echeverri, 2010). Del mismo modo, el estrés puede ser definido como una respuesta del organismo ante los estímulos externos, originando reacciones fisiológicas en el individuo, en ocasiones es de un nivel moderado activa el organismo de forma física y mental, pero si el organismo no logra adaptarse a esta sensación o si es muy aguada se pueden producir respuestas físicas y psicológicas negativas (Ninapaitan, 2017).

Prisonalización

Echeverri define la prisonalización como “el proceso por el cual una persona, por consecuencia directa de su estancia en la cárcel, asume, sin ser consciente de que ello, el código de conducta y de valores que dan contenido a la subcultura carcelaria” (p. 157-166).

Para Avilés (2017) aunque no existe evidencia científica que vincule directamente las variables de prisonalización y reincidencia del delito de forma aislada, sí existe relación con otras variables. A nivel personal, como podría ser una mala autoestima, distorsiones cognitivas o incluso un trastorno de antisocial de la personalidad; a nivel familiar, los escasos recursos económicos- culturales, violencia intrafamiliar; y a nivel social, donde el papel principal lo juega el contexto en el cual se desenvuelve el sujeto (barrio, ciudad).

Resocialización

Según el Instituto Nacional Penitenciario y Carcelario de Colombia (2016):

“La resocialización es una técnica de tratamiento clínico que pretende cambiar la

conducta del interno. Volver a socializarse, lo que significa aprender las expectativas sociales e interiorizar normas de conducta. Resocializarse es volver a valer como ser social conforme quiere la sociedad, esto implica reconocimiento. La técnica que se maneja es el cambio de actitud y de valores” (p. 11).

Se confunde con el cambio de delincuente en un buen interno(a). Y el cual consta de unos elementos fundamentales que hacen parte de la idea de resocialización dentro del tratamiento penitenciario colombiano, debido a que, es un tratamiento que se brinda al condenado tras la sentencia de responsabilidad penal, que le permitirá retornar a la sociedad con el conocimiento del actuar errado y la concientización por el respeto a las normas establecidas por la sociedad, y por último que este tratamiento genera un bloqueo frente a la comisión de nuevos delitos en el futuro. De manera operativa, este proceso se obtiene a través del trabajo, el estudio, la disciplina, la instrucción, la cultura, el deporte, la recreación y las relaciones de familia (Hernández, 2018).

En cuanto a la redención de pena no es un beneficio ni un subrogado (mecanismo sustitutivo de la pena) sino una expresión de la dignidad humana y un instrumento por medio del cual el Estado ofrece al penado la posibilidad de resocializarse (Farto y Pillado, 2019).

Dentro del sistema progresivo contemplado en el régimen penitenciario colombiano, los programas de resocialización están ideados no sólo para que la persona privada de la libertad tenga una actividad en el interior del establecimiento de reclusión y eventualmente reporte algunos beneficios económicos por el trabajo desarrollado, sino también para generar un puente hacia la vida en libertad, con la aprehensión de algún arte u oficio que le permita devengar recursos por fuera de los muros de la cárcel, desarrollando una actividad legal que lo aleje de la comisión de delitos, especialmente aquellos de contenido patrimonial (Hernández, 2018).

Metodología

El presente estudio es de carácter descriptivo, y está delimitado dentro del diseño documental, el cual se caracteriza por ser, como afirma Hurtado (2021):

...un proceso que abarca la ubicación, recopilación, selección, revisión, análisis, extracción de registro de información contenida en documentos, la cual es utilizada con diversos fines, siendo uno de ellos la vía para la obtención de datos durante una investigación de diseño documental, tomando como objeto de estudio los documentos. (p. 851)

Se pretende realizar un análisis de las estrategias de afrontamiento utilizadas por hombres y mujeres en Latinoamérica que se encuentran privados de la libertad de forma intramural, y la relación con factores asociados.

Tipo de Estudio

El tipo de investigación es descriptiva debido a que, en ella, se exponen características y estrategias de afrontamiento que comparten internos en América Latina para hacer frente a la privación de la libertad.

Para esto se realizó una revisión sistemática, la cual se llevó a cabo de la siguiente manera:

1. Se definió la pregunta de investigación.
2. Se definieron los criterios de inclusión y exclusión de los estudios.
3. Se realizó una búsqueda y selección de estudios relevantes.
4. Se analizaron y presentaron los resultados obtenidos.
5. Se realizó una interpretación de los resultados obtenidos.

Criterios de Investigación

Para la realización del estudio, se tuvieron en cuenta diferentes criterios tanto de inclusión como de exclusión, los cuales permitieron el debido reclutamiento, selección y clasificación de investigaciones que se ajustaran al cumplimiento de los objetivos planteados y que su vez permitieran una revisión más cerrada y menos generalizada.

Dichos criterios quedaron clasificados de la siguiente manera, evidenciados en la Tabla 1.

Tabla 1
Criterios de inclusión y exclusión

Criterios de inclusión	Criterios de exclusión
<ul style="list-style-type: none"> ● Reclusos intramurales ● Investigaciones dentro de un rango máx. de 10 años ● Estudios realizados en países latinoamericanos ● Investigaciones que incluyan la variable de estrategias de afrontamiento ● Estudios en los idiomas inglés y español. ● Bases de datos: Scopus, clinicalkey, oxford, sciencedirect, google scholar. ● Estudios Originales. 	<ul style="list-style-type: none"> ● Revisiones sistemáticas ● Investigaciones que incluyan correlación con adicciones ● Investigaciones que incluyan la variable del tipo de delito cometido. ● Estudios realizados con sujetos que cumplen condena con medida de prisión domiciliaria. ● Investigaciones realizadas con población que posee enfermedades físicas de base.

Criterios de Búsqueda de Información

Dentro de la búsqueda de información en las diferentes bases de datos utilizadas, hubo una serie de palabras claves que permitieron la permeabilidad de los estudios y la relación entre estos últimos con base al cumplimiento de los criterios de inclusión y exclusión categorizados.

Palabras claves: *Estrategias de afrontamiento, cárceles, reclusos intramurales, delito, enfermedad mental, bienestar subjetivo.*

Bases de Datos Utilizadas

Las bases de datos utilizadas para la búsqueda de información teniendo en cuenta las palabras claves establecidas en los criterios de búsqueda de información, fueron las siguientes y se evidencian en la Tabla 2, en la cual se exponen tanto la base de datos, como los estudios encontrados utilizando las palabras claves establecidas y los estudios seleccionados para la siguiente revisión sistemática.

