

El efecto mediador del contexto espiritual en la relación entre el estrés crónico percibido y la memoria a corto plazo: un estudio con muestra colombiana

Claudia Johana Vergara-Villadiego¹

María José García-Rubio²

Artículo original



Fecha de recepción: 22 de octubre de 2019 • Fecha de aceptación: 19 de noviembre de 2019

Vergara-Villadiego C.J., García-Rubio M. J. El efecto del contexto espiritual en la relación entre el estrés crónico percibido y la memoria a corto plazo: un estudio con muestra colombiana. Revista ACGG. 2019; 33 (1):15-30.

Resumen

El contexto espiritual ha sido poco abordado desde la investigación humanística a pesar de que gran parte de la población colombiana participa del mismo. En este ámbito, existe el rol del líder pastor para referirse a aquella persona que acoge responsabilidades y compromisos con la iglesia. A priori, se ha demostrado que este rol de líder pastoral se asocia con altos niveles de estrés percibido. También se ha observado que este estado de estrés mantenido en el tiempo podría relacionarse de forma negativa con ciertas aptitudes cognitivas, especialmente, con la memoria. Sin embargo, aún no se ha analizado la relación entre el estrés y la memoria en esta muestra adherida a un contexto específico: el espiritual. Por ello, surgió el presente estudio. La muestra estuvo conformada por 29 pastores con edades comprendidas entre 56 a 80 años (Media: 65,69; DT: 6,04). Los análisis cualitativos mostraron que los niveles de estrés percibido y memoria a corto plazo fueron independientes a la edad, el género y la escolaridad. Por otro lado, las correlaciones establecidas entre las dos variables de estudio (estrés y memoria a corto plazo) no alcanzaron la significación estadística. Una posible explicación para estos resultados recae sobre el papel modulador de las características del contexto espiritual en la relación entre el estrés percibido y la memoria a corto plazo en esta muestra concreta.

Palabras clave: estrés, estrés crónico, memoria a corto plazo, adultos mayores.

¹ Neuropsicóloga Clínica. NUMA LABS SAS. Bogotá, Colombia. E-mail: claudiajohana7@yahoo.es.

² Miembro del Grupo de Investigación Psicología y Calidad de Vida. Universidad Internacional de Valencia. Valencia, España. E-mail: mariajose.garcia@campusviu.es. España.

Correspondencia/Correspondence: Claudia Vergara Villadiego. E-mail: claudiajohana7@yahoo.es

Abstract

The spiritual context has been little approached from humanistic research despite the fact that a large part of the Colombian population participates in it. In this area, there is the role of the pastor leader to refer to that person who accepts responsibilities and commitments to the church. A priori, this role of pastoral leader has been shown to be associated with high levels of perceived stress. It has also been observed that this maintained state of stress over time could be negatively related to certain cognitive abilities, especially memory. However, the relationship between stress and memory has not yet been analyzed in this sample attached to a specific context: the spiritual. Therefore, the present study emerged. The sample consisted of 29 pastors aged between 56 to 80 years (Average: 65.69; DT: 6.04). Qualitative analyzes showed that levels of perceived stress and short-term memory were independent of age, gender, and education. On the other hand, the correlations established between the two study variables (stress and short-term memory) did not reach statistical significance. A possible explanation for these results lies in the modulating role of the characteristics of the spiritual context in the relationship between perceived stress and short-term memory in this specific sample.

Keywords: stress, chronic stress, short term memory, older adults.

Introducción

El contexto espiritual ha recibido poco interés desde la investigación humanística. En el caso colombiano, el 94,1% de la población participa en este contexto y el 11,5% de la población nacional son feligreses cristianos protestantes evangélicos, que están bajo la autoridad de los pastores, responsables de dirigir y cuidar de los creyentes (Beltrán, 2011 y Ministerio de Asuntos Exteriores, 2017).

Los pastores son líderes espirituales y, a su vez, trabajadores que deben cumplir con funciones específicas tales como liderar y guiar a sus feligreses, visitar a sus seguidores y a los nuevos miembros, viajar para asistir a diversas convenciones y conferencias dictadas por los líderes pastorales a nivel nacional e internacional, entre otras (Holguín, 2017). Estas responsabilidades se mantienen en el tiempo y se suman a los quehaceres ordinarios de su vida personal y profesional (Díaz, González y Medellín, 2015).

En el estudio cualitativo realizado por el Instituto Fuller y Pastoral Care en 2015 sobre la población de pastores en EE. UU. se encontraron datos interesantes. Concretamente, el 90% de los pastores trabajaba entre 55 y 75 horas por semana, el 80% creía que el contexto espiritual había afectado negativamente a sus familias, y el 75% reportó significativas crisis de pánico al menos una vez en el contexto espiritual (Pastoral Care Counsel, 2015). En otro estudio realizado por London y Wiseman (2005) se encontró que esta población presentaba con alta frecuencia sintomatología relacionada con alteraciones emocionales (depresión y ansiedad) en comparación con la población general (London y Wiseman, 2005). De igual manera, en el estudio de Hol-

guín (2017) se observó niveles altos de estrés en líderes pastores relacionados con el ámbito eclesiástico (Holguín, 2017). Por tanto, se trata de una población sometida a elevados niveles de estrés de forma prolongada, aunque se desconoce hasta el momento qué cantidad de estrés y su relación con las aptitudes cognitivas.

