

EL APOYO SOCIAL EN SITUACIONES DE CRISIS: UN ESTUDIO DE CASO DESDE LA PERSPECTIVA DE LA REDES PERSONALES¹

SOCIAL SUPPORT IN CRISIS SITUATIONS: A CASE STUDY FROM THE PERSPECTIVE OF PERSONAL NETWORKS

JOSÉ LUIS MOLINA

ROSARIO FERNÁNDEZ

JAIME LLOPIS

Universidad Autónoma de Barcelona

joseluis.molina@uab.es

CHRISTOPHER McCARTY

University of Florida

chrism@bebr.ufl.edu

RECIBIDO: 11/10/07; ACEPTADO: 23/3/08

RESUMEN

En este trabajo se pretende mostrar cómo el estudio de las redes personales permite aproximarse al apoyo social de una forma integral, incorporando las aportaciones realizadas hasta ahora en este campo en una visión holista de la persona. Gracias a un estudio de caso y a una encuesta a 360 personas en España y Estados Unidos mostramos cómo las redes personales permiten entender mejor el cambio en la estructura, composición y función de las relaciones sociales que se produce ante una situación vital de estrés.

ABSTRACT

This paper shows how social support can be better understood through personal networks, as far as all types of relationships are taking into account. This holistic perspective allows the better understanding of changes that occur in the social environment of people affected by a dramatic situation like the illness of a child. We illustrate this change with a case study and data taken from a survey in Spain and the USA (N=360).

PALABRAS CLAVES: Redes personales, Apoyo social, Relaciones sociales, Estrés

KEYWORDS: Personal networks, Social support, Relationships, Dramatic situation

¹ Una versión preliminar de este artículo ha sido publicada con el título "El apoyo social desde la perspectiva de las redes personales" por María Zúñiga en el libro *Redes sociales y Salud Pública*. Monterrey, México. Universidad Autónoma de Nuevo León (pp. 73-98).

1. EL APOYO SOCIAL

La literatura sobre apoyo social dispone ya de varias décadas de desarrollo, impulsada originalmente por la Epidemiología, la Medicina Preventiva, la Psicología Comunitaria y otras disciplinas en un intento de aprovechar recursos alternativos a la institucionalización para la superación de situaciones de vulnerabilidad social o de enfermedad física o mental (Cf. Gottlieb, 1983; Gracia, 1997; Barrón, 1990). En este periodo se han acumulado evidencias, instrumentos y modelos explicativos que nos ayudan a entender el efecto de las redes sociales en el bienestar.

Desde el punto de vista de la *evidencia empírica* la existencia de un apoyo social escaso se ha relacionado con la mortalidad general (Berkman y Syme, 1979, citado en Lazarus, 1986:264), con la mortalidad de pacientes con afecciones coronarias (Woloshin *et al.*, 1997) y con alteraciones de la salud como la neurosis (Henderson *et al.*, 1978, citado en Lazarus 1986:264) entre otras. Por otra parte, el apoyo social ha sido considerado un factor protector frente a la mortalidad en población anciana (Nebot *et al.*, 2002), ha sido relacionado con la calidad de vida en pacientes con infección por VIH (Remor, 2002) y con la mejora en el seguimiento de pacientes con HTA esencial (Menéndez *et al.*, 2003). Además, el hecho de contar con una red social extensa parece tener un protector frente a la demencia (Fratiglioni *et al.*, 2000; Cf. Kadushin, 1982 para los excombatientes del Vietnam), del mismo modo que contar con redes sociales diversas está relacionado con una menor susceptibilidad a padecer el resfriado común (Cohen, S. *et al.*, 1999). Los ejemplos pueden multiplicarse. En general puede afirmarse que existe una relación positiva entre apoyo social y bienestar individual, aunque no están claros los mecanismos mediante los cuales las relaciones sociales afectan a la cognición, las emociones y la salud y no siempre la presencia de apoyo social conlleva los efectos positivos mencionados (Cohen *et al.*, 2000:4).

En este punto cabe mencionar la aparición de los grupos de afectados, de autoayuda y de ayuda mutua, grupos formales o de desconocidos que proporcionan diferentes utilidades ante situaciones de estrés. Tendremos oportunidad de ver un ejemplo más adelante.

Por lo que se refiere a los *instrumentos* para medir el apoyo social, disponemos en la actualidad de un amplio conjunto de cuestionarios y escalas (Cf. Wills y Shinar, 2000; Sheldon *et al.*, 2000). Normalmente se trata de cuestionarios con un número variable de ítems que exploran aspectos *funcionales* del apoyo social en una o más de sus dimensiones (Weiss, 1974; Dean y Lin, 1977; Schaefer *et al.*, 1981). Las dimensiones exploradas, expresivas e instrumentales, suelen ser el apoyo *emocional* (que contribuye a la sensación de que uno es amado y cuidado), el apoyo *tangible* (incluida ayuda directa como los préstamos o regalos y los servicios como cuidar de alguien que está enfermo o facilitar un empleo o trabajo) y el apoyo *informativo* (referencias y orientaciones de utilidad práctica).

A esta exploración funcional se añade la medición en algunos casos de aspectos *estructurales* de las redes sociales de apoyo (número de grupos, personas conectoras, densidad de relaciones, Cf. Barrera 1980 y Villalba, 1993) como información fundamental para poder diseñar estrategias de intervención destinadas a facilitar los recursos sociales necesarios.