Tabla 2

Relación de base de datos, número de estudios encontrados y número de estudios seleccionados

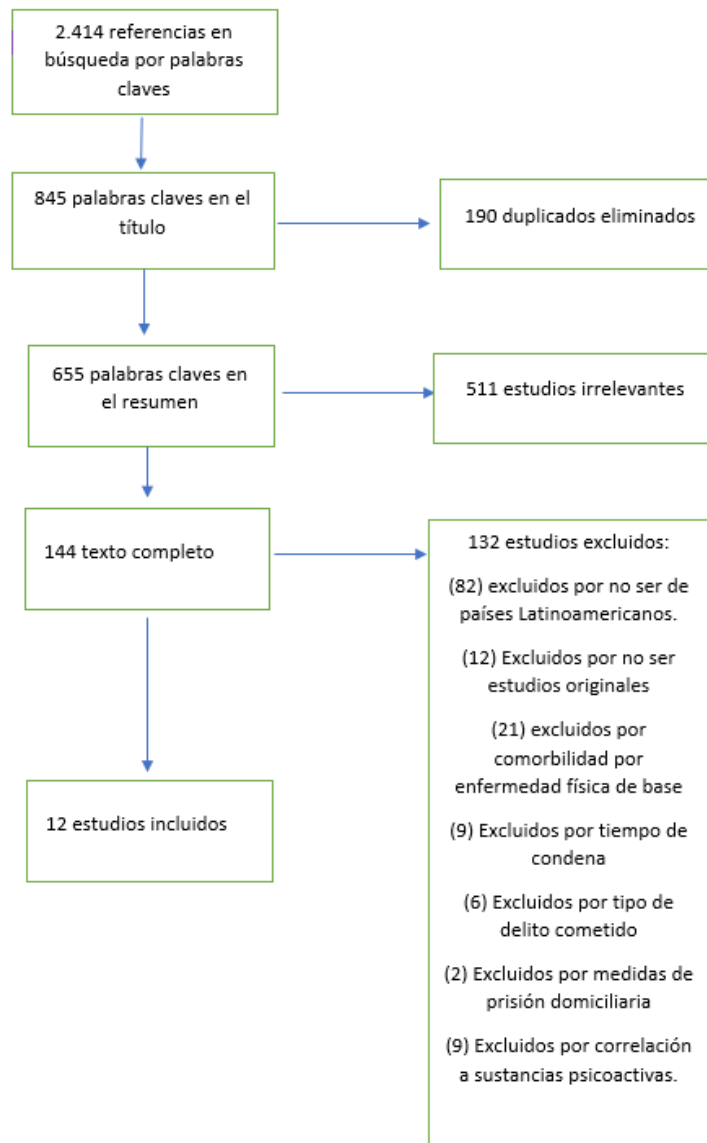
Base de Datos	Número de Estudios Encontrados	Número de Estudios Seleccionados
Scopus	2	1
Oxford	1	1
Clinicalkey	219	1
Science Direct	1.478, de los cuales sólo 829 estaban relacionados con psicología	0
Google Scholar	654	9

Proceso de Reclutamiento, Selección y Clasificación de los Estudios

El proceso de reclutamiento se hizo en 5 bases de datos diferentes, teniendo en cuenta los criterios de exclusión e inclusión previamente acordados. En primer lugar, se hizo la búsqueda a través de las palabras claves de búsqueda, las cuales arrojaron en primera instancia (2.414) referencias, de los cuales teniendo en cuenta el primer nivel de búsqueda, fueron seleccionados (845) y de los cuales (190) fueron eliminados por duplicados, dejando como resultado (655); según el segundo nivel de búsqueda de palabras claves e interés propio dentro del resumen, quedaron seleccionados (144), puesto que, (511) estudios fueron irrelevantes; por último, como tercer nivel de búsqueda de texto completo, los estudios seleccionados para ser incluidos en la investigación terminaron siendo (12).

Figura 1.

Diagrama del proceso de selección de artículos



Resultados

Datos Sociodemográficos

Dentro de los diferentes estudios revisados, se encontró que del total de los (12) estudios revisados, (4) de ellos, fueron realizados en Colombia (Arias et al., 2016; Vélez, 2014; Hurtado y Ossa, 2019; Rambal et al., 2012), los cuales fueron realizados en diferentes departamentos del país, Quindío, Tolima, Boyacá y la región del caribe colombiano; de los (8) estudios restantes, cuatro fueron realizados en Perú (Benites, 2020; Macha & Champi, 2015; Maldonado, 2017; Flórez, Jiménez, 2019), y cuatro fueron realizados en Ecuador (Garcés, 2017; Shugulí et al., 2019; Arévalo & Mejía, 2018; Muñoz, 2020).

En cuanto a la muestra del total de los estudios revisados, es de 1.303 participantes, de los cuales 683, el 52,41% son mujeres y 620, el 47,58% hombres. El rango de edades de los participantes oscila entre los 18 a los 70 años en el caso de los estudios de sexo masculino y de los 19 a los 60 años en el caso de los estudios de sexo femenino revisados en 10 de los 12 estudios totales; por su parte, los dos estudios restantes no hacen especificaciones en cuanto al rango de edades de sus participantes (Vélez, 2014; Flórez & Jiménez, 2019).

Referente al estado civil de los participantes, solo la mitad de los estudios especifica en esta variable (Rambal et al., 2012; Hurtado & Ossa, 2019; Maldonado, 2017; Arévalo, Mejía, 2018; Champi & Mancha, 2015; Muñoz, 2020), obteniendo como resultado que, la mayoría de los participantes son solteros, seguido de una convivencia en unión libre, en sucesión casados, y un pequeño porcentaje son viudos, divorciados o separados. Lo mismo con la variable de si tienen o no hijos, puesto que, solo se especifica esta última en los últimos estudios mencionados, a excepción de Champi y Mancha (2015), en los cuales, se evidencia que casi el 100% del total de los participantes de estos estudios si tienen hijos.