En línea con estos resultados, cabe mencionar que el estrés es una respuesta del organismo ante la amenaza real o imaginaria hacia su persona o integridad (Marín et al., 2011). Este estado de alerta se ve modulado por diversos factores; uno de los más importantes es la duración del estresor, que define al estrés como crónico o agudo (Rohleder, 2019). El estrés crónico es una respuesta de estrés prolongada asociada con alteraciones importantes y negativas en el organismo (Escobar y Gómez, 2006; Lupien et al., 2002).

Entre las consecuencias más sobresalientes de este tipo de estrés destacan la hiperactividad y la disminución en la capacidad de neurogénesis en el giro dentado (Ghosh et al., 2013; Malter et al., 2013; McEwen, 2012; Tottenham et al., 2010, citados por Zárate, Cárdenas, Acevedo, Sarmiento y León, 2014) que, a su vez, se trata de una estructura subcortical imprescindible para los procesos de codificación y consolidación de la memoria (Nieto-Escamez y Moreno-Montoya, 2011). Por tanto, parece que el estrés mantenido en el tiempo afecta negativamente a la memoria (Abush y Akirav, 2013; Chen et al., 2010; Daneri, 2012; Escobar y Gómez, 2006; Kleen, Sitomer, Killen y Conrad, 2006; Rodríguez, García y Franco, 2013). Algunos autores han propuesto que la memoria más sensible y frágil a los efectos del estrés es la memoria a corto plazo, ya que presenta unas etapas mnemónicas me-

nos sólidas y es más probable que el estrés altere la codificación, consolidación y recuperación de la memoria (Radahmadi, Alaei, Sharifi y Hosseini, 2013; Shields, Ramey, Slavich y Yonelinas, 2019; Sorg y Whitney, 1992). Sin embargo, la mayoría de estudios se han centrado en valorar la relación entre el estrés percibido y este tipo de memoria en el contexto clínico (Eckerström et al., 2016; Wolf, Atsak, De Quervain, Roozendaal y Wingenfeld, 2016) o familiar (Boss, Bryant y Mancini, 2016), y no en el espiritual.

Teniendo en cuenta lo citado anteriormente, y la escasez de estudios dedicados a describir la relación entre el estrés y la memoria a corto plazo en esta muestra concreta surge el presente estudio. El objetivo principal de este trabajo es doble. Por un lado, se pretende comparar el nivel de estrés experimentado por la comunidad pastoral adulta con los niveles de estrés de la población general en las escalas pertinentes. Además, se busca explorar la relación entre el estrés crónico percibido por los pastores y la memoria a corto plazo que presenta esta muestra concreta. Con base en nuestras hipótesis, se espera que el grupo de los líderes pastores presenten elevados niveles de estrés comparándolos con el grupo de población general. Asimismo, se espera una correlación negativa entre el estrés y la memoria a corto plazo (en las dos subescalas medidas), de manera que, a mayores niveles de estrés percibidos, peores puntuaciones en las pruebas de memoria.

Método

Participantes

La muestra estuvo conformada por 29 pastores de la entidad cristiana denominada Igle-

sia Pentecostal Unida de Colombia (IPUC), con edades comprendidas entre 56 a 80 años (Media: 65,69; DT: 6,04). Esta muestra fue seleccionada siguiendo un muestreo no aleatorio e intencional.

Las características de los participantes cumplieron los criterios de inclusión de este estudio, que se definieron como: (I) poseer el rol de líder pastor por al menos 6 meses; (II) no estar diagnosticado con trastornos psicoafectivos; (III) no tener una impresión diagnóstica de Alzheimer o cualquier otro tipo de demencia; (IV) tener las destrezas cognitivas y sensoriales para comprender y ejecutar las diferentes tareas de medición. Con base en estos criterios, se excluyeron cuatro participantes: dos de ellos presentaban un deterioro cognitivo leve, uno presentaba un cuadro clínico médico terminal y otro participante presentaba un trastorno afectivo en proceso de intervención psiquiátrica.

Durante el reclutamiento, los participantes fueron informados sobre la dinámica y los objetivos de la investigación. Posteriormente, se convocó a la muestra de estudio para la fase experimental. Todos ellos firmaron un consentimiento informado de manera voluntaria.