Otro criterio que distingue los instrumentos de medición del apoyo social es su énfasis en la *percepción* del apoyo social disponible o en el apoyo social *recibido* en sus diversas dimensiones en un periodo dado. En el primer caso se enfatiza la percepción de la existencia de disponibilidad de un apoyo que tiene efectos de control del estrés. En el segundo se busca registrar el conjunto de utilidades obtenidas por esta vía. Es interesante destacar el

hecho que estas medidas proceden de marcos teóricos diferentes y que no pueden utilizarse indistintamente, entre otras cosas porque ambos tipos de apoyo *no están fuertemente correlacionados* (Cohen *et.al.*, 2000). En general la valoración del apoyo tiende a permanecer estable a través del tiempo mientras que el apoyo recibido varía en función de los periodos concretos de medición.

En el apartado de la medición hay que considerar al menos dos aspectos adicionales: el coste y la variación. Las familias y los proveedores de apoyo suelen soportar situaciones de estrés continuadas (Cf. Maya Jariego, 2000, para cuidadores de enfermos de Alzheimer) y, por otra parte, el hecho de verse obligado a aceptar ayuda puede afectar la autoestima de un individuo, con sus consiguientes consecuencias. En relación a la variación, no se puede considerar el apoyo social sin tener en cuenta tanto las características individuales como las diferentes circunstancias en las que éste puede producirse a lo largo de las fases de una enfermedad o en una situación de vulnerabilidad.

Por último, por lo que se refiere a los *modelos explicativos*, podemos distinguir en general entre dos modelos. El primero de ellos considera a las relaciones sociales como un factor principal (*main effect model*) en la consecución de bienestar en los individuos. Este efecto beneficioso se explicaría tanto por la adopción de conductas saludables por el hecho de pertenecer y participar en una red social como por el efecto positivo del sentido de pertenencia a un grupo o red, lo cual proporciona a su vez seguridad y estabilidad.

El segundo modelo propone un efecto amortiguador (*stress-buffering model*) del apoyo social, que actuaría modificando las respuestas negativas frente a un evento estresante, facilitando recursos y permitiendo una revaloración del evento y una positiva adaptación.

Pensamos que el balance de estas décadas de investigación e intervención en el campo del apoyo social es enormemente positivo. Aunque quedan abiertos importantes interrogantes acerca de los mecanismos de influencia entre red social y salud, disponemos en la actualidad de teorías, instrumentos y hallazgos empíricos que permiten orientar tanto la investigación futura como la definición de políticas públicas de intervención.

En este trabajo nos proponemos aportar una visión complementaria del apoyo social a través del estudio de las redes personales incluyendo las perspectivas estructurales, funcionales y contextuales del mismo. Pensamos que este enfoque puede ayudar a un amplio rango de profesionales relacionados con la salud y el bienestar social y comunitario, a identificar situaciones de riesgo y a definir con más efectividad estrategias de apoyo. Desde un punto de vista conceptual, esta propuesta representa una ampliación de las medidas estructurales de apoyo social pero que tiene la particularidad de incluir lazos débiles en el análisis, pone de manifiesto la red funcionalmente operativa a la hora de proporcionar apoyo y en general, ofrece una visión de conjunto del ambiente social que rodea a un individuo y del cual emerge el apoyo. Hall y Wellman propusieron hace 20 años una perspectiva de análisis en relación a las redes personales y el apoyo social que compartimos plenamente y que solamente ahora estamos en condiciones de llevar a cabo, básicamente por la disponibilidad en la actualidad de herramientas informáticas como Egonet² para poder recoger la información necesaria. Sus argumentos se presentan a continuación (Hall y Wellman, 1985:36).

² <http://www.mdlogix.com/egonet.htm>

Proporción de lazos fuertes y lazos débiles. La mayor parte de las personas disponen de relaciones que *no proporcionan apoyo* por lo que centrarse solamente en las que lo proporcionan constituye una imagen distorsionada de la realidad social a la que conceptualmente se alude. Esta afirmación la podemos ilustrar con la Tabla 1 en la que puede apreciarse cómo en las redes personales de personas inmigrantes en España y Estados Unidos³ (N=369) entre un 34,49% y un 57,91% pueden considerarse como no pertenecientes al núcleo íntimo o fuerte.

Tabla 1. Respuesta a la pregunta *¿Cómo de próximo/a se siente de cada una de las personas de su red personal (45 alteri)?*

| N=369 | Media | % | % acumulado |
|--------------------------------|-------|-------|-------------|
| 1. No me siento nada próximo/a | 4,76 | 10,58 | 10,58 |
| 2. No muy próximo/a | 10,76 | 23,91 | 34,49 |
| 3. Bastante próximo/a | 10,54 | 23,42 | 57,91 |
| 4. Próximo/a | 8,20 | 18,22 | 76,13 |
| 5. Muy próximo/a | 10,73 | 23,84 | 100 |
| N alteri | 45 | 100 | |

Cambios en la función de la red social. El apoyo social no solamente se proporciona de forma continua por el núcleo íntimo alrededor del individuo sino que *puede proporcionarse por otras partes de la red personal en diferentes circunstancias*. Éste es precisamente uno de los problemas de investigación que hay que resolver: cuándo y en qué circunstancias se proporciona y obtiene nuevo apoyo social.