Por su parte, teniendo en cuenta el nivel de escolaridad, en Champi y Mancha (2015) se evidencia que de 94 participantes, 38 terminaron secundaria, 37 primera, 11 tienen estudios superiores y 8 son analfabetas, como en el estudio de Maldonado (2017) puesto que se encuentra que el nivel de escolaridad de la muestra es incompleta; en el estudio de Muñoz (2020) al ser un estudio de caso, se encuentra que el participante realizó estudios superiores; por su parte, en el de Rambal et al. (2020) se encuentra que el nivel es variable entre los participantes de este estudio; por último, para Hurtado y Ossa (2019) el nivel de escolaridad alcanzado por sus participantes es del 96% entre primaria y secundaria. Del resto de los estudios faltantes no hacen especificaciones en las variables sociodemográficas aparte del sexo y la edad de los participantes (Benites, 2020; Flórez & Jiménez, 2018; Vélez, 2014; Shugulí et al., 2020; Garcés, 2017; Arias et al., 2016).

Instrumentos Utilizados por los Estudios

Para lograr el cumplimiento de los objetivos propuestos, cada estudio hizo uso de diferentes instrumentos que le permitieron identificar las estrategias de afrontamiento utilizadas por sus participantes y los factores asociados que querían estudiar con respecto a esas estrategias de afrontamiento, por tal motivo, en los estudios de Rambal et al. (2020) se evidencia el uso de diferentes escalas de bienestar, como la de bienestar subjetivo de Diener, la escala de bienestar social, la escala de bienestar psicológico de Ryff y la escala de estrategias de afrontamiento individual de Londoño; del mismo modo, se evidencia que Benites (2020) utiliza también la última de las escalas de bienestar mencionada, en compañía del inventario de respuestas de afrontamiento – adultos CRI-A, utilizada también por Garcés (2017), acompañada de BANFE, y por Shugulí et al. (2019) en compañía de la escala Gencat de calidad de vida.

Por su parte, en el estudio de Maldonado (2017) se evidencia el uso de los siguientes instrumentos: COPE, CTSS y CSS; al igual que se puede observar en Flórez y Jiménez (2018), en el cual también hicieron uso de la escala de COPE, acompañada del inventario de soporte social; siguiendo el curso de instrumentos utilizados, se observa que

en los estudios de Hurtado y Ossa, (2019) los instrumentos utilizados en la investigación fueron la escala de medición de prisionalización, el EEC-M, el BDI e IDARE; por su parte, las escalas encontradas utilizadas en Champi y Mancha (2015) fueron la escala de satisfacción con la vida y la escala de los estilos de afrontamiento, no obstante, se evidencia que el instrumento utilizado en el último de los estudios de más de 1 participante, fue el cuestionario de afrontamiento al estrés (CAE) de Sandin y Chorot (2003), y por su parte, la única investigación de estudio de caso (Muñoz, 2020) hizo uso de diferentes métodos para la obtención de sus resultados como la entrevista estructurada, la historia clínica del participante, cenograma, la observación psicológica, la guía de observación y en el caso de los instrumentos psicométricos, los utilizados fueron el test de H-T-P de Jhon N. Buck y W. L. Warren, el cuestionario de autoconcepto Sc1, Sc2, Sc3, Sc4, y la escala de afrontamiento de Lazarus, cuestionario de Salamanca.

Estrategias de Afrontamiento Identificadas en los Diferentes Estudios

A través de los diferentes instrumentos utilizados en los estudios para la identificación de estrategias de afrontamiento de los internos e internas privados de la libertad, se tenía como objetivo identificar si las estrategias que evaluaban están siendo movilizadas por los reclusos. Todas las estrategias evaluadas se pueden clasificar como aquellas estrategias cognitivas o enfocadas a la emoción, o estrategias conductuales o también conocidas como aquellas enfocadas al problema.

Once (11) del total de estudios evaluados buscaban identificar más de una estrategia, (Arias et al., 2016; Vélez, 2014; Hurtado & Ossa, 2019; Rambal et al., 2012; Benites, 2020; Macha & Champi, 2015; Maldonado, 2017; Flórez, Jiménez, 2019; Garcés, 2017; Shugulí et al., 2019; Arévalo & Mejía, 2018; Muñoz, 2020), dentro de las encontradas enfocadas a la emoción identificadas en los estudios nombrado anteriormente, se encuentran la espera, la evitación, la reacción agresiva, evitación emocional, la reinterpretación positiva, el enfocar y liberar emociones, la búsqueda de soporte social emocional, la negación, la búsqueda de apoyo social, el uso de sustancias, la expresión de

dificultad de afrontamiento y la religión. Por su parte, los mismos estudios también identifican estrategias enfocadas al problema o conductuales, tales como, hacer deporte o actividad física, asistir a cursos, asistir y ser miembro activo de grupos de ayuda, la solución de problemas, la aceptación resignación, la descarga emocional, la búsqueda de guía y apoyo profesional, búsqueda de recompensas alternativas, la expresión de dificultad de afrontamiento, la planificación, la contención del afrontamiento y la búsqueda de soporte social instrumental. El estudio restante (Arévalo & Mejía, 2018) solo tiene como objetivo la identificación de la estrategia de afrontamiento, el uso de la religión.

Los resultados obtenidos de aquellas estrategias utilizadas con mayor frecuencia por los internos, se encontró que para Arévalo y Mejía (2018) al ser el estudio que mide la estrategia de afrontamiento espiritual tanto religiosa como no religiosa, se evidenció que el uso de estrategia espiritual no religiosa es la más utilizada por los internos en este caso, sin embargo, en el estudio de Vélez (2014) el 96% de la población evaluada manifiesta practicar la religión, seguido del apoyo social y familiar, caso contrario en Muñoz (2020) en donde se identifica que las estrategias más utilizadas son la huida, evitación, el distanciamiento, la deficiencia en la búsqueda de apoyo social y describe los esfuerzos en la búsqueda de apoyo moral, simpatía o comprensión a pesar de contar con diferentes factores de protección como el apoyo conyugal, la visita por parte de familiares, el apoyo incondicional de amigos y el ejercicio de su profesión dentro de la institución carcelaria.