Procedimiento

Se trata de un estudio correlacional de corte transversal, en el que se valoran las variables dependientes y la relación entre ellas en la población diana: líderes pastores colombianos que participan del contexto espiritual. Estas variables dependientes son: nivel de estrés percibido y memoria a corto plazo, visual y verbal. La medición se realiza con diferentes instrumentos que se detallan a continuación (véase el apartado *materiales*). Teniendo en

cuenta la transversalidad del análisis, las relaciones encontradas se interpretan en términos de correlaciones y asociaciones, sin poder evaluar causalidad.

Para el desarrollo de la investigación, se contó con la aprobación de los directivos de la IPUC sede Bogotá, D.C., con quienes se acordó un cronograma para el desarrollo de la etapa valorativa. Este estudio se compuso de tres sesiones. En la primera sesión, el objetivo fue sensibilizar a la comunidad pastoral sobre los niveles de estrés presentes en sus labores diarias y sobre cómo este esta-

do de estrés puede afectar a su memoria. La segunda sesión fue de cribado y se administraron dos instrumentos para la inclusión de los participantes en el estudio: el test breve de trastornos cognitivos “Mini-Mental State Examination” (MMSE) y el cuestionario sociodemográfico sobre datos médicos antecedentes. En la última sesión se recogieron las variables de estudio: estrés crónico y memoria a corto plazo (visual y verbal). Para ello, se aplicaron las pruebas pertinentes (véase apartado de *materiales*) con el fin de valorar las variables de estudio que se describen en la Tabla 1.

Tabla 1. Variables del estudio e instrumentos de medida

Variable estudiada	Instrumento empleado
Estrés percibido	Perceived stress scale (PSS)
Distrés emocional percibido	Inventario de distrés emocional percibido (IDEP)
Acontecimientos vitales estresantes	Escala de acontecimientos vitales estresantes (AVE)
Memoria a corto plazo verbal	Subtest de dígitos de la escala de inteligencia wechsler para adultos (WAIS-IV)
Memoria a corto plazo visual	Figura compleja de Rey-Osterrieth

Materiales

A continuación, se describen las pruebas de medida empleadas.

1. Cuestionario de datos sociodemográficos. Este instrumento fue diseñado por la investigadora con el propósito de obtener datos generales de los participantes. Este tipo de cuestionario se ha implementado exitosamente por autores de

otras investigaciones con la misma población objetivo (Hernández, Ehrenzweig y Navarro, 2009; Llanes, López, Vázquez y Hernández, 2015; Pilger, Menon y De Freitas, 2011).

2. Mini-Mental State Examination (MMSE) de Folstein, Folstein y McHugh (1975) en su versión española. Se trata de un test breve de cribado de trastornos cognitivos en población adulta mayor. Este

- instrumento mide diversas áreas (orientación en el espacio, en el tiempo, codificación, atención y concentración, recuerdo, lenguaje y construcción visual). Este instrumento cuenta con una consistencia interna que oscila entre 0,82 y 0,84; y en términos de validez, se han evidenciado correlaciones significativas del MMSE con otras medidas de inteligencia, memoria y otros dominios del desempeño cognitivo en diversas poblaciones (López y Martí, 2011; Revillas, 2014; Smith, 2014).
3. La Escala de Estrés Percibido (EEP – 14) es una escala de autoinforme que tiene como objetivo medir el nivel de estrés percibido durante el último mes. La versión española está compuesta por 14 ítems con opciones de respuestas tipo Likert de cinco puntos. La prueba demostró una adecuada fiabilidad, con una consistencia interna, $\alpha = 0,81$, y test-retest, $r = 0,73$, y una significativa validez (concurrente), y sensibilidad (Remor, 2006; Arias, Leiton y Chaparro, 2009).
 4. El Inventario de Distrés Emocional Percibido (IDEP) es un instrumento que evalúa la presencia y severidad del distrés emocional como un desorden cognitivo y afectivo. Está compuesto por 15 ítems que miden tres dimensiones distintas del distrés emocional: ansiedad / depresión, desesperanza, y la expresión de la ira (Moscoso, 2014). Este instrumento posee una significativa validez de constructo y una alta consistencia interna ($\alpha=0,92$), mostrando una correcta confiabilidad (Moscoso, 2011; y Moscoso, 2012 citado por López, Aguirre, Paladines, Alvarado, 2018).
 5. Escala de Acontecimientos Vitales Estresantes (AVE) Esta escala es autoadministrada y se le pide al participante que rellene con un círculo el número o números que corresponden al/los acontecimiento/os que haya padecido en el último año. Los resultados de confiabilidad y consistencia interna ($\alpha \geq 0,70$) indican que la escala cuenta con un nivel de fiabilidad y validez adecuadas (Londoño et al., 2019).
 6. Subtest de Dígitos de la Escala de Inteligencia Wechsler para Adultos (WAIS-IV) (Wechsler, 2012). Compuesto por tres tareas: dígitos en orden directos, dígitos en orden inversos, y dígitos en orden creciente. Esta medida permite evaluar la memoria auditiva a corto plazo y la memoria de trabajo (Amador, 2013). Cada uno de las sub-pruebas del WAIS-IV permite la detección de los puntos fuertes o débiles de una persona en los dominios que se pretenden medir. Las diferencias observadas en las distintas pruebas permiten establecer qué puntuaciones están significativamente por encima y/o por debajo de la media poblacional (Wechsler, 2012). La escala tiene una adecuada validez de contenido y de constructo. Asimismo, los coeficientes de fiabilidad son de buenos a excelentes (de 0,81 a 0,94).
 7. Figura compleja de Rey-Osterrieth (FCRO) (Rey, 2003). Esta prueba fue desarrollada por Rey en 1941 y estandarizada por Osterrieth en 1944. Su objetivo es medir la memoria visual inmediata (Spraggon, 2015). Consta de dos partes, parte A, ensayo de copia y la parte B, ensayo de memoria inmediata a los 3 minutos. La figura compleja de Rey ha mostrado gran

