

## ESCALA DE APRECIACIÓN DEL ESTRÉS - EAE.



| Características.   |  |
|--------------------|--|
| <b>Categoría:</b>  | Test Clínicos para Adultos.  |
| <b>Objetivo:</b>   | Evaluación de la incidencia y la intensidad con que afectan a la vida de cada sujeto las diferentes situaciones estresantes. |
| <b>Aplicación:</b> | Individual y colectiva.  |
| <b>Tiempo:</b>     | Variable, en torno a 20 a 30 minutos en cada escala.   |
| <b>Edad:</b>       | Adultos, de 18 a 85 años.  |
| <b>Material:</b>   | Juego completo: Manual y ejemplar autocorregirle. Cuadernillos de cada forma, Hojas de respuestas.                           |
| <b>Ámbitos:</b>    | Clínico – Investigación – Psicopatología - Laboral.  |

### Contenido

Si bien este término procedente del francés antiguo estrece, en la actualidad 'étroitesse': estrechez, opresión, fue acuñado por el endocrinólogo canadiense Hans Selye -en inglés como 'stress'- en 1936; solo en las últimas décadas el termino adquirió connotación mundial al empezar a usarse para distinguir un estado de tensión mental provocado por las exigencias de una sobreexposición a situaciones que exceden las capacidades habituales, y que puede provocar alteraciones físicas y psicológicas.

En la actualidad, se distingue entre eutrés y distrés, significando para el primero al estrés positivo que resulta de un suceso favorable de la vida y conduce a una respuesta sana; y para el segundo, el estrés negativo como un estado de angustia o sufrimiento en el cual una persona es incapaz de adaptarse completamente a factores amenazantes o de demanda incrementada; también se distingue entre estrés agudo y crónico, y si bien no es una enfermedad, si puede ser entendido como un síntoma presente en casi todas las áreas de funcionamiento humano, y como un factor etiológico de una serie de otros trastornos.

Apoiados en modelos teóricos ofrecidos por Holmes y Rahe (1967) & Lazarus (1966), en donde se considera que el ciclo vital está ligado a una serie de actividades, desempeño de roles, vivencia de sucesos, experiencias y situaciones que de algún modo pueden desencadenar tensión, ansiedad, nerviosismo, y en donde la respuesta al estrés es diferencial, depende de los agentes estresores y también de las reacciones y capacidad de afrontamiento del individuo, Jose Luis Fernández-Seara y Manuela Mielgo Robles, diseñaron un cuestionario que comprendiera cuatro campos y que ofreciera cuatro escalas independientes: el mundo

sociolaboral, en de la conducción, el de la vejez y, otro de todo el ciclo vital; de tal suerte de poder evaluar a partir de las situaciones que potencialmente generan estrés, la incidencia y la intensidad con que afectan en la vida de cada sujeto.

En consecuencia, el objetivo de este instrumento es poder conocer el número de acontecimientos estresantes, apreciar la intensidad con la que cada uno vive o ha vivido esos sucesos y poder saber conocer si esos acontecimientos estresantes han dejado de afectar o todavía siguen afectando. Se analiza la relevancia de los elementos estresantes señalados por el sujeto en toda la escala y su posible jerarquía abarcando distintos aspectos como lo son: los agentes de estrés (acontecimientos estresantes); los procesos involucrados (fisiológicos, afectivos y cognitivos); y sus efectos (sintomatología asociada al estrés).

La batería de pruebas consta de cuatro escalas independientes:

EAE-G: Escala General de Estrés.

EAE-A: Escala de Acontecimientos Estresantes en Anciano.

EAE-S: Escala de estrés socio-laboral.

EAE-C: Escala de estrés en la conducción

**Escala General de Estrés (EAE-G)**, mide incidencia de acontecimientos estresantes a lo largo del ciclo vital de cada sujeto, en sujetos de 18 a 60 años de ambos sexos, a través de 53 elementos en 4 temáticas: Salud, Relaciones humanas, estilo de vida, Asuntos laborales y económicos.

**Escala de Acontecimientos Estresantes en Ancianos (EAE-A)**, evalúa número e intensidad de estrés vivido en la vida afectiva y sentimental, en personas mayores de entre 66 y 85 años, por medio de 53 ítems en 3 áreas: Salud y estado físico y psíquico, Vida psicológica (efectiva, emocional...) y vida social y económica.

**Escala de Estrés Socio-Laboral (EAE-S)**, mide Estrés en el ámbito laboral en trabajadores dependientes entre 20 a 60 años a través de 50 enunciados en 3 ámbitos de contexto: Trabajo en sí mismo, Contexto laboral y Relación del sujeto con el trabajo.

**Escala de Estrés en la Conducción (EAE-C)**, evalúa incidencia de acontecimientos estresantes en el proceso de conducción de automóviles y la tendencia del sujeto a la ansiedad, irritación, tensión, nerviosismo, etc., en conductores de entre 20 a 60 años, a través de 35 enunciados en 3 categorías: Relación con factores extremos (físicos, ambientales, contexto), Relación con uno mismo y Relación con otros conductores.

Las pruebas cuentan con tres categorías de análisis: Presencia (SI) o ausencia (NO) del acontecimiento estresante; Intensidad con que se han vivido o se viven estos sucesos estresantes (0 1 2 3); y Vigencia del acontecimiento estresante; si ha dejado de afectarle (P), o si todavía le afecta (A). Cuenta con baremos en percentiles para población en general.

 ***Volver a Catálogo***  
 ***Volver a Clínica Adulto***

**EDITORIAL BIOPSIQUE**

**<http://www.biopsique.cl>**

**contacto: Grisel Estay. [mailto: biopsique@indepesi.cl](mailto:biopsique@indepesi.cl); [gediaztendero@hotmail.com](mailto:gediaztendero@hotmail.com)**