

## EL BOAR, UN CUESTIONARIO DE INDICADORES SALUTOGÉNICOS PARA POBLACIÓN TRABAJADORA

## BOAR, A QUESTIONNAIRE OF SALUTOGENIC INDICATORS FOR WORKING POPULATION

Arlene Oramas Viera <sup>1</sup>  
Adriana Vergara Barrenechea <sup>2</sup>  
Julia Huerta Carmona <sup>2</sup>  
Sofía Celia Fernández Rodríguez <sup>2</sup>

### RESUMEN

**Antecedentes:** Existen diferentes modelos teóricos, constructos e instrumentos para explorar variables salutogénicas de la personalidad que actúan como recursos protectores del trabajador ante el estrés psicosocial laboral. Las relaciones existentes entre estas variables permiten pensar en la posibilidad de construir un instrumento para su estudio. **Objetivo:** Elaborar un cuestionario de indicadores salutogénicos (BOAR) a partir de cuatro instrumentos que exploran: bienestar psicológico, autoestima, optimismo y personalidad resistente. **Materiales y métodos:** A 127 trabajadores de diferentes cargos se les aplicaron los cuestionarios originales y se realizó un análisis factorial con el método de los ejes principales para los 55 reactivos de los cuestionarios originales. Se seleccionaron aquellos con mayor carga factorial para cada uno de los factores extraídos -valores propios superiores a 1-, y según el contenido de los mismos, se conformó el BOAR con 27 ítems. Se aplicó a 281 trabajadores. **Resultados:** Se constataron asociaciones entre las variables; la autoestima centraliza las relaciones y, en especial, con el reto, componente de la resistencia. En correspondencia, la estructura factorial del BOAR no es evidente. Su consistencia interna es adecuada -Alpha de Cronbach = 0,8473-, lo que revela la homogeneidad del mismo. **Conclusiones y recomendaciones:** El BOAR es un cuestionario que permite explorar, en estudios de pesquise, indicadores salutogénicos en la población trabajadora. Aunque se demuestra su consistencia interna como instrumento, se requiere continuar su validación con un criterio externo y comprobar su estabilidad.

**Palabras clave:** variables salutogénicas, autoestima, optimismo, personalidad resistente

### ABSTRACT

**Background:** There are different theoretical models, concepts and instruments for exploring positive variables of the worker's personality acting as the way of worker's protecting resources in front of psychosocial occupational stress. The existing relations between those variables allow thinking on possibility of building an instrument for their study. **Objective:** Building out a positive indicators questionnaire using four instruments as the raw, exploring: psychological wellbeing, self-esteem, optimism and hardiness. **Material and methods:** The

original questionnaires were applied to 127 workers of different occupations and a factorial analysis using the principal axis method for their 55 items was done. Those showing higher factorial charge for each of the extracted factors like as eigenvalues higher than 1 were selected and taking into account their content a BOAR with 27 items was created. The BOAR was applied to 281 workers. Results: Some associations between variables were identified and the relations were centralized by the self-esteem. In consequence, the factorial structure of the BOAR was not evident. The BOAR homogeneity was shown since its internal consistence with a Cronbach Alpha equal 0.8473. **Conclusions and recommendations:** In populations screening the BOAR is a questionnaire that allows exploring positive variables of the workers. Although the internal consistence of the BOAR as an instrument was confirmed its continuo validation using an external criteria is required as well as checking for its stability.

**Keywords:** salutogenic variables, self-esteem, optimism, hardiness

### INTRODUCCIÓN

En el área de la salud ocupacional hace ya algunas décadas se presta atención a los llamados riesgos psicosociales laborales, los cuales son el resultado de las interacciones entre las condiciones exteriores de trabajo y cómo estas son percibidas por el trabajador, es decir, de la relación que se establece entre el sujeto portador de un conjunto de recursos psicológicos y las demandas que impone la tarea que desempeñan en determinadas condiciones ambientales u organizacionales. Las fuentes de estos factores de riesgos los encontramos, pues, en el individuo y en las condiciones que lo rodean. Tomar al individuo como centro de atención convoca a introducirse en el tema de las variables salutogénicas, específicamente en los estados disposicionales de la personalidad o actitudes que mediatizan la relación del sujeto con el medio, favorecen recursos de resistencia generalizados al estrés y potencializan la salud y el bienestar.