Contexto. El apoyo social tiene que *estudiarse en su contexto*, en el conjunto de la red personal pues proveedores de apoyo y otros tipos de personas están conectados de diversas formas.

Lazos débiles. Por último, los lazos débiles pueden ser valiosas fuentes de información y ayuda ya sea *directa o indirectamente*, por lo que hay que tenerlos en cuenta en el análisis.

A estas sólidas razones nos permitimos añadir otras: estructura, formalidad-informalidad y cambio.

Estructura. Las medidas estructurales de la red personal permiten explorar si determinadas *estructuras* son más adecuadas que otras para la provisión de apoyo social como sugieren Cohen y Syme (1985:13). Esto solamente puede realizarse recogiendo una muestra lo suficientemente amplia de la red personal como para poder realizar este tipo de análisis (30 o más *alteri* o personas nominadas por el informante o ego). La relación ya comentada entre diversidad de la red y resistencia al constipado común (Cohen *et.al.* 1999) o mejora del bienestar psicológico (Hirsh, 1980; Kadushin, 1982) son aplicaciones de comparación entre medidas estructurales y bienestar.

Formalidad-informalidad. Una segunda posibilidad es el estudio simultáneo de las fuentes formales y las informales de apoyo al ser posible identificar profesionales en la red personal y su importancia percibida. Nada más necesario para el profesional que se encuentra ante la disyuntiva de cómo intervenir con los recursos disponibles, frecuentemente escasos.

³ Proyecto financiado por la NSF *Award No. BCS-041742*. La descripción del proyecto puede encontrarse en <http://www.egoredes.net>

Cambio. Por último, y reconociendo que no se trata de una característica propia de esta aproximación, el estudio de las redes personales permite una aproximación longitudinal, recogiendo los cambios que se producen antes y después de la aparición de una enfermedad o de una situación de necesidad.

En el siguiente apartado realizaremos una revisión del concepto de red personal, así como una explicación de la técnica utilizada para representarlas. En el siguiente apartado presentaremos algunos ejemplos de aplicación basados en investigaciones en marcha.

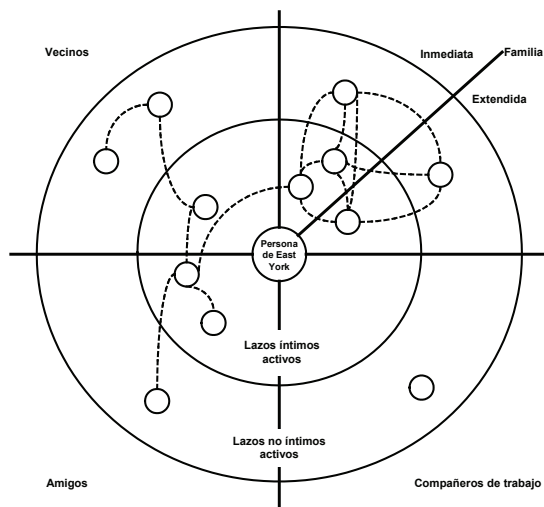
2. EL ESTUDIO DE LAS REDES PERSONALES⁴

El estudio de las redes personales se remonta a los años 50 en el trabajo de antropólogos británicos en ciudades mineras del sur de África principalmente, donde intentaban representar la complejidad de relaciones interétnicas que tenían lugar en estas grandes ciudades y para la que la teoría social disponible, centrada en comunidades homogéneas delimitadas geográficamente, no estaba preparada (para una historia de la aproximación *Cf.* Molina, 2005). Estos antropólogos desarrollaron técnicas y conceptos que todavía hoy son de utilidad, como por ejemplo la existencia generalizada de un núcleo íntimo y efectivo (con un alta densidad de relaciones) y un círculo extendido de conocidos menos denso, ambos con funciones fundamentales para la vida del individuo.

Una segunda tradición proviene de sociólogos americanos que en los setenta y ochenta se ocuparon de la llamada “Cuestión Comunitaria” (*Cf.* Wellman, 1979, 1997), la transformación de la comunidad en la sociedad “moderna” y urbana. Esta tradición de investigación se centra en la localización de las redes de apoyo social, redes de iguales constituidas por parientes, amigos y vecinos que proporcionan socialización, información y ayuda en general. Laumann (1973), Fisher (1982), el Proyecto *East York* iniciado por Barry Leighton y Barry Wellman en 1968 y que continuó hasta los noventa, Schweizer *et. al* (1998) en California, proporcionaron una gran base empírica para formular las características globales de redes personales en la sociedad americana y canadiense. Los límites residenciales eran todavía importantes, pero estaban constantemente atravesados por cartas, llamadas de teléfono y redes de transporte. Más recientemente, internet proporcionó más oportunidades para complementar las interacciones cara a cara y mantener activas las relaciones, relaciones que, gracias a los estudios longitudinales, sabemos que cambian durante el tiempo. Esta tradición también parte de esta visión de núcleo fuerte-periferia de las redes personales (ver la conocida imagen realizada por Barry Wellman de la red social de un habitante de East York en la Ilustración 1).

⁴ Parte de este apartado está basado en la publicación homónima en *Empiria* (2005).