No obstante, para Arias et al. (2016) las identificadas usadas con mayor frecuencia fueron el estilo de búsqueda de apoyo social, estilo de autofocalización negativa, la expresión emocional abierta, y el estilo de evitación, al igual que en Shugulí (2020) las cuales fueron la búsqueda de recompensas alternativas y la búsqueda de guía apoyo, lo cual concuerda con el estudio de Rambal et al. (2012) el cual refleja que si cuentan con el apoyo y la comprensión de amigos y familiares, las actividades y los planes que tengan para su futuro no son tan estresantes, lo cual también se logra identificar con Maldonado (2017) en la cual se logra identificar que aquellas internas que recibían periódicamente visita de sus amigos tenían mayores puntajes en dicha estrategia, en comparación con aquellas que

nunca recibían este tipo de visitas valorando tanto la ayuda tangible y observable como las actitudes de escucha y cuidado; por su parte, la negación y evitación es la estrategia más utilizada por las procesadas que por las sentenciadas, y la reinterpretación positiva por estas últimas

Por otra parte, para Hurtado y Ossa (2019) entre las estrategias más utilizadas por las internas, se encuentran en primer lugar la reinterpretación positiva y el acudir a la religión, sin embargo, en el caso de los internos, se encuentra el acudir a la religión como primer lugar, seguido de la reinterpretación positiva; en el caso de Flórez y Jiménez, (2018) se evidencia el uso de la solución de problemas, la evitación cognitiva, y la descarga emocional; parecido a los resultados evidenciados en Benites (2020) donde la evitación como búsqueda de estrategias improductivas son las más utilizadas demostrando incapacidad para afrontar los problemas, preocupación excesiva, ignorar el problema, auto inculparse y hacerse falsas ilusiones.

Por último, en Champi y Mancha (2020) se logra identificar que aquellas estrategias utilizadas con mayor frecuencia están en primer lugar la búsqueda de recompensas, luego, la reevaluación positiva y la evitación cognitiva.

Factores Asociados a las Estrategias de Afrontamiento

El total de los estudios revisados tiene como objetivo correlacionar las estrategias de afrontamiento con algunos factores o variables asociadas (Arias et al., 2016; Vélez, 2014; Hurtado & Ossa, 2019; Rambal et al., 2012; Benites, 2020; Macha & Champi, 2015; Maldonado, 2017; Flórez & Jiménez, 2019; Garcés, 2017; Shugulí et al., 2019; Arévalo & Mejía, 2018; Muñoz, 2020); tales como el estrés relacionado con la diferente sintomatología tanto física como mental que lo identifica, las variables sociodemográficas, el autoconcepto, la calidad de vida y por consiguiente, también la satisfacción con la vida, el bienestar psicológico entendido en dimensiones como la autonomía, el crecimiento personal, propósito de vida, integración social y la coherencia social; otro de los factores asociados

identificados fueron el soporte social y emocional y la satisfacción con ese soporte, ansiedad, depresión y la flexibilidad mental.

En el estudio de Arévalo y Mejía (2018) se encontró que no existe una correlación entre las variables sociodemográficas identificadas y el estrés con la estrategia de afrontamiento espiritual, contrario a Vélez (2014) en el cual, todos los participantes manifiestan tener sintomatología de estrés relacionada con las estrategias de afrontamiento utilizadas. En el caso de Muñoz (2020) el sujeto refiere mantener buen autoconcepto tanto en el ámbito familiar como en el académico, sin embargo, en el ámbito familiar y social presenta un nivel medio de autoconcepto. En Shugulí et al. (2019) con respecto a la variable de calidad de vida, el 61% de los participantes refleja un nivel bajo, 37% un nivel medio y solo un 2% de la población total del estudio manifiesta considerar un nivel alto de calidad de vida; paralelo en Rambal et al. (2012) en el que se evidencia que el bienestar psicológico de los participantes está completamente correlacionado con el apoyo social que les brindan familiares y amigos tal como se muestra también tanto en el estudio de Maldonado (2017) como en el de Flórez y Jiménez (2018).

En el caso de Benites (2020) ese bienestar psicológico también se relaciona con el tipo de estrategias utilizadas por las internas, lo cual también podría estar relacionado con lo evidenciado en Champi y Mancha (2015), donde más de la mitad de los internos evaluados presentan un estilo de vida improductivo no favorable y por consiguiente, se encuentran poco satisfechos con sus vidas. En el caso de Garcés, (2017), que tenía como objetivo evaluar la correlación existente en la flexibilidad mental y las estrategias de afrontamiento, se evidencia que, si existe una correlación significativa con las respuestas de afrontamiento, por lo que esta primera, si incide en la segunda.