<sup>1</sup> Licenciada en Psicología, Máster en Psicología de la Salud, Investigadora Auxiliar, Profesora Asistente. Departamento de Psicología, Instituto Nacional de Salud de los Trabajadores, La Habana, Cuba

<sup>2</sup> Técnicas auxiliares de investigación. Departamento de Psicología, Instituto Nacional de Salud de los Trabajadores, La Habana, Cuba

### Correspondencia:

MSc Arlene Oramas Viera  
Instituto Nacional de Salud de los Trabajadores,  
Calle de Bejucal km 7 1/2, N° 3035 entre Heredia y 1ª,  
La Esperanza, Arroyo Naranjo, La Habana, Cuba, CP 10900  
e-mail: [arlene.oramas@infomed.sld.cu](mailto:arlene.oramas@infomed.sld.cu)

El desarrollo de este tema se ha caracterizado por una prolijidad de referentes teóricos y variantes instrumentales que hacen su abordaje amplio y aditivo<sup>1</sup>. La puerta de entrada ha sido lo que se ha nombrado en la literatura como *psicología salutogénica*, término acuñado por Aaron Antonovski en la década de los 80, o también conocida como *positiva*, y a lo que muchos investigadores denominan *nuevo paradigma*<sup>2-6</sup>. El optimismo<sup>7-10</sup>, la personalidad resistente<sup>11</sup>, la autoestima<sup>12</sup> y el bienestar psicológico<sup>13</sup>, son constructos que se estudian dentro de esta perspectiva, entre otros.

El optimismo se ha comprobado que constituye un recurso de afrontamiento proveedor de esperanza y de expectativas de superación de las condiciones adversas por diversas causas<sup>14-17</sup>. La personalidad resistente está entre los mejores predictores de la salud física y mental<sup>18,19</sup>. De hecho, los programas de entrenamiento llamados *hardiness training* han mostrado efectividad para el desempeño profesional<sup>20,21</sup>. La autoestima ha sido tradicionalmente relacionada con el afrontamiento de las situaciones estresantes; el término se ha interpretado como equivalente a salud mental<sup>22</sup>. Esto no es casual; se han comprobado vínculos positivos con felicidad y optimismo<sup>23</sup>, con indicadores de salud mental<sup>24</sup>, con optimismo, esperanza y habilidades de afrontamiento<sup>25</sup> y con optimismo solamente<sup>26</sup>. En relación con la actividad laboral, existen asociaciones positivas entre la autoestima y la satisfacción profesional<sup>27</sup>.

Este tema, por su naturaleza, resulta complejo. Sin la intención de simplificarlo, se pretende comprobar si las relaciones existentes entre estos constructos salutogénicos permiten elaborar un instrumento breve, que facilite en estudios epidemiológicos y clínicos, para el pesquijaje individual, su exploración.

## MATERIAL Y MÉTODO

El estudio se realizó en dos etapas; en la primera se exploraron las relaciones entre los constructos salutogénicos, se decidió la construcción del nuevo instrumento y se seleccionaron aquellos reactivos que lo conformarían. Se utilizó el análisis de la consistencia interna para los cuestionarios utilizados –coeficiente alpha de Cronbach-, un análisis de correlaciones -r de Pearson-, un análisis de conglomerados -k-medias- y análisis factorial por el método de extracción de los ejes principales, con rotación varimax normalizada, incluyendo todos los reactivos de los cuatro cuestionarios utilizados. Participantes: De la población trabajadora que acudió al servicio de evaluación de riesgos psicosociales laborales del Instituto Nacional de Salud de los Trabajadores (INSAT) de La Habana en el período comprendido entre enero de 2009 y julio de 2010. Se seleccionaron al azar 10 sujetos semanalmente, y aquellos sujetos que dieron su consentimiento informado, formaron la muestra. Se incluyeron en la primera etapa 127 sujetos, 84 del sexo masculino, de diferentes ocupaciones. El nivel de escolaridad de 81 sujetos fue medio, 34 de nivel superior y 12 no tenían el duodécimo grado. La edad promedio es de 41,6 años, con una desviación de 11,5; el sujeto más joven fue de 19 años y el mayor de 70; la antigüedad en la labor que