Ilustración 1. Red personal típica de una persona de East York. Adaptado de Wellman (1999)



Mientras que los estudios de redes personales suelen centrarse en los lazos fuertes y en un número reducido de personas, nuestra propuesta consiste en extender el número de personas de la red personal a más de 30 (McCarty, 2002) con el objetivo de captar empíricamente la estructura de las redes personales y poder disponer de una aproximación de su composición en términos de proporción de hombres y mujeres, tipos de relación o cualesquiera variables en las que estemos interesados en investigar.

2.1. REDES SOCIOCÉNTRICAS, EGOREDES Y REDES PERSONALES

En las redes personales distinguimos entre un *ego*, o persona que constituye el eje o foco y un *alter*, la persona relacionada con ego, a menudo nominada por éste. El plural de *alter* es *alteri*, es decir, el conjunto de personas relacionadas con ego. Por supuesto, todos los alteri o parte de ellos también tienen relaciones entre sí.

En la literatura se suelen confundir las expresiones *redes egocéntricas* y *redes personales*. Sin embargo, creemos importante distinguir entre ambas.

Para disponer de una red social necesitamos de nodos y relaciones. Los nodos los podemos obtener de una lista preexistente o bien utilizar uno o más *generadores de nombres* para obtenerla. Así, por ejemplo, en las encuestas sobre redes personales se suelen utilizar los siguientes generadores de nombres (Fisher, 1982; Grossetti, 2004):

Si tuviese que ausentarse temporalmente de la ciudad, ¿a quién le pediría que se ocupase de regar las plantas, recoger el correo o simplemente de echar un vistazo?

¿Con quién habla de temas relacionados con el trabajo?

En los últimos tres meses, ¿a quién ha ayudado en tareas domésticas como cocinar, mover muebles, lavar o realizar pequeñas reparaciones?

¿Con quién ha compartido alguna de las siguientes actividades en los últimos tres meses (comer o cenar en casa, comer o cenar fuera, recibir visitas, visitar, encontrarse en algún lugar fuera de casa como un bar o restaurante...)?

¿Con quién discute regularmente de temas relacionados con el ocio o aficiones en común?

¿Nos puede decir las iniciales de su novio/a o de su mejor amigo/a con la que se vea muy a menudo? (en el caso de que se trate de una persona casada se piden los años de convivencia)

Cuando comparte sus problemas personales, ¿con quién lo hace?

Si tuviese que tomar una decisión importante referente a la familia o el trabajo ¿Con quién la discutiría?

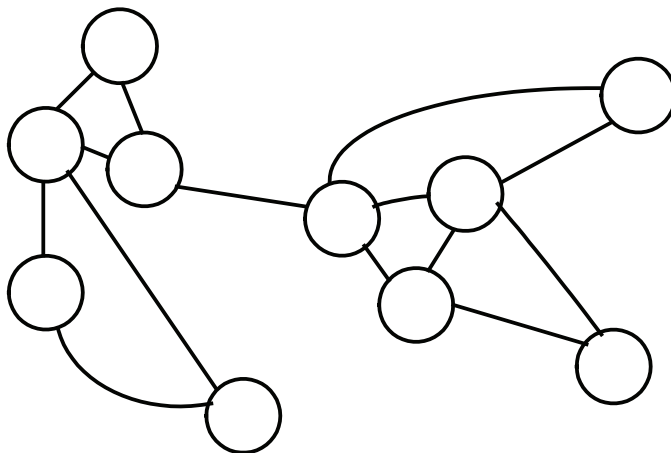
Si tuviese que pedir prestada una importante cantidad de dinero a un conocido ¿a quién lo haría?

¿Hay personas importantes para Ud. que haya tenido algún contacto en los dos últimos años y que no aparezcan en la lista?

Una vez obtenida la lista de nombres con estos generadores o con el que propondremos más adelante, hay que relacionar a los alteri entre sí. Para hacerlo necesitamos una *definición de relación*. Así, por ejemplo, una posible definición de relación podría ser si A y B se “conocen” o si A y B “se prestan ayuda”. El resultado es una red de relaciones. Es importante observar que cada *definición de relación* implica una *red diferente*. No es lo mismo la red de personas que se prestan ayuda, que la red de personas que se reconocen mutuamente y se saludan sin más.

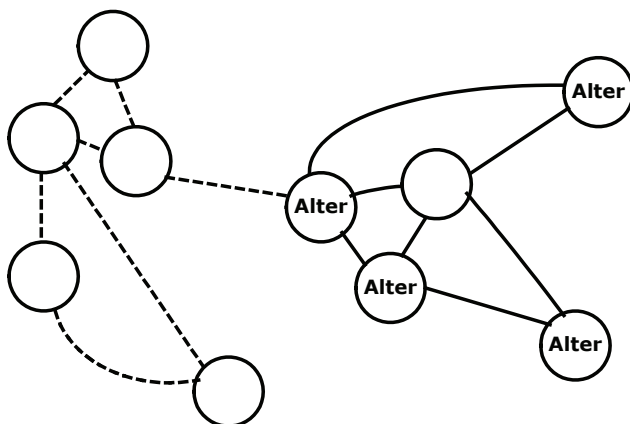
Una red sociocéntrica es el resultado de aplicar una determinada definición de relación a un listado de personas, organizaciones u otros elementos. Así, si la red de la Ilustración 3 es el conjunto de personas que viven en un edificio y la relación definida “se visitan entre sí”, podemos observar cómo hay dos grupos de vecinos, con dos de ellos que conectan ambos grupos. Se trata de una red *sociocéntrica* o *completa*, vista desde el punto de vista de un observador externo. Otras definiciones de relación (“se prestan dinero en ocasiones”, por ejemplo) nos darían naturalmente otras redes.