efectividad para evaluar la memoria visoespacial a corto plazo (Ardila y Ostrosky, 2012; y Chacartegui y León, 2005). La confiabilidad alcanzada es de $\alpha = 0,828$ para la copia y de $\alpha = 0,783$ para la memoria. De este modo, evidencia validez de constructo adecuada (Cortés, Galindo y Salvador, 1996).

Análisis de datos

Para el análisis de los datos, se utilizó el software SPSS versión 25 para Windows, licencia de la Universidad El Bosque Bogotá, Colombia. Se utilizó la prueba de Kolmogorov-Smirnov para determinar si las variables cuantitativas cumplían una distribución normal ($p > 0,05$).

Se encontró que todas las variables describen una distribución no normal, salvo la edad y las escalas de estrés percibido. Teniendo en cuenta que el número muestral es inferior a 40, no se pudo asumir el principio de normalidad para esta población, por ende, todos los análisis se realizaron mediante pruebas no paramétricas. Las variables cuantitativas correspondientes a la edad y a las escalas de estrés percibido se expresaron en media y desviación típica estándar. Las demás varia-

bles demográficas y las variables categóricas se expresaron en frecuencias y porcentajes. Para verificar si existe alguna correlación entre las variables de estudio se utilizó la prueba no paramétrica de Rho de Spearman. Así mismo, se utilizó la prueba no paramétrica para varias muestras no relacionadas H de Kruskal-Wallis, teniendo para ambos análisis una p significativa mayor a 0,05.

Resultados

La Tabla 2 refleja un resumen de los datos sociodemográficos. Se encontró que la mayoría eran hombres (82,8%), con una edad promedio de 65 años. El 100% cumplía con el estado civil de casado en el momento de la encuesta y la mayoría (62,1%) tenía un nivel escolar correspondiente a educación media.

En los resultados relacionados con las escalas de estrés percibido (PSS e IDEP), se encontró que en promedio tenían puntuaciones de 19,86 y 8,55, respectivamente. Así mismo, en las escalas de memoria a corto plazo (verbal y visual) se encontró que la mayoría presentaba un rendimiento en las pruebas comparables con la media de la normalidad en el 58,6% y el 55,2% de los casos, respectivamente (véase Tabla 2).

Tabla 2. Datos descriptivos de la población estudiada

Variables	Descripción
Género	*Masculino: 82,8% (24) I*Femenino: 17,2% (5)
Edad	**65,69 (6,04)

Continuación Tabla 2. Datos descriptivos de la población estudiada

Variables	Descripción
Escolaridad	*Básica: 6,9% (2)
	*Media:62,1% (18)
	*Técnico: 17,2% (5)
	*Profesional: 13,8%(4)
Estado civil	* Casado: 100% (29)
Mini-Mental	* Normal: 100% (29)
AVE	* Bajo: 75,9% (22)
	* Intermedio: 24,1% (7)
PSS	** 19,86 (7,49)
Estrés crónico	** 8,55 (5,55)
	* Media: 58,6% (17)
M. Verbal a corto plazo	* Disminuido: 34,5% (10)
	* Deficiente: 6,9% (2)
	* Media: 55,2% (16)
M. Visual a corto plazo	* Disminuido: 13,8 % (4)
	* Alterado: 31% (9)

Nota: en la columna de variables se relacionan los factores analizados en el proceso de evaluación a la muestra estudiada y en la columna de descripción los indicadores en medias, desviación típica y valores absolutos arrojados por el análisis de los datos de las variables de estudio. **Media (+/- DT). * Porcentaje (valor absoluto).