desempeñaban en el momento de realizado el estudio fue de un mes a 41 años, con un tiempo promedio de 7,84 años. Instrumentos: Cuestionario de bienestar psicológico (14 ítems). Confiabilidad en 250 trabajadores cubanos: Alpha de Cronbach de 0,80<sup>13</sup>. Cuestionario de optimismo-pesimismo, LOT-R, revisado por B. Moreno del LOT (Life Orientation Tests) (10 ítems), basado en el modelo de optimismo disposicional de Scheier y Carver<sup>7</sup>. Cuestionario de autoestima de Rosemberg. (10 ítems). Cuestionario de personalidad resistente de B. Moreno (21 ítems), versión adaptada al área laboral del Cuestionario de puntos de vista personales.

En la segunda etapa se elaboró el nuevo cuestionario con los reactivos seleccionados, se aplicó a otra población trabajadora y se analizó la consistencia interna del mismo y su estructura factorial, así como algunos datos descriptivos. Se utilizó el análisis de la consistencia interna para el nuevo cuestionario –coeficiente alpha de Cronbach- y análisis factorial con la extracción de las componentes principales con rotación varimax normalizada. Se empleó el SPSS v.11.6 para los análisis en ambas etapas. Participantes: con el procedimiento explicado anteriormente, se incluyeron en esta etapa 281 sujetos de diferentes ocupaciones, 126 masculinos. El nivel de escolaridad de 169 sujetos es medio, 52 de nivel superior y 29 no llegan al duodécimo grado. La edad promedio es de 39,74 años, con una desviación típica de 11,87; el sujeto más joven fue de 17 años y el mayor de 72. La antigüedad en el centro donde labora actualmente oscila entre menos de un año y 43 años, con un valor medio de 9,85 años y una desviación típica de 9,25; la estabilidad en el puesto de trabajo actual tiene un promedio de 7,87 años. Instrumento: BOAR.-bienestar, optimismo, autoestima y resistencia-.

## RESULTADOS Y DISCUSIÓN

Con el análisis de la consistencia interna de cada instrumento empleado se obtuvo que el Cuestionario de bienestar psicológico, conformado por 14 ítems, mostró una consistencia interna adecuada con un coeficiente Alpha de Cronbach de 0,78. Sin embargo, al observar el comportamiento de cada ítem, encontramos que el ítem 13 (*estoy satisfecho con lo que he logrado en mi vida o voy logrando*) tiene una tendencia en sus respuestas a valores mínimos, (valor medio: 1,67; mediana y moda: 1). Coincidentemente, los sujetos expresaron dudas en relación con su comprensión. Se decidió extraer el ítem del análisis y se obtuvo finalmente un coeficiente alpha de Cronbach de 0,84, por lo que se empleó el instrumento de esta forma para los siguientes análisis.

El Cuestionario LOT-R utilizado para la evaluación del optimismo, tiene una consistencia interna satisfactoria. Para los ítems referidos al optimismo (1,4 y 10) fue de 0,63, y para el pesimismo (ítems 3, 7 y 9) mejor: 0,76.

El Cuestionario de autoestima muestra una consistencia interna más baja; aunque es aceptable, no resulta del todo satisfactoria, con un alpha de Cronbach de 0,62. El análisis sobre el comportamiento de los ítems no revela ninguna información de interés al respecto.

El cuestionario que explora la resistencia de la personalidad presenta una consistencia interna muy favorable, con un alpha de Cronbach de 0,86; es el instrumento más consistente de todos los utilizados, y cada escala también resultó consistente: reto, alpha de Cronbach de 0,75; implicación, de 0,72; y control, de 0,66.

El análisis de las relaciones entre estas variables revela que el bienestar psicológico correlaciona significativamente, de forma positiva y elevada, con la autoestima y el optimismo, lo cual se corresponde con lo esperado según la operacionaliza-

ción en que se basa. Sin embargo, no aparece relación entre el bienestar psicológico y la resistencia. La autoestima correlaciona de forma positiva y significativa, aunque más baja, con la resistencia y el optimismo. Con respecto a la resistencia, la autoestima es la variable con la que tiene más relación, pero no correlaciona con el optimismo (tabla 1).