Ilustración 2. Red sociocéntrica ficticia de un edificio de vecinos



Esta red sociocéntrica puede ser analizada a partir de sus *egonetworks* (por ejemplo con Ucinet 6- Netdraw⁵; Borgatti *et.al.* 2002). Cuando hablamos en este caso de *egonetwork* o *egored* nos referimos al subconjunto de relaciones de un ego dado. Así, si la red completa está compuesta por 10 vecinos, de cada uno de ellos se puede extraer o identificar su *egored* (Ilustración 4). En este caso ego aparece en la red, así como el resto de personas a las que está *directamente* conectado.

Ilustración 3. Red egocéntrica de uno de los nodos



Normalmente, por cada definición de relación se obtiene *un* contexto institucional diferente (vecinos, familia, amigos, compañeros de trabajo, de estudios, colegas...). Las redes personales, por el contrario, intentan captar *todos los contextos institucionales* que envuelven la vida de un individuo. Para ello nuestra recomendación es utilizar un generador de nombres muy flexible. Si la lista es lo suficientemente larga (30 o más alteri, como hemos comentado) es posible obtener estos contextos diferentes, aunque algunos de ellos con una sola persona, a la que llamamos *aislados [isolates]*, aunque muy importantes conceptualmente por mostrar ámbitos de actuación relativamente desconectados de otros o etapas pasadas de la vida de una persona.

El *generador de nombres* que utilizamos en la investigación sobre Aculturación y redes personales (Cf. nota 4) ha sido el siguiente:

Por favor, escriba una lista de 45 personas que Usted conozca por su nombre y viceversa. Puede ser cualquier persona. Intente incluir gente que sea próxima e importante para Usted. También puede incluir personas que pueden no ser tan cercanas pero que acostumbra a ver mucho. Puede ayudarle pensar en diferentes grupos de personas en diferentes lugares. Escriba el nombre y el apellido de forma abreviada para que solamente Usted pueda reconocer a las personas. Es importante que no abrevie demasiado para poder reconocerlas más tarde. Por ejemplo: Mig Cervan por “Miguel de Cervantes”

5 <http://www.analytictech.com> Ver las opciones disponibles en Network>Ego Networks.

Junto con este generador de nombres proponemos utilizar también una *definición de relación flexible* que permita relacionar a los alteri entre sí.

Por último le vamos a pedir que nos diga si cada una de las personas que ha nombrado tiene o no relación con el resto. Aquí nos interesa saber si estas personas tienen una relación propia, independiente de Usted.

El resultado es una red personal que podemos representar de diferentes formas⁶, como tendremos ocasión de ver más adelante.

3. CARACTERÍSTICAS DE LAS REDES PERSONALES

En este apartado intentaremos sistematizar algunos de los principales hallazgos de las investigaciones realizadas sobre redes personales. Examinaremos brevemente el tamaño, la composición de los atributos de los alteri, los tipos de relaciones y contenido de las relaciones, la estructura de la red personal y la dinámica de las redes personales.

Tamaño. La respuesta a la pregunta ¿a cuántas personas conoces? depende de cómo definamos “conocer”, tanto más teniendo en cuenta que los dispositivos informáticos de los que disponemos (agendas electrónicas, programas de software social) nos permiten almacenar, comunicar e identificar “contactos” de forma casi instantánea. Utilizando la definición de contactos *activos*, definidos como personas con las que existe reconocimiento y accesibilidad mutuos, podemos decir que la media de contactos activos es de aproximadamente 290 personas, con una desviación típica de 250. Esta desviación está relacionada con la clase social y las profesiones o rangos ocupacionales asociados, de forma que las clases sociales altas y las personas con categorías ocupacionales superiores, sobre todo los representantes institucionales, disponen de redes más amplias (y con más recursos, lógicamente). Así, la clase social y la categoría ocupacional influyen en el tamaño de las redes personales, así como el sexo y la edad, disponiendo de redes “máximas” en la madurez (Cf. Ferrand *et.al.* 1999).

Composición. Entendemos por composición de la red personal la distribución de los atributos de los alteri o relaciones de ego. La primera constante, con una larga tradición en Ciencias Sociales, es la homofilia (Blau, 1964), es decir, la tendencia a interactuar con iguales. Lin (2001) propone una interesante reformulación de esta idea fundamental en los siguientes términos: los iguales tienen en común el control de los recursos asociados con la posición social compartida por lo que las relaciones entre ellos son naturalmente expresivas, de socialización e instantáneas. Esta socialización natural u “homófila” tiene el objetivo de asegurar los recursos compartidos fortaleciendo los vínculos. En cambio la relación que se produce entre posiciones sociales desiguales es forzosamente intencional y “artificial”, exige un costo y suele tener fines instrumentales. Esta relación es “heterófila”. Los lazos fuertes y débiles de Granovetter (1973) pueden aproximadamente asimilarse a estos dos conceptos. En cualquier caso podemos afirmar que las relaciones tienden a ser homófilas, por lo que el sexo, la clase social, la profesión y otras características consideradas relevantes en un contexto dado (como el grupo étnico, la religión, el fenotipo) de una persona, influirán en la composición de su red personal.

