

Descuento del apoyo social en situaciones de estrés

Jorge A. Ruiz
Karina Bermúdez

Resumen

Se determinó de qué manera los individuos descuentan el efecto del apoyo social en función de la distancia social entre ellos y los prestadores de dicho apoyo. Para ello, se solicitó a un grupo de estudiantes que estimara la magnitud del malestar percibido en una situación hipotética en la que debía enfrentar eventos vitales estresantes mientras recibía el apoyo de otra persona, la cual podía ocupar cierta posición en una lista hipotética de otras personas con quienes se guarda algún grado de distancia social. La magnitud del malestar percibido disminuyó como una función hiperbólica de la distancia social entre los receptores y los prestadores hipotéticos de apoyo social. Esta función, más pronunciada para el escenario más estresante,

Abstract

Here it was determined how people discounted the effect of social support as a function of the social distance between them and the supporter. A group of students was asked to estimate their magnitude of discomfort in a situation in which they had to cope with hypothetical stressful life-events while they received social support from another person which could occupy a certain position in a hypothetical list of people with whom one saves some degree of social distance. The magnitude of the stress-mitigating effect of social support decreased as a hyperbolic function of social distance between receivers and the hypothetical supporters. This function was steeper for the most stressful scenario, detention in jail, than for other life-events. It

JORGE A. RUIZ. Facultad de Ciencias Administrativas y Sociales, Universidad Autónoma de Baja California, México. KARINA BERMÚDEZ. Facultad de Psicología, Universidad Nacional Autónoma de México, México. [ruizvja@live.com].

Revista Intercontinental de Psicología y Educación, vol. 18, núm. 1-2, enero-diciembre 2016, pp. 11-21.
Fecha de recepción: 19 de julio de 2016 | Fecha de aceptación: 3 de enero de 2017.

el encarcelamiento, que para otros eventos vitales. Por su parte, el descuento del efecto del apoyo social es similar al que se observa en situaciones de asignación de recursos económicos entre personas.

PALABRAS CLAVE

Descuento social, estrés, apoyo social, humanos.

is concluded that there is a social discounting of stress-mitigating effect of social support, similar to that shown with the allocation of resources between people.

KEYWORDS

Social discounting, stress, social support, humans.

En la literatura del condicionamiento operante se ha documentado ampliamente el fenómeno llamado *descuento*, que se refiere a la disminución del valor reforzante de un estímulo en función del tiempo que transcurre desde la ocurrencia de la conducta que produce dicho estímulo y la presentación de éste —descuento temporal—; o bien, a la disminución del valor de un reforzador en función de la probabilidad de obtener dicho reforzador —descuento probabilístico— (Green y Myerson, 2004; Mazur, 1987; Rachlin, Raineri y Cross, 1991).

Una variante en el estudio del descuento es el *descuento social*, que alude a situaciones en las que un individuo debe asignar un valor económico a otras personas; este individuo descuenta el valor asignado a esas personas de manera proporcional a la distancia social que existe entre ellos (Jones y Rachlin, 2006, 2009; Rachlin y Jones, 2008a, 2008b, 2010). En un estudio, Jones y Rachlin (2006) encontraron que la cantidad de dinero hipotético que un grupo de estudiantes estaba dispuesto a conceder a otra persona disminuyó como una función hiperbólica de la distancia social percibida entre ellos y dicha persona.

Aunque en la mayoría de los estudios sobre descuento social se suele juzgar el valor de las personas en términos económicos, también se ha encontrado que, a mayor distancia social, mayor disminución del valor de eventos no económicos, como la oportunidad de tener una interacción social. Por ejemplo, Charlton, Gossett y Charlton (2012) pidieron a un grupo de

estudiantes que elaboraran una lista de sus 10 mejores amigos, clasificados por grado de cercanía del 1 al 10. Posteriormente, los estudiantes eligieron entre dos opciones: hablar inmediatamente de 0 a 25 minutos con uno de ellos o hablar 25 minutos con esa persona después de un día, dos días, una semana, un mes, dos meses, seis meses o un año. Mediante bloques de ensayos, a la persona que se le consideró para hablar, ocupaba las opciones #1, #4, #7 o #10 de esa lista. Los autores encontraron que los participantes descontaron la oportunidad de la interacción social como una función hiperboloide de alargar la demora de la interacción social y también en función de la distancia social con la persona #N de la lista. Asimismo, concluyeron que existe similitud entre la forma de la función de descuento de las interacciones sociales y el descuento de eventos con valor económico con relación a la distancia social.