En los análisis de correlaciones, se encontró que los resultados de las pruebas de estrés percibido y memoria a corto plazo fueron independientes de la edad, el género y la escolaridad. Además, no se encontraron correlaciones (véase Tabla 2) ni asociaciones (véase Tabla 3) estadísticas significativas entre las escalas de estrés percibido y las escalas de memoria a corto plazo utilizadas. A pesar de la ausencia de significación estadística, a nivel cualitativo se muestra que los casos con

puntuaciones más altas en la escala de estrés PSS (caso #13 y #15) presentaron resultados normales en las pruebas de memoria (retención de dígitos y figura compleja de Rey) mientras que los casos donde se presentaron alteraciones en la prueba de memoria verbal (caso #12 y # 28) y en la de memoria visual (casos #2, #3 y #4) presentaron puntuaciones en las escalas de estrés incluso por debajo de la media del grupo (véase Tabla 3 y Tabla 4).

Tabla 3. Nivel de significancia estadística entre las correlaciones

Variables	M. Verbal a corto plazo	M. Visual a corto plazo
PSS	0,70	0,42
IDEP	0,69	0,53

Nota: nivel de significancia (correlaciones) entre las variables de estrés [estrés percibido (PSS) y distrés emocional (IDEP)] y la *memoria (M) verbal a corto plazo* y *memoria Visual a corto plazo*. *Sig $p < 0,05$ Rho de Spearman.

Tabla 4. Nivel de significancia estadística entre las asociaciones

Variables	M. Verbal a corto plazo	M. Visual a corto plazo
PSS	0,57	0,69
IDEP	0,50	0,23

Nota. Nivel de significancia (asociaciones) entre las variables de estrés [estrés percibido (PSS) y distrés emocional (IDEP)] y la *memoria (M) verbal a corto plazo* y *M. Visual a corto plazo*. *Sig $p < 0,05$ H de Kruskal-Wallis.

Discusión

El presente estudio tuvo como objetivo explorar la relación entre el estrés crónico percibido y la memoria a corto plazo en una población específica: pastores líderes eclesiásticos de nacionalidad colombiana. Para ello, se evaluaron los niveles de estrés percibido y el nivel de memoria verbal y visual a corto plazo en un grupo de pastores en edad adulta mayor, pertenecientes a la Iglesia Pentecostal Unida de Colombia. Los resultados más relevantes serán descritos a continuación.

Con respecto a los niveles de estrés, los participantes presentaron niveles bajos de estrés comparados con los niveles promedios de la población colombiana general (Campo-Arias, Bustos-Leiton, y Romero-Chaparro, 2009; Moscoso, 2011). En concreto, reportaron puntuaciones medias de 19,86 y 8,55 en las escalas PSS e IDEP, respectivamente. Estos hallazgos están en discrepancia con lo encontrado previamente por otros autores. Según algunos estudiosos, los líderes pastores están expuestos a elevados niveles de estrés, tanto que pueden incluso padecer trastornos patológicos como ansiedad, depresión o *burnout* (Cuevas, 2017; Hogan y Hogan, 1992; Jane-L y Anderson, 2005). También, London y Wiseman (2005) indican que el estrés es considerado una pieza fundamental del oficio pastoral. En concreto, en este estudio cualitativo se observó que el 45% de los pastores han presentado depresión y síntomas de agotamiento que han causado ausencia temporal de su trabajo eclesiástico (London y Wiseman, 2005).

En esta misma línea, en la investigación realizada por Holguín (2017) que tuvo como pro-

pósito identificar los niveles de estrés laboral en que se hallaban los pastores evangélicos de Igleico, para determinar las condiciones físicas y mentales en que estos laboran en sus respectivas congregaciones, se encontró que los pastores presentan niveles promedios (50%) de percepción de estrés laboral, con alta probabilidad de presencia de niveles altos de estrés relacionados con el ámbito eclesiástico (Holguín, 2017).

Sin embargo, los datos del presente trabajo no indican lo comentado hasta el momento, sino que se ha encontrado que esta población sostiene niveles de estrés incluso por debajo de los niveles asociados con la población general en este rango de edad. Tras una profunda reflexión sobre esta falta de concordancia, parece que ésta podría estar subordinada a dos cuestiones. Por un lado, al tipo de estrés medido, es decir, aquí se ha valorado el estrés general de los líderes pastores mientras que en los estudios anteriores se tuvo en cuenta el estrés laboral. Y por otro lado, podría existir un sesgo en la valoración del estrés percibido debido a las características de la muestra.

Algunos estudios previos concluyeron que la percepción de estrés en la comunidad religiosa es diferente a la de la población en general debido a que la primera se basa en sus creencias y su fe. Por tanto, es probable que mantengan una evaluación de los eventos estresantes diferente a la de la población general (González, 2004; Pargament, 1997; Quiceno y Vinaccia, 2009). De acuerdo con estas investigaciones, los resultados aquí presentes indican que las creencias religiosas podrían ser un factor modulador de la percepción subjetiva del estrés en este tipo de muestra.