⁶ Se puede encontrar material didáctico sobre Egonet y otros programas de redes sociales en [http://www.redes-sociales.net/apartado Talleres](http://www.redes-sociales.net/apartado_Talleres).

Así, las mujeres tenderán a tener más mujeres en su red personal, los compañeros de estudios tienden a permanecer más tiempo entre los contactos activos y seguramente se desarrollan pautas de consumo y gusto asociados a cada grupo que permiten el reconocimiento mutuo (Bourdieu, 1979). En el caso de los jóvenes, la probabilidad que se relacionen con otros de extracción social diferente y la probabilidad que cambie su estatus, son más altas.

Tipos de relación. Aunque los tipos de relaciones se pueden multiplicar, normalmente se distingue en la literatura entre “familiares cercanos”, “familiares”, “mejores amigos”, “buenos amigos”, “compañeros de trabajo”, “vecinos” y “conocidos”. Naturalmente, los compañeros de trabajo, los amigos y los compañeros de ocio pueden ser los mismos. Los estudios orientados a la estimación de las redes personales globales (Cf. McCarty *et. al.* 1997) sugieren que la proporción de familiares se sitúa, en promedio, en torno al 25%, la proporción de compañeros de trabajo alrededor 20% y la de vecinos en torno al 6%. Igualmente, estos estudios sitúan en más del 50% de las redes personales fuera de los lugares de residencia.

En el caso de minorías étnicas (como los hispanos en California) el porcentaje de familiares puede llegar al 70%. Este dato (Schweizer *et. al.*, 1998) es interesante pues nos permite hipotetizar un rasgo de las redes personales de comunidades inmigradas (Cf. Maya Jariego 2002 para una tipología de las redes personales en España).

Contenido. Como hemos comentado en el primer apartado en la literatura sobre apoyo social suele distinguirse entre contenidos instrumentales, informativos y expresivos o emocionales. Otra vez el género es importante, pues las redes con más mujeres tienden a contener más apoyo social, de cualquiera de sus tipos. Además, es interesante ver que el apoyo cotidiano tiende a ser provisto por vecinos y compañeros de trabajo más que por familiares, si bien sabemos que al final de la vida, con el aumento de la dependencia, los roles de apoyo se fortalecen, especialmente por parte de los hijos/as adultos. Éstos (políticos o no) tienden a proveer de más apoyo social a los padres cuanto más densidad de relaciones haya entre los miembros de la red (Wellman & Frank, 2001).

Por último, el contenido de la relación con los amigos tiende a ser de socialización y confianza.

Estructura. Ya sabemos que las redes personales disponen de una fuerte estructura de centro-periferia, normalmente con un centro denso y una periferia más dispersa. Además, la diversidad en la red personal es un indicador de capital social, pues puede suponerse que diferentes grupos sociales (a los que ego tiene acceso) controlan diferentes recursos. Seguramente las redes de las mujeres tienden a ser más densas por una variedad de razones (más frecuencia de contacto, más apoyo social, redes más pequeñas). Podemos medir la estructura con el número de grupos que forman la red personal, la densidad y el grado de intermediación, entre otras⁷.

Dinámica. Las redes personales, incluso los amigos considerados “de toda la vida” cambian con el tiempo. Los cambios más drásticos se dan en la juventud y con el mundo del trabajo en la forma que ya sabemos: una punta de contactos en la madurez que decae con el tiempo. Los cambios del estatus matrimonial (matrimonio, viudez, separación) y los cambios de residencia afectan notablemente a los contactos (reduciéndolos). Sin embargo,

⁷ El grado de intermediación puede conceptualizarse como una medida de hasta qué punto ego es necesario para conectar diferentes partes de la red.

estos cambios siguen en general la regla siguiente (Suitor et. al, 1997; Morgan et. al., 1997): el centro de la red es muy estable a lo largo del tiempo y alrededor de 1/3 de la periferia cambia con el tiempo. De la misma forma, los lazos fuertes (más intensidad, frecuencia y más antigüedad de la relación) son más estables que los débiles y, por supuesto, los lazos familiares persisten más que el resto de lazos.

4. APOYO SOCIAL Y REDES PERSONALES. UN ESTUDIO DE CASO

En este apartado pretendemos mostrar algunas de las posibilidades que ofrece el estudio de las redes personales aplicado al estudio del apoyo social y la posible intervención. Para ello tomaremos ejemplos de una investigación sobre los cambios en las familias con niños afectados de cardiopatías congénitas (Llopis, 2006).

En este caso analizamos una pareja, compuesta por Manuel y María (seudónimos) con dos hijas. La más pequeña tiene 21 meses y le fue diagnosticada una cardiopatía congénita poco después de nacer. Mientras el bebé estuvo ingresado en la Unidad de Cuidados Intensivos (UCI), Manuel y María conocieron a otras parejas en su misma situación. Allí mismo, en el hospital, encontraron un tríptico de presentación de la Asociación de padres afectados por esta enfermedad (*Asociación de ayuda a los afectados de cardiopatías infantiles de Cataluña – AACIC*⁸). Al cabo de un mes y medio, y una vez fuera de peligro inmediato, Manuel y María fueron a la asociación a buscar información y “ayuda”.