El componente *reto*, conjuntamente con la *implicación*, tiene correlaciones directas, significativas y elevadas con la autoestima (tabla 2).

**Tabla 1**  
Correlaciones entre las variables salutogénicas exploradas

Variables	Bienestar psicológico	Autoestima	Resistencia	Optimismo
Bienestar psicológico	1,00			
Autoestima	0,39*	1,00		
Resistencia	-0,07	0,27*	1,00	
Optimismo	0,46*	0,26*	0,07	1,00

\* Correlación significativa para  $p < 0,05$

**Tabla 2**  
Correlaciones entre las variables salutogénicas exploradas y los componentes de la resistencia

Variables	Bienestar psicológico	Autoestima	Optimismo
Implicación	-0,04	0,23*	0,08
Reto	0,00	0,33*	0,10
Control	-0,14	0,14	0,01

\* Correlación significativa para  $p < 0,05$

En efecto, aparece la autoestima como la variable salutogénica estudiada que mayor relación tiene con el resto de las variables abordadas. El optimismo, el bienestar y la autoestima tienen relación entre sí, y la autoestima con la resistencia, en específico, con el componente reto. Sin embargo, resulta adecuado profundizar en este análisis, pues la interrogante sería si un individuo con autoestima es además resistente, optimista y posee bienestar psicológico. Para confirmar esto, se realiza un análisis de conglomerados y se obtienen tres grupos de sujetos (tabla 3).

Los conglomerados 1 y 3 son los más cercanos (12,51 de distancia). El 1 agrupa a los sujetos con valores intermedios en todas las variables, el 3 a los sujetos con mayor bienestar, optimismo, autoestima y resistencia. La distancia entre este y el 2 es la mayor (25,4), pues el 2 agrupa a los sujetos con valores menores en las variables estudiadas, excepto resistencia, que es un valor intermedio. Entre el 2 y el 1 es de 24,55.

**Tabla 3**  
Conglomerados de sujetos

Variables	Conglomerado		
	1 n:56	2 n:7	3 n:46
Valores centrales			
Bienestar psicológico	57	36	59
Optimismo	37	29	39
Autoestima	31	29	34
Resistencia	64	75	76

Las relaciones entre bienestar, optimismo y autoestima son más evidentes que entre estas y la resistencia. Efectivamente, un sujeto con valores elevados de auto-

estima es probable que también tenga bienestar y optimismo, así con estas tres variables se mantienen relaciones directas. Sin embargo, la resistencia tiene un comportamiento directo pero débil; los sujetos con valores más bajos de estas tres variables tienen valores de resistencia intermedios.

Continuando con los resultados, se realizó un análisis factorial utilizando el método de ejes principales con rotación varimax normalizada, con 55 variables, las cuales se corresponden con los 55 reactivos de los cuestionarios utilizados para evaluar las variables salutogénicas: bienestar psicológico, autoestima, optimismo y personalidad resistente. Se extraen 15 factores con valores propios superiores a 1 y una explicación total de la varianza de 69,84 % (tabla 4).

Se determinaron los reactivos con mayor carga factorial para cada uno de los factores extraídos y se seleccionaron, a partir de este dato y el contenido de los mismos, aquellos que formarían el nuevo cuestionario. Solamente en el tercer factor se encontraron reactivos con saturaciones elevadas procedentes del cuestionario de autoestima y del de LOT, optimismo (tabla 5).

El nuevo cuestionario quedó conformado con 27 ítems. Se adecuaron las alternativas de respuestas de los cuestionarios originales a esta nueva forma de presentación (anexo 1). Su consistencia interna con 227 casos válidos fue adecuada para el número de ítems que se decidió incluir en el mismo (alpha de Cronbach de 0,8473). El análisis factorial y la extracción de los com-

ponentes principales realizado en esta ocasión para los 27 ítems que conforman el nuevo cuestionario, muestra 6 factores extraídos con valores propios superiores a 1,00, los cuales explican el 55,65 % de la varianza (tabla 6).