Con respecto a la relación entre el estrés crónico percibido y la memoria a corto plazo, se encontró una ausencia de relación significativa entre ambos constructos. En consecuencia, no se afirma la hipótesis propuesta. Estudios previos con otro tipo de muestra encontraron que la liberación de cortisol a causa del estrés crónico emocional altera las funciones cognitivas, lo cual se manifiesta con una disminución de las habilidades en pruebas de memoria verbal inmediata (Escobar y Gómez, 2006). Esto se debe a que los niveles elevados de cortisol causan una atrofia del hipocampo, generando alteraciones de la memoria y de ciertos procesos de aprendizaje (Moscoso, 2014).

No obstante, en nuestra población de estudio no fue posible establecer ninguna correlación significativa. Estos resultados son consonantes con las premisas del modelo teórico propuesto por Pargament (1997) sobre afrontamiento religioso (coping religioso). En este modelo se concluye que las creencias y los comportamientos religiosos de este tipo de muestra sirven como herramienta de afrontamiento para amortiguar el impacto negativo de sucesos estresantes. Según Espinosa, Contreras y Esguerra (2008) un aspecto de interés sobre los estilos de afrontamiento se centra en la inclusión de la espiritualidad como destreza para hacer frente a los factores estresantes, lo que indica que una alta magnitud de autotrascendencia favorece a la regulación del estrés, ya sea por la reinterpretación o revaloración de las situaciones estresantes como algo favorable, que fortalece el carácter, o encamina a las personas en la búsqueda de apoyo social (51).

En este orden de ideas, la religión se considera como un elemento influyente en la valoración

de las situaciones de estrés, por medio del cual, las personas generan una posible revaloración subjetiva de los eventos estresantes, permitiéndoles amortiguar los efectos negativos del estrés (Espinosa, Contreras y Esguerra, 2008). En relación con los resultados del presente estudio, parece que el entorno espiritual juega un papel importante en la percepción del estrés y, por tanto, en su efecto sobre la memoria.

Por consiguiente, la religión y la regulación del estrés convergen en un punto interesante que se debería estudiar en futuras investigaciones con este tipo de muestra. Específicamente, sería interesante evaluar detalladamente el nivel de fe y de creencias religiosas de este tipo de muestra y analizar si actúan conjuntamente como variables intervinientes entre la memoria a corto plazo y el estrés crónico. A pesar de la novedad adherida a esta temática, esta investigación no está a salvo de sesgos que serán descritos a continuación. Por un lado, no se pudo valorar de forma extensa el estado clínico premórbido o comórbido de los participantes, por lo que se ha de tener en cuenta que alguno de ellos podría padecer alteraciones emocionales en conjunción con su estado de estrés. Asimismo, se trata de una investigación exploratoria en la que sólo existe un grupo experimental. En el futuro se deberían valorar el estrés crónico y la memoria a corto plazo en dos o más grupos con características similares y diferenciadas solamente por las creencias religiosas. Por otro lado, la muestra es pequeña debido a que parte de un primer estudio piloto y, por tanto, no se pueden extrapolar los hallazgos aquí encontrados. Y por último, se ha de hacer hincapié en el carácter correlacional del estudio rechazando así relaciones causales.

Conclusiones

En este estudio, se encontró que el estrés percibido y la memoria a corto plazo son factores independientes a la edad, el género o el nivel de escolaridad en un grupo de líderes pastores de tercera edad pertenecientes a Colombia. Asimismo, se determinó que los adultos pastores eclesiásticos no presentaban elevados niveles de estrés percibido en comparación con la población general, y que estos no correlacionan significativamente

con los procesos de memoria a corto plazo. Estos resultados podrían deberse al papel amortiguador de las creencias y la fe de los líderes pastores que podrían modular el estrés percibido por ellos mismos y, por consiguiente, el efecto de este sobre la memoria a corto plazo. Tomados en conjunto, los datos del presente estudio aportan nueva información sobre los niveles de estrés percibido, los procesos de memoria a corto plazo y la relación entre estos constructos para esta muestra específica.