Esta circunstancia cambió la vida de la pareja. Defendemos a continuación la hipótesis que la red social de ambos se transformó en al menos dos direcciones. La primera, *el cambio de función y composición de la red social preexistente*, tomando funciones de apoyo y más relevancia relaciones hasta el momento con otro contenido (trabajo, amistad...). En segundo lugar, *la aparición en la red de nuevas personas, con una función de apoyo social (emocional en este caso) muy definida* (otros afectados o miembros del Grupo de Padres de la Asociación).

Empecemos con Manuel. Manuel tiene alrededor de 35 años y es directivo de una empresa. En las distintas sesiones del Grupo de Padres organizadas por la Asociación, manifiesta que uno de los aspectos que le viene angustiando es el sentido de culpabilidad que siente cuando su mujer le recuerda que se pasa todo el día fuera de casa trabajando. Conciente de esta situación, Manuel al llegar a casa participa activamente en el trabajo doméstico permitiendo que su esposa pueda dedicar parte de su tiempo a la otra hija. La presión sobre su esposa María es muy fuerte: la niña pequeña precisa de toda su atención. En este sentido, una de las utilidades de tales sesiones es precisamente compartir con otros padres y madres los mismos problemas o discutir con personas que hayan vivido o vivan las mismas experiencias.

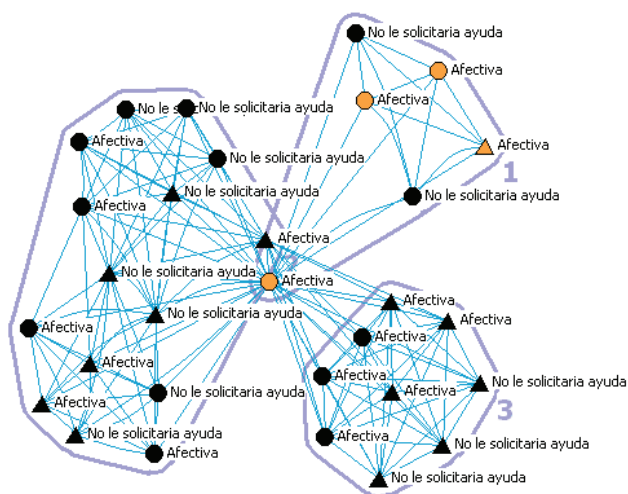
La red de Manuel está formada en un 53,33% por mujeres frente a un 46,66% de hombres, algo que muestra un cambio en su red pues de un varón de su edad, con un trabajo de profesional liberal, cabría esperar un porcentaje de hombres superior al 60%. Dado que las redes sociales con una mayor proporción de mujeres tienden a contener más apoyo social, es posible que la red de Manuel haya experimentado un cambio en su contenido en los dos últimos años.

A nivel de estructura, la red de Manuel está compuesta por tres grandes grupos: la *familia* (de la cual el 30% es por descendencia y el 20% por matrimonio o alianza) repre-

⁸ <http://www.aacic.org/>

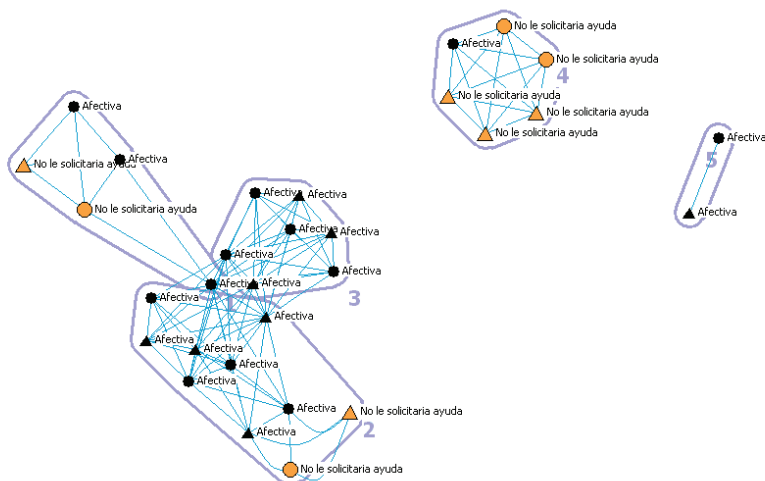
sentada en el Grupo 2 de la Ilustración 4, situado a la izquierda; los *amigos* de “la infancia o juventud” (20%) representados en el Grupo 3 (situado en la parte inferior derecha) y, finalmente, los *miembros de la Asociación u otros padres afectados* (Grupo 1, superior derecha). La distribución de los alteri en relación al lugar de residencia es básicamente local (Área Metropolitana de Barcelona), a excepción del 13% que corresponde precisamente al grupo de padres y madres cuya relación nace en la UCI del hospital y que tuvieron que desplazarse desde otras provincias para ingresar a su hijo/a. María, su esposa, está en el centro de la red, algo habitual en las redes personales. Es significativo que no aparezcan compañeros de trabajo en la red de Manuel, una muestra de la importancia secundaria del mundo profesional en sus prioridades actuales.