El área de investigación en la que podría resaltar el fenómeno del descuento de las interacciones sociales es la del apoyo social (Cobb, 1976; Thoits, 1995). El apoyo social se refiere a la percepción de una persona como perteneciente a un grupo social cuyos miembros deberían estar dispuestos a prestar asistencia en caso de necesidad (por ejemplo, Sarason; Levine; Basham, y Sarason, 1983). Se sabe que las personas que cuentan o perciben contar con apoyo social sufren en menor grado los efectos nocivos de los eventos estresantes de la vida que las personas sin apoyo (por ejemplo, Miyazaki; Ishikawa; Iimori; Miki; Wenner; Fukunishi, y Kawamura, 2003). En general, las mujeres, los adultos mayores, las personas casadas, las personas con títulos universitarios y gente adinerada disfrutan en mayor medida de los beneficios del apoyo social que otras personas (como Dalagard; Dowrich; Lehtinen; Vázquez-Barquero; Casey; Wilkinson; Ayuso-Mateos; Page, y Dunn, 2006; Prezza y Pacilli, 2002; Seong, 2003). Igualmente, el efecto atenuante del apoyo social sobre el malestar percibido en situaciones estresantes es proporcional al número de proveedores de apoyo social (González-García y Acuña, 2010).

En el contexto de los estudios descritos, el objetivo de este trabajo fue determinar si la magnitud del malestar percibido cuando una persona enfrenta un evento vital estresante varía en función de la distancia social

entre ella y los posibles prestadores de apoyo social, y si dicha relación es consistente con la función del descuento social.

Método

PARTICIPANTES

En el estudio colaboraron 156 estudiantes universitarios, 120 mujeres y 36 varones, con una edad promedio de 21.47 años ($S = 4.23$). Su participación fue voluntaria y en ningún caso se presentó algún tipo de retribución que pudiera influir sobre la ejecución de los participantes.

INSTRUMENTOS

Para fines de esta investigación, se diseñó y utilizó un instrumento que incluyó una serie de situaciones que se presentó por escrito en juegos engrapados de cinco hojas; la primera contenía preguntas sobre el sexo y edad de los participantes, así como las instrucciones para responder, en las que se indicó a los estudiantes que pensarán en una lista de las 100 personas que consideraran las más cercanas en el mundo, en orden del más al menos cercano, independientemente de si estaban dispuestas a prestar apoyo social en situaciones vitales, debido a que la variable dependiente del estudio es la percepción de apoyo social, no el apoyo social real recibido.

Las instrucciones se plantearon de manera semejante al procedimiento de estudios previos sobre el descuento social de bienes económicos (por ejemplo, Rachlin y Jones, 2010). Se solicitó a los participantes que asignaran un número entre 0 y 100 para estimar la magnitud del malestar percibido si tuvieran que enfrentar eventos vitales estresantes, donde 0 era “sin malestar” y 100, “máximo grado de malestar”. En cada hoja se presentó: uno de cuatro eventos vitales; el cambio en los hábitos de sueño; el cambio de residencia; el cambio de responsabilidades en la escuela, y el encarcelamiento. Se les pidió a los participantes que

calificaran su malestar al enfrentar cada evento, así estuvieran solos o contaran con el apoyo social por parte de la persona #2, #10, #20, #50 y #100 de su lista. Se eligieron esos números de sujetos porque estudios previos arrojaron resultados claros respecto del efecto de la distancia social (por ejemplo, Rachlin y Jones, 2010); mientras que los eventos vitales se eligieron de una lista de 43 eventos, según los cuales, se ha reportado que causan algún grado de malestar psicológico con una magnitud baja (cambio en los hábitos de sueño), dos de magnitud intermedia (cambio de residencia y cambio de responsabilidades en la escuela) y uno de magnitud alta (encarcelamiento) (González-García y Acuña, 2010; Holmes y Rahe, 1967).

PROCEDIMIENTO

Se solicitó la participación voluntaria de los estudiantes durante los últimos 20 minutos de clase y se aplicó el instrumento de manera grupal a quienes decidieron participar luego de escuchar una breve descripción de la tarea que realizarían. No se estableció ningún tipo de beneficio ni perjuicio como consecuencia de su participación o no participación. La presentación de los eventos vitales contenidos en el instrumento se organizó de manera aleatoria para cada participante.