Referencias

- Abush, H. y Akirav, I. (2013). Cannabinoids ameliorate impairments induced by chronic stress to synaptic plasticity and short-term memory. *Neuropsychopharmacology*, 38 (8), 1521.
- Amador, J. (2013). Escala de inteligencia de Wechsler para adultos-IV (WAIS-IV). Facultad de Psicología. Universidad de Barcelona.
- Ardila, A. y Ostrosky, F. (2012). Guía para el Diagnóstico Neuropsicológico. Tomado de: http://ineuro.cucba.udg.mx/libros/bv_guia_para_el_diagnostico_neuropsicologico.pdf.
- Arias, A., Leiton, G. y Chaparro, A. (2009). Consistencia interna y dimensionalidad de la Escala de Estrés Percibido (EEP-10 y EEP-14) en una muestra de universitarias de Bogotá, Colombia. *Aquichan*, 9(3), 271-280.
- Beltrán, W. (2012). Descripción cuantitativa de la pluralización religiosa en Colombia. *Universitas Humanistica*, 73, 201-237.
- Boss, P., Bryant, C. M. y Mancini, J. A. (2016). *Family stress management: A contextual approach*. Sage Publications.
- Campo-Arias, A., Bustos-Leiton, G. J., y Romero-Chaparro, A. (2009). Consistencia interna y dimensionalidad de la Escala de Estrés Percibido (EEP-10 y EEP-14) en una muestra de universitarias de Bogotá, Colombia. *Aquichan*, 9(3), 112-118.
- Chacartegui, F. y León, J. (2005). Desorganización perceptiva, déficit constructivo y memoria visual en sujetos con delitos violentos. *Revista Española de Neuropsicología*, 7 (2- 4), 117-134.
- Chen, Y., Rex, C., Rice, C., Dubé, C., Gall, C., Lynch, G. y Baram, T. (2010). Correlated memory defects and hippocampal dendritic spine loss after acute stress involve corticotropin-releasing hormone signaling. *Proceedings of the National Academy of Sciences*, 107 (29), 13123-13128.
- Cortés, J., Galindo, G y Salvador, J. (1996). La figura compleja de Rey: propiedades psicométricas. *Salud Mental*, 19(3), 42-48.
- Cuevas, M. (2017). Calidad de vida, desarrollo personal y profesional de los pastores protestantes. Universidad Complutense de Madrid, Facultad de Psicología. Departamento de Psicología Diferencial y del Trabajo.
- Daneri, F. (2012). Psicobiología del estrés. Universidad de Buenos Aires, Facultad de Psicología.
- Díaz, F., González, R. y Medellín, V. (2015). Cualidades de un líder para la gestión de proyectos. *Ventana informática*, (33), 55 - 77.
- Eckerström, M., Berg, A. I., Nordlund, A., Rolstad, S., Sacuiu, S. y Wallin, A. (2016). High prevalence of stress and low prevalence of Alzheimer disease CSF biomarkers in a clinical sample with subjective cognitive impairment. *Dementia and geriatric cognitive disorders*, 42(1-2), 93-105.
- Escobar, A. y Gómez, B. (2006). Estrés y Memoria. *Revista Mexicana de Neurociencia*, 7(1), 8-14.
- Espinosa, J. Contreras, F. y Esguerra, G. (2008). Afrontamiento al estrés y modelo psicobiológico de la personalidad en estudiantes universitarios. *Diversitas: Perspectivas en psicología*, 5(1), 87-95.
- González, T. (2004). Las creencias religiosas y su relación con el proceso salud-enfermedad. *Revista electrónica de psicología Iztacala*, 7(2), 19-29.
- Hernández, Z., Ehrenzweig, Y. y Navarro, A. (2009). Factores psicológicos, demográficos y sociales asociados al estrés ya la personalidad resistente en adultos mayores. *Pensamiento psicológico*, 5(12), 13-27.
- Hogan, R. y Hogan, J. (1992). *Hogan personality Inventory Manual*. Oklahoma: Tulsa.