**Tabla 4**  
**Análisis factorial**

Factores	Valor propio	Varianza explicada	Varianza acumulada
I	8,41	15,29	15,29
II	6,91	12,57	27,86
III	3,15	5,73	33,59
IV	2,68	4,87	38,47
V	2,23	4,05	42,53
VI	2,05	3,73	46,27
VII	1,84	3,35	49,62
VIII	1,72	3,13	52,76
IX	1,54	2,81	55,58
X	1,45	2,65	58,23
XI	1,42	2,58	60,82
XII	1,32	2,45	63,23
XIII	1,30	2,37	65,61
XIV	1,17	2,13	67,75
XV	1,15	2,08	69,84

**Tabla 5**  
**Factores extraídos, reactivos que lo componen y reactivos seleccionados**

Factor	Variable	Reactivo	Reactivos seleccionados
I	Bienestar	2*, 3**, 7, 11, 12*, 13, 14*	3, 7, 12, 14
II	Resistencia	1, 2, 3, 4*, 5, 7, 8, 11, 20	1, 2, 4, 5, 11
III	Pesimismo LOT	3*, 7*, 9**	9
	Autoestima	5, 8	5
IV	Autoestima	1*, 2*, 4	2, 4
V	Resistencia	15, 21*	21
VI	Autoestima	3, 9	3
VII	Bienestar	4*	4
VIII	LOT	1*, 10*	10
IX	LOT	6*	
X	Resistencia	10*, 13, 14, 16*, 17	10, 14, 17
XI	Resistencia	6*, 9*	9
XII	LOT	5*	
XIII	Autoestima	6	6
	Resistencia	12	12
XIV	Bienestar	1**, 6*, 9, 11	1, 9
	Autoestima	10	10
XV	Bienestar	8*	8

\*\* saturaciones superiores a 0,8000; \* saturaciones superiores a 0,7000

Existe una pérdida de información expresada en una disminución de la varianza explicada utilizando los 4 instrumentos originales y el porcentaje menor al emplear el cuestionario resultante. Las cargas factoriales para los reactivos están entre 0,7 y 0,5, y no se ve una tendencia

clara del contenido de cada factor; más bien podemos apreciar una agrupación hacia el bienestar y la autoestima y otra hacia los componentes de la resistencia: reto, implicación y control, aunque no de forma absoluta (tabla 7).

**Tabla 6**  
**Factores extraídos y varianza explicada**

Factores	Valor propio	Varianza explicada	Varianza acumulada
I	6,393165	23,67839	23,67839
II	3,150297	11,66777	35,34616
III	1,706084	6,31883	41,66499
IV	1,706084	5,03101	46,69599
V	1,237111	4,58189	51,27788
VI	1,181067	4,37432	55,65220

**Tabla 7**  
**Factores extraídos y reactivos que los componen**

Factor	Variable	Reactivos
I	Bienestar, implicación, autoestima	11*, 12, 10
II	Bienestar, autoestima, pesimismo	7*, 13*, 21*, 17*, 5, 9, 19
III	Reto, control, autoestima, bienestar	26*, 27, 25, 22
IV	Optimismo, reto, implicación	16, 15, 14
V	Reto, implicación	24, 2, 20
VI	Autoestima, bienestar	8, 1

\*\* saturaciones superiores a 0,8000; \* saturaciones superiores a 0,7000

Estos resultados nos evidencian la estrecha relación que existe entre los mismos; variables que han sido estudiadas desde diferentes modelos teóricos y alternativas instrumentales en la personalidad de los sujetos, están correlacionadas, no se comportan de forma independiente.

Se decide denominar al cuestionario resultante como BOAR, refiriéndose así a las iniciales de los constructos que lo originan: bienestar (ítems 1, 3, 4, 7, 9, 11, 13 y 22), optimismo (ítems 5 y 16), autoestima (ítems 8, 10, 17, 19, 21 y 25) y

resistencia (ítems 2, 6, 12, 14, 15, 18, 20, 23, 24, 26 y 27). No consideramos que el BOAR sea un nuevo constructo salutogénico, sino una forma de aproximarse a los que se refiere, de una manera breve, útil para estudios de pesquisa de factores protectores al estrés psicosocial laboral en poblaciones laboralmente activas.

Los valores que describen el comportamiento en este instrumento en la muestra estudiada de 229 sujetos, se muestran en la tabla 8.

