

**EFFECTO DEL ESTRÉS POST-TRAUMÁTICO Y DEL OPTIMISMO EN EL  
CRECIMIENTO POST-TRAUMÁTICO EN PERSONAS QUE VIVIERON EL 27-F**

**CLAUDIA LORETO ÁLVAREZ MEJÍAS  
PATRICIA DANAÉ POZO RUBIO  
PSICÓLOGO MENCIÓN EN PSICOLOGÍA SOCIAL Y DE LAS  
ORGANIZACIONES**

**RESUMEN**

Una catástrofe de la magnitud del terremoto y tsunami del 27 de febrero del 2010 (27-F) en Chile trae consigo múltiples consecuencias; a nivel social, económico y emocional. Muchas familias, en especial de las zonas costeras entre las regiones de Valparaíso y del Biobío, perdieron familiares y bienes materiales, tornándose más vulnerables, desprotegidas y desarrollando sentimientos de inseguridad y desolación. Sin embargo, algunas personas que vivieron el 27-F, muy por el contrario de desarrollar sentimientos de estrés por el cambio abrupto consecuencia del catastrófico escenario, desarrollaron habilidades para adaptarse a este nuevo episodio, logrando sobreponerse y obteniendo, por tanto, una ganancia personal positiva y favorable para sus vidas. Este fenómeno se conoce como crecimiento post-traumático (CPT). Con el fin de conocer cómo se explica el CPT, esta investigación evaluó el efecto que la orientación vital optimista (O) y el Trastorno de Estrés Postraumático (TEPT) tienen sobre el CPT. Participaron 281 personas provenientes de la Región Metropolitana y del Maule, que experimentaron el evento 27-F. Los resultados obtenidos revelan una correlación positiva entre CPT y TEPT. A pesar de obtener diferencias significativas entre el CPT y el grado de O, siendo éste último el que se relaciona tanto significativa como negativamente con el TEPT, por ende un modelo que explica esas relaciones es el siguiente:  $CPT = 30.049 + 1.022 \times O + 0.932 \times TEPT$ . Estos resultados nos permiten concluir que el abordar los sucesos desde un enfoque positivo es beneficioso para enfrentar eventualidades traumáticas futuras disminuyendo índices de patologías del estado de ánimo.

Palabras Clave: Terremoto, Crecimiento Postraumático, Optimismo, Trastorno Estrés Postraumático.