- Holguín, C. (2017). Estrés laboral en pastores evangélicos de la iglesia evangélica interamericana de Colombia (Igleico) en la ciudad de Medellín. Universidad de Antioquia, Facultad de Ciencias Sociales y Humanas, Departamento De Psicología.
- Jane-L, I. y Anderson, P. (2005). *Mental health promotion and mental disorder prevention: A policy for Europe*. Nijmegen: Radboud University Nijmegen.
- Kleen, J., Sitomer, M., Killeen, P. y Conrad, C. (2006). Chronic stress impairs spatial memory and motivation for reward without disrupting motor ability and motivation to explore. *Behavioral neuroscience*, 120(4), 842.
- London, H. y Wiseman, N. (2005). Pastores en alto riesgo – *Una ayuda real para los pastores, de otros pastores que ya han pasado por donde ellos están*. Miami: Unilit.
- Londoño, C., Velasco, M., Pardo, C., Escobar, M., Quintero, Y. y Reyes, L. (2019). Condiciones psicométricas de la Escala de Acontecimientos Vitales Estresantes usada en población colombiana. *Actualidades en Psicología*, 32(124), 83-96.
- López J. y Martí, A. (2011). Mini-examen cognoscitivo (MEC). Instituto de Medicina Legal de Cataluña. *Revista Española de Medicina Legal*, 37(3), 122-127.
- López, V., Aguirre, A., Paladines, M. y Alvarado, J. (2018). Validación de una escala que mide situaciones vinculadas con estrés (sve-12) en pacientes ecuatorianos con diabetes mellitus. *Eureka*, 15(2), 253-268.
- Llanes, H., López, Y., Vázquez, J. y Hernández, R. (2015). Factores psicosociales que inciden en la depresión del adulto mayor. *Medimay*, 21(1), 65-74.
- Lupien, S. J., Wilkinson, C. W., Briere, S., Ng Ying Kin, N. M. K., Meaney, M. J. y Nair, N. P. V. (2002). Acute modulation of aged human memory by pharmacological manipulation of glucocorticoids. *The Journal of Clinical Endocrinology & Metabolism*, 87 (8), 3798-3807.
- Marín, M. F., Lord, C., Andrews, J., Juster, R. P., Sindi, S., Arsenault-Lapierre, G. y Lupien, S. J. (2011). Chronic stress, cognitive functioning and mental health. *Neurobiology of learning and memory*, 96 (4), 583-595.
- Ministerio de Asuntos Exteriores y de Cooperación. (2017). Oficina de Información Diplomática. Gobierno de España. Tomado de: http://www.exteriores.gob.es/Documents/FichasPais/COLOMBIA_FICHA%20PAIS.pdf.
- Moscoso, M. (2011). El estrés crónico y la medición psicométrica del distrés emocional percibido en medicina y psicología clínica de la salud. *Lima (Perú)*, 17(1), 67-76.
- Moscoso, M. (2014). El estudio científico del estrés crónico en neurociencias y psicología. University of South Florida.
- Nieto-Escamez, F. A., & Moreno-Montoya, M. (2011). Neurogénesis en el giro dentado del hipocampo: implicaciones para el aprendizaje y la memoria en el cerebro adulto. *Archivos de Neurociencias*, 16(4), 193-19.
- Pargament, K. (1997). *The psychology of religion and coping: Theory, research, practice*. New York, NY, US: Guilford Press.
- Pastoral Care-Counsel. (2015). Why pastors leave the ministry. Tomado de: <https://www.feic.org/wp-content/uploads/2014/10/Why-pastors-leave-the-ministry.pdf>.
- Pilger, C., Menon, M. y De Freitas, T. (2011). Características sociodemográficas y de salud de ancianos: contribuciones para los servicios de salud. Contribuciones para los servicios de salud. *Revista Latino-Americana. Enfermagem*, 19(5), 0-9.
- Quiceno, J. y Vinaccia, S. (2009). La salud en el marco de la psicología de la religión y la espiritualidad. *Revista diversitas - perspectivas en psicología*, 5 (2), 321 - 336.

- Radahmadi, M., Alaei, H., Sharifi, M. R. y Hosseini, N. (2013). The effect of synchronized forced running with chronic stress on short, mid and long-term memory in rats. *Asian journal of sports medicine*, 4(1), 54.
- Remor E. (2006). Psychometric Properties of a European Spanish Version of the Perceived Stress Scale (PSS). *The Spanish Journal of ASDE*, 9(1), 86-93.
- Revillas, F. (2014). Manual de Usuario Mini-examen Cognoscitivo (MEC). Tomado de: <http://www.generalasde.com/mini-examen-cognoscitivo/mini-examencognoscitivo-manual.pdf>.
- Rodríguez, J., García M. y Franco, P. (2013). Neurobiology of acute and chronic stress: Their effect on the hypothalamo-pituitary-adrenal axis and memory. *Universitas Médica*, 54(4), 472 – 494.
- Rohleder, N. (2019). Stress and inflammation—The need to address the gap in the transition between acute and chronic stress effects. *Psychoneuroendocrinology*, 105, 164-171.
- Shields, G. S., Ramey, M. M., Slavich, G. M. y Yonelinas, A. P. (2019). Determining the mechanisms through which recent life stress predicts working memory impairments: precision or capacity? *Stress*, 22(2), 280-285.
- Smith, V. (2014). Compendio de Instrumentos de Medición IIP. Serie de cuadernos Metodológicos del IIP. Universidad de Costa Rica.
- Sorg, B. A. y Whitney, P. (1992). The effect of trait anxiety and situational stress on working memory capacity. *Journal of Research in Personality*, 26(3), 235-241.
- Spraggon, L. (2015). Test de la Figura Compleja De Rey Osterrieth y neuropsiquiatría: análisis cuantitativo y cualitativo de los tipos de errores más frecuentes en poblaciones clínicas. Instituto Universitario y hospital Italiano de Buenos Aires.
- Wechsler, D. (2012). WAIS-IV. *Escala de inteligencia de Wechsler para adultos-IV*. Manual técnico y de interpretación. Madrid: NCS Pearson, Inc. Edición original, 2008.
- Wolf, O. T., Atsak, P., De Quervain, D. J., Roozendaal, B. y Wingenfeld, K. (2016). Stress and memory: a selective review on recent developments in the understanding of stress hormone effects on memory and their clinical relevance. *Journal of neuroendocrinology*, 28(8).
- Zárate, S., Cárdenas, F., Acevedo, C., Sarmiento, M. y León, L. (2014). Efectos del estrés sobre los procesos de plasticidad y neurogénesis: una revisión. *Universitas Psychologica*, 13 (3), 1181 – 1213.