**Tabla 8**  
**Valores descriptivos del BOAR**

Media	Desviación típica	Varianza	Valor mínimo	Valor máximo	Rango	Percentil 33,33	Percentil 66,66
86	11,5	132,35	50	105	55	83	93

Se establecen los rangos para la interpretación de este cuestionario o baremos propios (tabla 9). Para este resultado fue necesario recodificar los ítems 4, 5, 7, 9,

13, 17, 19 y 21, ya que puntúan en orden inverso, el resto de forma directa: 1, 2, 3, 4 y 5.

**Tabla 9**  
**Baremos obtenidos**

Rangos	Interpretación
≥50 y <83	BOAR bajo
≥83 y <93	BOAR medio
93 y <105	BOAR alto

Un BOAR bajo puede ser indicador de pobres recursos de resistencia ante situaciones estresantes, específicamente los relacionados con el bienestar, el optimismo, la autoestima y la resistencia de la personalidad. Solamente es útil con estos fines; para profundizar en las variables originales deben realizarse estudios que demuestren las relaciones con las mismas.

Con relación al sexo, no se encontraron diferencias significativas entre los sujetos femeninos y masculinos, por lo que no establecemos baremos diferentes ( $t: -0,968$ ;  $gl: 225$ ;  $p=0,334$ ). Este resultado nos resulta de interés, pues estudios donde se exploran variables positivas, en especial la autoestima, han reportado diferencias<sup>28-30</sup>.

Como resultado interesante también, encontramos que el coeficiente de correlación de Pearson entre el BOAR y la edad de los sujetos fue de  $-0,138$ , significativo para el nivel de  $0,05$ . Esto significa que aunque el coeficiente es bajo, la correlación es inversa; cuando aumenta la edad, disminuyen los resultados en el BOAR.

A manera de conclusiones, el BOAR constituye un instrumento que surge de un análisis empírico, lo cual significa que es necesario remitirse a los constructos de origen (bienestar, optimismo, autoestima y resistencia) para explicarlo teóricamente. Para llegar a conclusiones sobre cada una de estas variables, independientemente, es recomendable utilizar los instrumentos originales. Al no poseer una estructura factorial claramente definida, no se puede llegar a conclusiones específicas de cada variable. Esto significa que constructos que han sido elaborados desde diferentes modelos teóricos y alternativas instrumentales, en la personalidad de los sujetos obviamente, no son independientes.

La autoestima se revela como una variable salutogénica que centraliza la relación con el resto de las variables abordadas, incluyendo la resistencia y, en especial, el reto como componente de la misma. Su papel protagónico en la función autorreguladora de la personalidad emerge en estos resultados, confirmando sus vínculos con el resto de las variables positivas.

No obstante, la interpretación de sus resultados consiste en distinguir los sujetos según las variables que evalúa en conjunto, lo cual es pertinente según los objetivos con que se decide su construcción.

Aunque este estudio evidencia la homogeneidad de los ítems del instrumento y, de esta forma, indirectamente, su validez de contenido, es recomendable explorar su validez de criterio y estabilidad, lo que permitirá finalmente definir si es un cuestionario válido y confiable.

## BIBLIOGRAFÍA

1. Oramas A, Alderete GM, Preciado M, González A. Variables positivas de la personalidad y el Síndrome de desgaste profesional en el trabajo. Estudio exploratorio de asociaciones e interdependencias. *Revista Cubana de Salud y Trabajo*. 2007;(8):34-9
2. Antonovsky A. Unraveling the mystery of health: How people manage stress and stay well. San Francisco: Jossey-Bass; 1987.
3. Antonovsky A. The structure and properties of the sense of coherence scale. *Social Science and Medicine*. 1993;36:725-33.
4. Antonovsky A. The salutogenic model as a theory to guide health promotion. *Health Promotion International*. 1996;11:1-18.
5. Seligman ME, Csikszentmihalyi M. Positive psychology: An introduction. *American Psychologist*. 2000;55:5-14.
6. Seligman ME. Positive health. *Applied psychology: an international review*. *American Psychologist*. 2008;57:3-18.
7. Scheier MF, Carver CS. Dispositional optimism and physical well-being: The influence of generalized outcome expectancies on health. *Journal of Personality*. 1987;55:169-210.
8. Carver CS, Scheier MF, Segerstrom SC. Optimism. *Clinical Psychology Review*: 2010.
9. Seligman ME. *Aprenda optimismo*. Barcelona: Grijalbo Mondadori; 1998.
10. Gillham J, Shatte A, Reivich K, Seligman ME. Optimism and explanatory style. In: Chang E, ed. *Optimism and pessimism. Implications for theory, research and practice*. Washington DC: American Psychological Association; 2001.
11. Kobasa SC. Stressful life events, personality, and health: An inquiry into hardiness. *Journal of Personality and Social Psychology*, 1979;37:1-11.
12. Swann, WB, Chang-Schneider C, McClarty KL. Do people's self-views matter? Self-concept and self-esteem in everyday life. *American Psychologist*. 2007;62:84-94.
13. Oramas A, Santana S. El bienestar psicológico, un indicador positivo de la salud mental. *Revista Cubana de Salud y Trabajo*. 2006;7(1-2):34-9.
14. Chang EC, Sanna LJ, Yang KM. Optimism, pessimism, affectivity, and psychological adjustment in US and Korea: A test of a mediation model. *Personality and Individual Differences*. 2003;34(7):1195-208.