RESULTADOS

A fin de evaluar por medio de todos los participantes si la magnitud del malestar percibido al enfrentar un evento vital estresante variaba en función de la distancia social entre ellos y los posibles prestadores de apoyo social, se realizó una normalización de los valores asignados por los participantes a cada situación, en la que recibían el apoyo de la persona #N de su lista, dividiendo cada valor entre la cantidad asignada a la situación cuando no recibían apoyo social. En la figura 1, se muestra la \bar{X} (y su correspondiente error estándar) de la magnitud del malestar percibido en

función de la distancia social entre los participantes y sus prestadores de apoyo. La línea continua en cada panel se refiere a la curva de mejor ajuste conforme al modelo hiperbólico de descuento social propuesto por Rachlin (2006, Ecuación 8):

$$V = \frac{1}{1 + kN^s}$$

Donde V es el valor subjetivo de la consecuencia de la conducta, N es la distancia social, k y s son parámetros en la función que representan la tasa de descuento y la sensibilidad de los participantes a la distancia social.

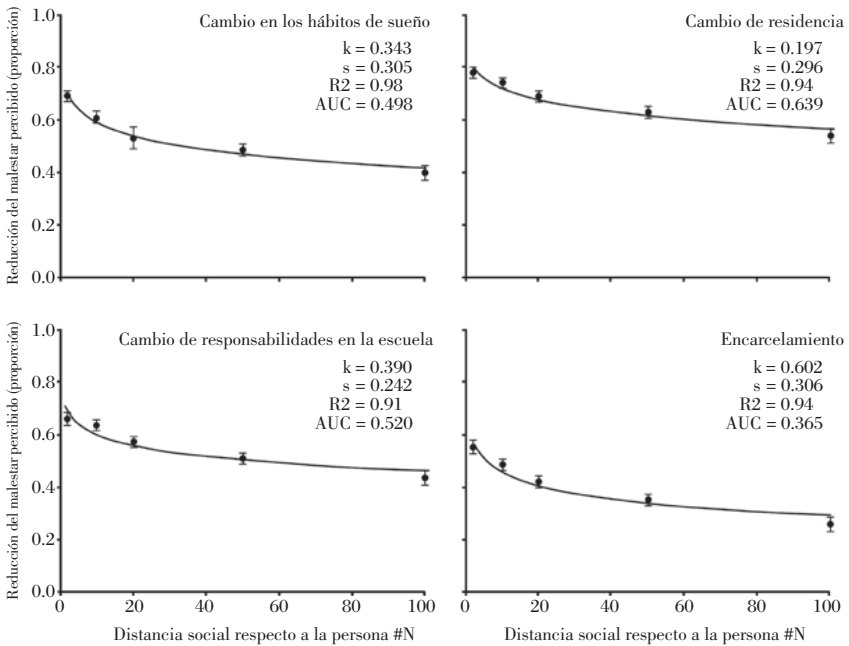


Figura 1. Descuento del efecto del apoyo social representado como el nivel promedio de la reducción en el grado de malestar percibido al enfrentar eventos vitales estresantes, en función de la distancia social entre la persona que enfrenta el evento y los prestadores de apoyo social. Las barras verticales representan el error estándar de la media. Línea continua de cada panel representa la curva de mejor ajuste de acuerdo con la Ecuación 1.