Tabla 3

Resultados de la extracción de datos de los estudios incluidos

TITULO	TIPO DE ESTUDIO	VARIABLES ASOCIADAS	MUESTRA	ESTRATEGIAS ENCONTRADAS	PAIS	BASE DE DATOS
Estudio sobre las estrategias de afrontamiento y el bienestar subjetivo, psicológico y social en mujeres internas en un centro de reclusión femenino del Caribe colombiano (Rambal et al., 2020)	Cuantitativa de tipo correlacional	Bienestar Psicológico: Autonomía Crecimiento personal Propósito de vida Integración social Coherencia social	Muestra: 26 Sexo: Femenino Edades: 19 -57 años Estado civil: Solteras el 61 %, casadas el 3,8 %, viudas el 3,8 %, separadas el 3,8 %, y el 27 % han estado o están en unión libre. Hijos: Entre 1- 5 años, el 100% de la muestra. Nivel de escolaridad: Variable	Espera Expresión de la dificultad de afrontamiento Búsqueda de apoyo profesional Apoyo familiar Reacción agresiva Evitación emocional	Colombia	Google Scholar
Afrontamiento al estrés y bienestar psicológico en reclusas de un establecimiento penitenciario de Trujillo (Benites, 2020)	No experimental, transversal de tipo correlacional	Bienestar psicológico Relaciones positivas Autonomía Propósito de vida Crecimiento personal	352 participantes. Sexo: Femenino Edad: 18-60 años	Red de Apoyo Solución de problemas Evitación cognitiva Búsqueda de recompensas alternativas Descarga emocional	Perú	Google Scholar
Soporte social y afrontamiento en mujeres reclusas en un penal de Lima (Maldonado, 2017)	Estudio cuantitativo correlacional	Soporte social Satisfacción de soporte social Satisfacción de soporte emocional diario	165 participantes Sexo: femenino Edades: 23- 58 años Estado civil: 52% solteras 24% convivientes Hijos: 87% con hijos entre 1 y 23 años Nivel de escolaridad: 93% escolaridad incompleta	Planificación Contención del afrontamiento Reinterpretación positiva Enfoque y liberación de emociones Búsqueda de SS instrumental Búsqueda de SS emocional Desentendimiento conductual Negación Afrontamiento religioso Uso del humor Uso de sustancias	Perú	Google Scholar
Relación entre prisionalización, ansiedad, depresión y estrategias de afrontamiento en internas del ERON – Sogamoso (Hurtado & Ossa, 2019)	Cuantitativo, diseño no experimental, de tipo correlacional de regresión múltiple	Ansiedad, Depresión	30 participantes Sexo: femenino Edades: 20- 55 años Estado civil: 50% unión libre. 33.3% solteras 7.40% casadas 3.7% divorciada o viuda Hijos: 1 a 4 hijos Escolaridad: 96% entre estudios solo de primaria y secundaria	Expresión de dificultad de afrontamiento. Solución del problema. Búsqueda de apoyo social. Evitación emocional. Evitación cognitiva. Espera	Colombia	Oxford
Soporte social y estrategias de afrontamiento en internos e internas del establecimiento penitenciario de Quillamba, Cusco, 2018 (Flórez & Jiménez, 2018)	Alcance descriptivo correlacional, con diseño experimental transversal	Soporte social	332 participantes Sexo: M (281) y F (51)	Reinterpretación positiva Religión	Perú	Google Scholar
Percepción de estrés y afrontamiento espiritual en mujeres privadas de libertad. (Arévalo & Mejía, 2018)	Cuantitativa, no experimental transversal de tipo correlacional	Estrés Variables Sociodemográficas	59 Solteras: 37.3% Unión Libre: 27.1% Casadas: 13,6% Viudas: 13,6% Divorciadas: 8,5% Hijos: 10,2% (n=6) refirieron no tener hijos, Hijos: 89.8% tienen entre 1 y 8 hijos.	Estrategia de Afrontamiento espiritual Religiosa No religiosa	Ecuador	Google Scholar

Manejo del estrés en grupos con enfoque diferencial en la población indígena del complejo carcelario y penitenciario Coiba-Picalaena de la ciudad de Ibagué - Tolima. (Vélez, 2014)		Estrés	44 participantes pertenecientes al bloque 1 Intervención de 22 internos en todas las actividades propuestas.	Hacer deporte o actividad física. Asistir a cursos. Asistir y ser miembro activo de grupos de ayuda. Practicar la religión. Tener y contar con amigos. Visita de familiares.	Colombia	Google Scholar
Satisfacción con la vida y estilos de afrontamiento en internos del establecimiento penitenciario de Huancavelica – 2015 (Champi & Mancha, 2015)	No experimental, transversal de tipo correlacional	Satisfacción con la vida	94 participantes Sexo: Masculino Edad: 21-70 años Estado Civil: Solteros: 35 Conviven: 31 Casados: 19 Viudos: 9 Escolaridad: Analfabetas: 8 Primeria: 37 Secundaria: 38 Superior: 11	Solución de problemas Evitación Auto inculparse Ignorar el problema	Perú	Google Scholar
Respuestas de afrontamiento y calidad de vida en personas privadas de libertad (Shugulí et al., 2020)	Social participativa, de orden interactivo	Calidad de Vida	90 participantes Sexo: Masculino Edades: entre 30-50 años. Nacionalidad: Ecuador.	Búsqueda de recompensas alternativas. Búsqueda de guía y apoyo Solución de problemas Descarga emocional Análisis de logro Reevaluación positiva Evitación cognitiva Aceptación-resignación	Ecuador	Clickey
Autoconcepto y la influencia en su condición de persona privada de libertad. (Muñoz, 2020)	Estudio de Caso.	Autoconcepto: Académico Familiar Personal Social	1 estudio de Caso Sexo: Masculino Edad: 40 años Casado Nivel de estudio: Médico-odontólogo. Hijos: (3) edades: 13,6 y 9 años.	Huida Evitación Distanciamiento Búsqueda de apoyo social Religión	Ecuador	Google scholar
Flexibilidad mental y respuestas de afrontamiento (Garcés, 2017)	No experimental, exploratoria, descriptiva, de tipo correlacional	Flexibilidad mental	80 participantes Sexo Masculino Edad: 25-55 años.	Reevaluación positiva Evitación cognitiva Aceptación - resignación Análisis lógico Búsqueda de recompensas Descarga emocional Búsqueda de guía Solución de problemas	Ecuador	Google Scholar
Afrontamiento del estrés psicosocial presente en un grupo de jóvenes entre 18 y 25 años de edad privados de la libertad e institucionalizados en el Quindío (Arias et al., 2016)	Diseño no experimental, transversal descriptivo	Estrés psicosocial	52 jóvenes. Edad: entre los 18 y 25 años.	Focalizada en la solución del problema. Auto focalización negativa. Reevaluación positiva. Expresión emocional abierta. Evitación Búsqueda de apoyo social. Religión	Colombia	Scopus

Discusión

El presente proyecto de investigación tuvo como objetivo principal realizar una revisión sistemática de la población de reclusos en Latinoamérica, con el propósito de identificar las características sociodemográficas compartidas, el tipo de estrategia de afrontamiento que utilizan y las variables con las que se relacionan. Los hallazgos de la presente revisión sistemática precisan que respecto a datos socio demográficos de los estudios seleccionados, la población es mayormente del sexo femenino; respecto a la edad, se sostiene en un rango entre los 18 y 70 años para ambos sexos, donde la mayoría ha realizado estudios que no superan la secundaria y se encuentran en estado civil soltero con presencia de hijos para la mayoría.

El banco interamericano de desarrollo (2019) expone que el 92% de las personas recluidas son varones jóvenes, en una media de 34 años de edad y que en su mayoría abandonan los estudios antes de culminar secundaria; respecto a las mujeres muestran un aumento en la última década de la población carcelaria femenina en américa latina en un 52% y manifiestan que la media es de 36 años de edad, además exponen que el 39% tiene una pareja sentimental y delictiva.

A pesar de que en esta revisión sistemática la población con mayor número fue la femenina, esto podría deberse a que el número de estudios realizados con mujeres fue más elevado.