15. Ai AL, Peterson C, Tice TN, Huang B, Rodgers W, Bolling SF. The influence of prayer coping on mental health among cardiac surgery patients: the role of optimism and acute distress. *J Health Psychol.* 2007;12(4):580-96.
16. Chico E. Optimismo disposicional como predictor de estrategias de afrontamiento. *Psicothema.* 2002;14:544-50.
17. Ferrando P, Chico E, Tous J. Propiedades psicométricas del test de optimismo Life Orientation Test. *Psicotema.* 2002;14:673-680.
18. Judkins S, Massey C, Huff B. Hardiness, stress, and use of ill-time among nurse managers: is there a connection? *Nurs Econ.* 2006;24(4):187-92.
19. Lambert VA, Lambert CE, Petrini M, Li XM, Zhang YJ. Predictors of physical and mental health in hospital nurses within the People's Republic of China. *Int Nurs Rev.* 2007;54(1):85-91.
20. Chacón M, Grau J. Burnout y variables personales moduladoras en enfermeros que trabajan en hospitales oncológicos. *Revista Psicología y Salud.* 2004;14(1):67-77.
21. Judkins S, Reid B, Furlow L. Hardiness training among nurse managers: building a healthy workplace. *J Contin Educ Nurs.* 2006;37(5):202-7.
22. Pyszczynski T, Greenberg J, Solomon S, Arndt J, Schimel J. Why do people need self-esteem? A theoretical and empirical review. *Psychological Bulletin.* 2004;130:435-68.
23. Lyubomirsky S, Tkach C, DiMatteo MR. What are the differences between happiness and self-esteem? *Social Indicators Research.* 2006;78:363-404.
24. Cantrell MA, Lupinacci P. A predictive model of hopefulness for adolescents. *Journal of Adolescent Health.* 2004;35(6):478-85.
25. Yarcheski TJ, Mahon NE, Yarcheski A. Depression optimism and positive health practices in young adolescents. *Psychological Reports.* 2004;95:932-4.
26. Puskar K, Ren D, Bernardo L, Haley T, Stark K. Anger correlated with psychosocial variables in rural adolescents. *Issues in Comprehensive Pediatric Nursing.* 2008;31(2):71-87.
27. Karanikola MN, Papathanassoglou ED, Giannakopoulou M, Koutroubas A. Pilot exploration of the association between self-esteem and professional satisfaction in Hellenic hospital nurses. *J Nurs Manag.* 2007;15(1):78-90.
28. Raevuori A, Dick DM, Keski-Rahkonen A, Pulkkinen L, Rose RJ, Rissanen A, et al. Genetic and environmental factors affecting self-esteem from age 14 to 17: A longitudinal study of Finnish twins. *Psychological Medicine.* 2007;37(11):1625-33.
29. Sung KM, Puskar KR, Sereika S. Psychosocial factors and coping strategies of adolescents in a rural Pennsylvania high school. *Public Health Nursing.* 2006;23(6):523-30.
30. O'Connor R, Rasmussen S, Miles J, Hawton K. Self-harm in adolescents: Self-report survey in schools in Scotland. *British Journal of Psychiatry.* 2009;194(1):68-72.

---

**Recibido:** 19 de agosto de 2012      **Aprobado:** 5 de junio de 2013