Las tasas de descuento (k) y la sensibilidad (s) se estimaron a partir del método de los mínimos cuadrados, utilizando el complemento Solver, de Excel®. Los valores obtenidos para la bondad de ajuste (R^2) en cada evento vital muestran que el modelo hiperbólico explicó una proporción sustancial de la varianza de los datos. No hubo diferencias estadísticamente significativas entre mujeres y hombres en el presente estudio, por lo que los resultados se describen de manera global para toda la muestra de participantes. Los valores del parámetro k , a través de los diferentes eventos vitales, sugieren que el descuento del efecto del apoyo social fue más pronunciado para el caso del encarcelamiento que para los otros eventos vitales, mientras que la tasa de descuento para el cambio de residencia fue la menor. La tasa de descuento para el cambio en los hábitos de sueño y cambio en las responsabilidades de la escuela fue similar entre ellos. La sensibilidad a la distancia social resultó muy similar a través de los eventos vitales. Para realizar una evaluación cuantitativa de las diferencias entre las tasas de descuento del apoyo social al enfrentar los diferentes eventos vitales, se calculó el Área bajo la Curva (AUC , *cfr.* Myerson, Green y Warusawitharana, 2001) para cada una de las situaciones. Un análisis de varianza de medidas repetidas confirmó que, para el encarcelamiento, los participantes descontaron en mayor magnitud el efecto benéfico del apoyo social para los eventos vitales: cambio en los hábitos de sueño ($F(1, 155) = 43.093, p < 0.05$), cambio de responsabilidades en la escuela ($F(1, 155) = 62.119, p < 0.05$) y cambio de residencia ($F(1, 155) = 147.109, p < 0.05$). Entre el cambio en los hábitos de sueño y el cambio de responsabilidades en la escuela no hubo diferencia estadísticamente significativa ($F(1, 155) = 1.131, p > 0.05$). El cambio de residencia fue el evento vital en el que los participantes descontaron en menor magnitud el efecto del apoyo social, en comparación con el cambio en los hábitos de sueño ($F(1, 155) = 37.567, p < 0.05$) y con el cambio de responsabilidades en la escuela ($F(1, 155) = 49.082, p < 0.05$).

Discusión

En el estudio se encontró que la magnitud de malestar percibido al hacer frente a eventos vitales disminuye en función de la distancia social entre el individuo y la persona prestadora de apoyo social que ocupa el lugar #N de la lista hipotética de las 100 personas más cercanas. Además, se comprobó que el modelo hiperbólico de descuento social describió de manera importante la relación entre la disminución del efecto del apoyo social y la distancia entre los participantes y sus fuentes de apoyo.

Hasta ahora, sólo existe un estudio en el que se explora el efecto de la distancia social sobre el descuento de las interacciones sociales (Charlton *et al.*, 2012). No obstante, en él se evaluó el descuento de las interacciones sociales manipulando la proximidad temporal de las interacciones sociales con la persona #N más cercana a los participantes (#2, #4, #7 o #10), mientras que la distancia social fue operacionalizada como un parámetro para obtener una familia de funciones. Si bien estos datos son valiosos y consistentes con los obtenidos en otros estudios sobre el descuento temporal de las interacciones sociales (*cfr.* Lawyer; Williams; Prihodova; Rollins, y Lester, 2010), la presente investigación amplió el conocimiento acerca del descuento de variables sociales, evidenciando que las interacciones sociales en el contexto de afrontamiento de eventos vitales estresantes son descontadas en función de la distancia social, entre la persona que está afrontando el evento vital y las personas cercanas a él, de la misma manera en la que se descuenta el valor de factores económicos. Es decir que, para los eventos vitales estresantes, el efecto benéfico del apoyo social percibido disminuye de forma no lineal conforme aumenta el número de personas que se percibe brindarían apoyo social en caso de experimentar eventos vitales estresantes; por ejemplo, cuando se experimenta un evento vital, es muy significativo contar con el apoyo de una persona. Si se agrega otra persona a la red de apoyo, el efecto aumenta al doble; pero si en una red social de 100 personas se agrega una, el efecto de esa persona es mínimo.

En el contexto de la literatura de apoyo social, los resultados que se presentan guardan coherencia con otros informes que indican que los efectos nocivos del estrés al enfrentar eventos vitales se atenúan si la persona que está enfrentando esos acontecimientos recibe apoyo social (por ejemplo, Miyazaki *et al.*, 2003). Un aporte del estudio que se presenta es la confirmación de que el efecto beneficioso del apoyo social no es de todo o nada; sino un fenómeno en función de la distancia social entre la persona que enfrenta la situación estresante y los prestadores de apoyo social. Es importante destacar que la tasa de descuento del efecto de apoyo social varió de manera correspondiente con la magnitud de la gravedad con la que suelen identificarse los eventos vitales presentados. Específicamente, las tasas de descuento del apoyo social fueron más altas para los eventos vitales de mayor gravedad. Este hallazgo es consistente con el efecto reportado por Charlton *et al.* (2012), acerca de que los productos con elevado valor social se descuentan más rápidamente que los de menor valor. Con base en este efecto de magnitud es posible sugerir que, al tratarse de eventos vitales que podrían ser altamente estresantes, una vez que la persona cuenta con el apoyo social de la persona más cercana a él (la #1 de su lista hipotética), la importancia del apoyo social de las demás personas es mínima. En el caso de los eventos vitales que controlan un malestar percibido de baja magnitud, el efecto del apoyo social se descuenta de manera menos acelerada, quizá porque, dada una menor relevancia de dichos eventos en la vida de las personas, el efecto del apoyo de las otras personas es suficiente para mitigar el malestar percibido a pesar del aumento de la distancia social entre ellas.