Por otro lado, las características sociodemográficas se contemplaron dentro de las posibles variables asociadas, y aunque no se halló relación entre estas y las estrategias de afrontamiento, se encontró una relación positiva entre el apoyo social y la presencia de estrategias de afrontamiento funcionales. Dentro de los resultados podemos observar que una de las principales estrategias utilizadas por los internos es la búsqueda de apoyo social-familiar, observándose que las personas que movilizan esta estrategia muestran un bienestar psicológico significativamente más elevado en comparación a los internos que utilizan otro tipo de estrategias. Debido a esto, y en correlación con el estado civil y la presencia o ausencia de hijos se podría inferir que los internos que tienen pareja e hijos y

además reciben visitas por parte de estos, podrían presentar mayor bienestar y mejor afrontamiento en comparación con los que no. Lo cual iría en concordancia con lo planteado por Di-collredo et. Al (2007) quienes aseguran que el apoyo social le proporciona a los sujetos los medios necesarios para poder expresar sus sentimientos, lograr identificarse con otras personas que atraviesan o atravesaron crisis similares, poder desarrollar metas reales, facilitar información y recibir retroalimentación.

Por otra parte, movilizar esta estrategia se vinculó en distintas investigaciones a la movilización de otras estrategias funcionales, tales como la reinterpretación positiva y la búsqueda de ayuda profesional. Esto podría explicarse a que la presencia de personas a quienes manifestar la valoración de la situación, brinda la oportunidad de obtener una retroalimentación, en donde los internos podrían hallar las razones para intentar mejorar con base a la experiencia que viven; por otro lado, si el malestar es demasiado elevado y percibido por otra persona, las probabilidades de buscar ayuda profesional son más elevadas ya sea por recomendación de un tercero a el que le genera preocupación la salud mental del sujeto, o por sí mismo en pro de mantener su bienestar.

Esto concuerda con lo establecido por Rambal et. al (2012) donde se evidencia que el apoyo de familiares y amigos influye en el comportamiento, en la capacidad de asumir y afrontar los problemas que trae consigo el estar recluso.

Es importante destacar el hecho de que realizar visitas es una forma de manifestar apoyo, sin embargo, no es la única y en la mayoría de los casos tampoco es suficiente. Teniendo en cuenta lo anterior, algunos de los estudios plantean la posibilidad de que a medida que pase el tiempo, la frecuencia y el tiempo de visita por parte de la red de apoyo de los reclusos disminuya considerablemente, generando un impacto negativo. Por lo tanto, es importante tener en cuenta para ver los efectos positivos de esta estrategia, es indispensable tener en cuenta el apoyo social percibido. Tal y como lo expone Maldonado (2017), la persona reclusa no solo valora la ayuda materializada (recibir visitas) sino las actitudes de escucha y la disposición manifiesta por su red de apoyo.

En cuanto a las variables psicológicas halladas, se encuentra que el bienestar psicológico, comprendido como una evaluación de la vida que incluye componentes de satisfacción personal y vincular; fue correlacionado en sus dimensiones con distintas estrategias de afrontamiento. Principalmente se encontró vinculado a la estrategia de espera, que, al movilizarse disminuye el bienestar psicológico de forma considerable, debido a que esta estrategia de afrontamiento no es funcional e impacta de forma negativa distintas dimensiones tales como la autonomía y el crecimiento personal de los reclusos, puesto que estos dejarían de plantearse objetivos y/o metas a largo plazo, asumiendo una actitud pasiva frente a la vida. Rambal et. al (2012) explican en su investigación que movilizar esta estrategia margina y relega al sujeto, afectando su bienestar psicológico.

Por otra parte, cuando el crecimiento personal se ve afectado disminuyen las probabilidades de la expresión de la dificultad de afrontamiento y la búsqueda de apoyo social, lo que a su vez podría promover la aparición de sintomatología relacionada a la depresión y ansiedad. Galván et al. (2006) hallaron en su investigación que las mujeres que hicieron parte del estudio, que presentaban menor apoyo social, tenían mayor tendencia a deprimirse.

Además, la presencia de esta estrategia enfocada a la emoción moviliza otras de esta misma categoría, tales como la negación, evitación cognitiva y emocional. Interfiriendo con el bienestar psicológico de los sujetos debido a la disfuncionalidad de las mismas.

Estas estrategias alivian el malestar emocional por un periodo corto de tiempo, por lo que movilizarlas para una estancia a largo plazo resulta contraproducente. Di-collredo et. al (2007) sostiene que las estrategias enfocadas a la emoción tienden a manifestarse cuando el sujeto ha valorado que no se puede hacer nada para cambiar las condiciones desafiantes, lesionantes o amenazantes que se identificaron en el entorno. Lo cual concuerda con los hallazgos de esta revisión, teniendo en cuenta que la población está recluida de forma intramural y no pueden cambiar su condición por sí mismos. Esto explica la razón por la cual la mayor parte de las estrategias identificadas en los estudios analizados fueron enfocadas a la emoción.

Por último, otra estrategia de afrontamiento observada frecuentemente fue la evitación, la cual también es una estrategia enfocada a la emoción. Esta fue correlacionada a otras estrategias tales como reacción agresiva, negación, y se vinculó a la presencia de sintomatología ansiosa, depresiva y a malestar general. Es importante mencionar que existen distintos tipos de evitación y que no en todos los estudios se contemplan las distintas categorías. Sin embargo, es una variable consistente en la que los reclusos utilizan distintas técnicas tanto cognitivas como conductuales para “evitar” la situación.

Se observó que un alto número de internos utilizaban actividades deportivas y hobbies para evitar cognitivamente y conductualmente el problema. Sin embargo, uno de los estudios arrojó un resultado discrepante en comparación a los demás, pues vincula la evitación de forma positiva con el bienestar psicológico. Esto se puede deber a que, como lo establecen Rauch y Foa (2006) la evitación cognitiva, al igual que la evitación conductual, produce una reducción temporal de la ansiedad, impidiendo el afrontamiento de los miedos y, en consecuencia, su procesamiento emocional. Sin embargo, como lo establecen la mayoría de los estudios esto resultaría generando malestar a largo plazo, impactando de forma negativa el bienestar de los individuos que se encuentran reclusos; ya que como expone González et. al (2017) el controlar los pensamientos también es perjudicial, debido a que el control que se realiza sobre un pensamiento negativo, repetitivo e intrusivo, al igual que la evitación cognitiva, aumenta la frecuencia con la que surgen esos pensamientos.