Referencias

- Charlton, S. R.; Gossett, B. D., y Charlton, V. A. (2012). Effect of delay and social distance on the perceived value of social interaction. *Behavioral Processes*, *89*, 23-26.
- Cobb, S. (1976). Social support as a moderator of life stress. *Psychosomatic Medicine*, *30*, 300-314.

- Dalgaard, O. S.; Dowrich, C.; Lehtinen, V.; Vázquez-Barquero, J. L.; Casey, P.; Wilkinson, G.; Ayuso-Mateos, J. L.; Page, H. y Dunn, G. (2006). Negative life events, social support and gender differences in depression: A multinational community survey with data from the ODIN study. *Social Psychiatry and Psychiatric Epidemiology*, *41*, 444-451.
- González-García, D. A. y Acuña, L. (2010). The discomfort produced by stressful life-events is a power function of the number of perceived helpers. *Interamerican Journal of Psychology*, *44*, 74-85.
- Green, L. y Myerson, J. (2004). A discounting framework for choice with delayed and probabilistic rewards. *Psychological Bulletin*, *130*, 769-792.
- Holmes, T. H. y Rahe, R. (1967). The social readjustment rating scale. *Journal of Psychosomatic Research*, *11*, 213-218.
- Jones, B. y Rachlin, H. (2006). Social discounting. *Psychological Science*, *17*, 283-286.
- (2009). Delay, probability and social discounting in a public goods game. *Journal of the Experimental Analysis of Behavior*, *91*, 61-73.
- Lawyer, S. R.; Williams, S. A.; Prihodova, T.; Rollins, J. D. y Lester, A. C. (2010). Probability and delay discounting of hypothetical sexual outcomes. *Behavioral Processes*, *84*, 687-692.
- Mazur, J. (1987). An adjusting procedure for studying delayed reinforcement. En: M. Commons, J. Mazur, J. A. Nevin, y H. Rachlin (eds.). *Quantitative Analysis of Behavior: The Effect of Delay and of Intervening Events on Reinforcement Value*, 5 (pp. 55-73). Hillsdale, NJ: Lawrence Erlbaum Associates.
- Miyazaki, T.; Ishikawa, T.; Iimori, H.; Miki, A.; Wenner, M.; Fukunishi, I., y Kawamura, N. (2003). Relationship between perceived social support and immune function. *Stress and Health*, *19*, 3-7.
- Myerson, J.; Green, L., y Warusawitharana, M. (2001). Area under the curve as a measure of discounting. *Journal of the Experimental Analysis of Behavior*, *76*, 235-243.
- Prezza, M. y Pacilli, M. G. (2002). Perceived social support from significant others, family and friends and several socio-demographic characteristics. *Journal of Community y Applied Social Psychology*, *12*, 422-429.
- Rachlin, H. (2006). Notes on discounting. *Journal of the Experimental Analysis of Behavior*, *85*, 425-435.
- Rachlin, H. y Jones, B. A. (2008a). Altruism among relatives and non-relatives. *Behavioral Processes*, *79*, 120-123.

- (2008b). Social discounting and delay discounting. *Journal of Behavioral Decision Making*, *21*, 29–43.
- (2010). The extended self. En: G. J. Madden y W. K. Bickel (eds.), *Impulsivity: The Behavioral and Neurological Science of Discounting* (pp. 411-431). Washington, DC: American Psychological Association.
- Rachlin, H.; Raineri, A., y Cross, D. (1991). Subjective probability and delay. *Journal of the Experimental Analysis of Behavior*, *55*, 233-244.
- Sarason, I. G.; Levine, H. M.; Basham, R. B., y Sarason, B. R. (1983). Assessing social support: The social support questionnaire. *Journal of Personality and Social Psychology*, *44*, 127-139.
- Seong, N. S. (2003). The relationship of participation in leisure activity to social support, self-esteem, and stress among the elderly senior center in Seoul, South Korea. *Dissertation Abstracts International: Section A: Humanities and Social Sciences*, *63* (11-A).
- Thoits, P. A. (1995). Stress, coping and social support processes: Where are we? What next? *Journal of Health and Social Behavior*, *35*, 53-79.