Teniendo en cuenta lo anterior, es probable que el estudio que arrojó el resultado discrepante se haya realizado en personas que no llevaban demasiado tiempo reclusas o no acababan de asimilar la situación y por lo tanto esta estrategia aún les proporcionaba alivio emocional. Sin embargo, es importante resaltar el hecho de que eventualmente los reclusos deben afrontar la situación porque esta nueva realidad no puede evitarse por un tiempo prolongado. Teniendo en cuenta que las condenas varían dependiendo del delito y del país, podrían ser meses o años, y esta estrategia, como se ha manifestado anteriormente, tiene un efecto a corto plazo.

En este punto es importante destacar que, tal y como lo establece Snyder (1999) Las estrategias de afrontamiento sólo son eficaces si contribuyen al bienestar fisiológico, psicológico y social de la persona. Esto, debido a que la eficacia de las estrategias de afrontamiento se encuentra precisamente en su habilidad para manejar y reducir el malestar de forma inmediata, pero también en sus efectos a largo plazo, en términos de bienestar psicológico y en el estado de salud del individuo.

Autores como Echeverri (2010), encontraron relación entre las estrategias de afrontamiento y otras variables, tales como la autoestima, bienestar psicológico y conducta humana. Tal y como hemos podido observar en esta revisión, donde se evidencia que el bienestar del sujeto puede verse impactado de forma positiva con la movilización de estrategias más funcionales, sin embargo, se verá afectado de forma negativa en distintas dimensiones si por el contrario las estrategias movilizadas son disfuncionales. Lo cual concuerda con los hallazgos planteados, donde se aprecia que las estrategias enfocadas a la emoción que sólo promueven bienestar por un periodo corto de tiempo eventualmente generan malestar en el sujeto.

Conclusión

Mediante esta revisión sistemática se concluye que, respecto a los estudios elegidos para la elaboración de este proyecto, hay similitudes significativas en las características sociodemográficas de la población reclusa en algunos países de América Latina en los que se han realizado investigaciones respecto a las estrategias de afrontamiento. De igual forma, se halló que las estrategias de afrontamiento utilizadas con mayor frecuencia en la población latinoamericana estudiada están en su mayoría enfocadas a la emoción; siendo la espera la estrategia utilizada con más frecuencia, seguida por la búsqueda de apoyo social y la evitación.

Por último, se halló correlación de estas estrategias con el bienestar psicológico de los individuos. Evidenciándose que las estrategias que han sido clasificadas como disfuncionales por la ausencia de efectividad a largo plazo generan malestar en los

individuos afectado su calidad de vida en su condición como persona privada de la libertad; y se pudo determinar que las estrategias funcionales (como la búsqueda de apoyo social) proporcionan mayor bienestar, impactando positivamente la vida del interno.

Se considera importante realizar más investigaciones con la población reclusa, puesto que, por sus condiciones, la calidad de vida se ve impactada en gran medida de forma negativa y siendo una población vulnerable, se debería estudiar constantemente la forma de manejar los impactos físicos y psicológicos que trae consigo el aislamiento y la condena social.

Referencias

Agudelo, M. S. (1995). *La disciplina y el problema de las cárceles en Colombia*. .

Barranquilla: Corporación Universitaria Remington.

Altamirano, Z. (2013). *El bienestar psicológico en prisión: antecedentes y consecuencias*.

Madrid: Universidad Autónoma de Madrid.

Arias Jiménez, A., & Lezama Velásquez, S., & Zuleta Gómez, C. (2016). *Afrontamiento del estrés psicosocial presente en un grupo de jóvenes entre 18 y 25 años de edad privados de la libertad e institucionalizados en el Quindío*. Universidad Autónoma de Bucaramanga. Colombia.

https://repository.unab.edu.co/bitstream/handle/20.500.12749/11538/2016_Tesis_An_a_Maria_Arias_Jimenez.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Arevalo, F. (2018). *Estrategias de afrontamiento al estrés y bienestar psicológico en internos por el delito contra el patrimonio del establecimiento penitenciario Tarapoto*. Lima.

Arevalo, M., y Mejía, M. (2018). *Percepción de estrés y afrontamiento espiritual en mujeres privadas de libertad*. Cuenca: Universidad de Cuenca.

Banco Interamericano de Desarrollo (2020). *Dentro de las Prisiones de América Latina y el Caribe: una primera mirada al otro lado de las rejas*.

https://publications.iadb.org/publications/spanish/document/Dentro_de_las_prisiones

de América Latina y el Caribe Una primera mirada al otro lado de las rejas.pdf

- Bascón, M. J., y Vargas, V. (2014). Salud Psicosocial y Autorregulación Discursiva en Reclusos. *Boletín de Psicología*, 67 - 81.
- Bulacio, J. M., & Vieyra, M. (2018). *El estrés*. Buenos Aires : Ediciones, O. Del castillo, G., & Florez, L. (2019). *Soporte social y estrategias de afrontamiento en internos e internas del establecimiento penitenciario de Quillabamba*. Cusco: Universidad Andina del Cusco.
- Champi, Quispe, S., & Mancha Huayhuani, L. (2015). *Tesis: Satisfacción con la Vida y Estilos de Afrontamiento en Internos del Establecimiento Penitenciario de Huancavelica*. Línea de Investigación Salud Pública Universidad Huancavelica. Perú. <http://repositorio.unh.edu.pe/bitstream/handle/UNH/443/TP%20-%20UNH.%20ENF.%200049.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Di-Collredo, C & Aparicio Cruz, D. & Moreno, J. (Julio-Diciembre 2007). *Psicología. Avances de la disciplina. Descripción de los Estilos de Afrontamiento en Hombres y Mujeres ante la Situación de Desplazamiento*. Universidad de San Buenaventura, Colombia.
- Emotional Processing Theory (EPT) and Exposure Therapy for PTSD. *Journal of Contemporary Psychotherapy*, 36 (2006), pp. 61-65
- Echeverri-Vera, J. A. (2010). La prisionalización, sus efectos psicológicos y su evaluación. *Pensando Psicología*, 157-166.
- Farto, T., & Pillado, E. (2019). *Hacia un proceso penal más reparador y resocializador: avances desde la justicia terapéutica*. Madrid: Dykinson.
- Fernandez, P. (2001). *Tipos de estudios clínico epidemiológicos*. Alicante: Universidad de Alicante.
- Frydenberg, E., & Lewis, R. (1991). Afrontamiento adolescente: las diferentes formas en que los niños y niñas se enfrentan. *Journal of Adolescence*, 119-133.

- Galván, Jorge, Romero, Martha, Rodríguez, Eva María, Durand, Ana, Colmenares, Eduardo, & Saldivar, Gabriela. (2006). La importancia del apoyo social para el bienestar físico y mental de las mujeres reclusas. *Salud mental*, 29(3), 68-74. Recuperado en 31 de mayo de 2021, de http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0185-33252006000300068&lng=es&tlng=es.
- Garcés Mayorga, D. (Abril 2017). *Informe de Investigación: Flexibilidad Mental y Respuestas de Afrontamiento*. Facultad de Ciencias de la Salud, Universidad Técnica de Ambato. Ecuador. <http://repositorio.uta.edu.ec/jspui/bitstream/123456789/25241/2/TESIS%20David%20Garc%c3%a9s.pdf>
- Gaviria, L., Osorio, C., & Hernandez, M. (2015). *Familias y contexto penitenciario: estrategias de afrontamiento frente al proceso de privación de la libertad*. Bogota: UniSalle.
- González, M., Ramírez G., Brajin, M., Londoño C,. (2007). *Estrategias cognitivas de control, evitación y regulación emocional: el papel diferencial en pensamientos repetitivos negativos e intrusivos*. <https://www.elsevier.es/es-revista-ansiedad-estres-242-articulo-estrategias-cognitivas-control-evitacion-regulacion-S1134793717300258>
- Gutiérrez, M. (2014). *Política criminal y prevención*. Bogotá: Universidad del Externado.
- Hernández, N. (2016). *La resocialización como fin de la pena: una frustración en el sistema penitenciario y carcelario colombiano*. Barcelona: Universitat Pompeu.
- Hernández, N. (2018). El fracaso de la resocialización en Colombia. *Revista de derecho, Universidad del Norte*.
- Hernandez, R., Fernandez, C., & Baptista, P. (2010). *Metodología de la investigación*. México: Mc Graw Hill.
- Hurtado, D., & Ossa, Y. (2019). *Relación entre prisionalización, ansiedad, depresión y estrategias de afrontamiento en internas del ERON - Sogamoso*. Bogotá: Universidad Santo Tomas.

- Larrotta, R., Sanchez, L., & Sanchez, J. (2016). *Niveles de autoestima y uso de estrategias de afrontamiento en un grupo de personas privadas de la libertad en un centro de reclusión de la ciudad de Bucaramanga / Colombia*. Medellín: Universidad Pontificia Bolivariana.
- Lazarus, R. S., Miyar, M. V., & Folkman, S. (1986). *Estrés y procesos cognitivos*. Madrid: Martínez Roca.
- Maldonado, M. (2018). *Soporte social y afrontamiento en mujeres reclusas en un penal de Lima*. Lima: Universidad Católica del Perú.
- Márquez-Estrada, J. (2013). Estado punitivo y control criminal. Cárceles, prisiones y penitenciarías del siglo XIX. *Revista Criminalidad*, 99-112.
- Mercado, D. (2014). *Razones para vivir y afrontamiento en mujeres privadas de su libertad*. Lima: Universidad Católica de Perú.
- Muñoz Apunte, Y. (2020). *Tesis: Autoconcepto y la Influencia en el Afrontamiento en su Condición de Persona Privada de la Libertad*. Facultad de Ciencias Jurídicas, Sociales y de la Educación, Universidad Técnica de Babahoyo. Ecuador.
<http://dspace.utb.edu.ec/bitstream/handle/49000/7720/E-UTB-FCJSE-PSCLIN-000286.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Muñoz, J. *Historia de las prisiones I*. Policía Local de Linares (Jaén)
- Ninapaitan, M. (2017). *Estrategias de afrontamiento al estrés y tipos de discapacidad en padres de familia del CEBE Manuel Duato*. Los olivos: Universidad Católica sede Sapientiae.
- Pillado González, E., Varona Martínez, G., Martínez Soto, T., Fernández Fustes, M. D., Barona Vilar, S., Grande Seara, P., . . . Pérez., N. (2019). *Hacia un proceso penal más reparador y resocializador: avances desde la justicia terapéutica*. Madrid: Dykinson.
- Rambal, M., Madariaga, C., & Ibañez, L. (2012). Estudio sobre las estrategias de afrontamiento y el bienestar subjetivo, psicológico y social en mujeres internas en un centro de reclusión femenino del Caribe colombiano. *Revista Criminalidad*, 45-57.

- Redacción Cartagena. (13 de Enero de 2020). Tiene servicios públicos deficientes: directora Cárcel de Mujeres. *El Universal*. <https://www.eluniversal.com.co/cartagena/tiene-servicios-publicos-deficientes-directora-carcel-de-mujeres-JF2236128>
- Rincon, D. (2014). *Manejo del estrés en grupos con enfoque diferencial en la población indígena del complejo carcelario y penitenciario COIBA – Picalaña de la ciudad de Ibagué – Tolima*. Ibague: Universidad Abierta y a Distancia.
- Shufulí Zambrano, C., & Lima Rojas, D., & Robalino Morales, L. Respuestas de afrontamiento y calidad de vida en personas privadas de libertad. *Uniandes Episteme. Volumen 7 (Número 2)*. Pp. 237-243.
<https://core.ac.uk/download/pdf/329080026.pdf>
- Snyder, C. R. (1999). *Coping. The psychology of what works*. New York: Oxford University Press
- Valenzuela, J. (2016). *Programa de stopstress: intervención para reducir el estrés en personas con privación de la libertad basado en MBSR*. Jaen: Universidad de Jaen.
- Velasco, O. (21 de Febrero de 2018). Las huellas psicológicas que deja la cárcel son imborrables. *Vice news*.
- Wheeler, S. (2007), "Socialization in correctional communities, en *British Psychological Review*, vol. 26, pp. 267-282