Ilustración 4. Red personal de Manuel. En color claro “pertenecen a la Asociación o son afectados (cardiopatías)”



Veamos ahora el caso de María en la Ilustración 8. El Grupo 4 (parte superior derecha) está formado también por personas de la Asociación o personas afectadas, con las que se establecen relaciones de socialización y en un caso, relaciones de confianza. Éste es un cambio estructural de fundamental importancia en la vida de María, tanto por la función como por la importancia relativa en su ambiente social. Otra vez la familia vuelve a tomar fuerza (Grupos 1 y 2, la familia por descendencia y la familia por matrimonio respectivamente), aunque los ex-compañeros de trabajo (Grupo 1, superior izquierda) y los amigos (Grupo 5, centro derecha) siguen siendo importantes, con sus funciones de apoyo fortalecidas. Estos compañeros de trabajo tenían funciones de consejo profesional y socialización. Sin embargo, con la aparición de la enfermedad de su hija y el abandono del trabajo por parte de ésta, dos de las ex-compañeras del trabajo se convierten en proveedoras de ayuda y, en conjunto, siguen representando una parte importante del mundo social de María.

Ilustración 5. Color (negro o gris) y etiqueta hacen referencia a la existencia o no de apoyo afectivo (cardiopatías)



A nivel de composición, la red de María está formada mayoritariamente por mujeres en un 56,66% frente a un 43,33% de hombres, algo que cabía esperar. Igualmente, es de destacar que el 70% de las personas de su red proveen de apoyo afectivo, por lo menos desde su percepción.

Por lo que se refiere a la distribución geográfica, ésta es también básicamente local, a excepción de las parejas con las que tramaron amistad en las largas y angustiosas esperas en la UCI.

Con el caso de Manuel y María podemos ver una de las aplicaciones de las redes personales aplicadas al apoyo social: la valoración de la transformación de las funciones de la red social preexistente y la introducción de nuevos proveedores de apoyo, un grupo de ayuda mutua en este caso, con una gran importancia en la vida de estas personas. Los amigos, la familia, ex-compañeros de trabajo se refuerzan en sus roles de apoyo mientras que las relaciones profesionales, en otras circunstancias seguramente mucho más valoradas y presentes, desaparecen prácticamente de los informes de nuestros informantes. Las redes sociales cambian para adaptarse a las nuevas circunstancias. Valorar la situación real y las posibilidades de intervención implica captar la totalidad de la red personal.

CONCLUSIÓN

En los últimos años se han acumulado estudios empíricos, se han desarrollado métodos de investigación y programas informáticos que hacen posible abordar de forma realista el estudio de las redes personales y evaluar su impacto en diferentes dimensiones de la vida social, el apoyo social en este caso. Estudiar las redes personales y sus cambios delante de situaciones críticas, como por ejemplo la aparición de una enfermedad crónica en un hijo, nos ayuda a entender los cambios que se producen para adaptarse a las nuevas circunstancias. La apreciación de estos cambios exige un estudio longitudinal, o bien interesarse de forma retrospectiva sobre los detalles de las relaciones cotidianas antes de producirse la crisis. Esta visión global de la persona permite conocer la composición, la estructura y

la función de la red social y apreciar en qué condiciones aparecen *nuevos* proveedores de apoyo (otros padres afectados en el caso que hemos estudiado), se *transforman* otros roles (como ex – compañeros de trabajo) o se *refuerzan* en su función de apoyo otros ya existentes (como la familia y la pareja). Entender estos cambios y su dinámica es el primer paso para abordar planes de intervención encaminados a mejorar la situación de estas personas. Ésta es al menos nuestra propuesta.

REFERENCIAS

- Barrera, M. (1980). A method for the assessment of social support networks in community survey research. *Connections* 3 (8-13).
- Barrón, A. (1990). Apoyo social: definición. *JANO Vol. XXXVIII N° 898*, 62-73.
- Berkman, L., & Syme, S.L. (1979). *Social networks*, host resistance and mortality: A nine-year follow-up study of Alameda County residents. *American Journal of Epidemiology*, 109 (186-204).
- Blau, Peter M (1964). *Exchange and Power in Social Life*. New York: John Wiley.
- Borgatti, S.P., Everett, M.G., Freeman, L.C. (2002). *Ucinet for Windows: Software for Social Network Analysis*. Harvard, MA: Analytic Technologies.
- Bourdieu, P. (1988 [1979]). *La distinción: criterio y bases sociales del gusto [La Distinction]*. Madrid: Taurus.
- Cohen, Sheldon., Brissette, I., Skoner, D.P., Doyle, W.J., (1999). Social Integration and Health: The Case of the Common Cold. *JoSS*, Volume 1(3). <<http://www.beinz.cmu.edu/project/INSNA/joss/sih.html>> [Consulta : 16-09-00].
- Cohen, Sheldon. & Syme ,S.L. (eds.) (1985). *Social Support and Health*. London: Academic Press, INC.
- Cohen, Sheldon; Underwood, Lynn G. & Benjamin H. Gottlieb (eds.) (2000). *Social Support Measurement and Intervention. A Guide for Health and Social Scientists*. Oxford: Oxford University Press.
- Dean, A., & Lin, N. (1977). The stress-buffering role of social support. *Journal of Nervous and Mental Disease*, 169 (403-417).
- Ferran, A; Mounier, L & Alain Degenne (1999). The Diversity of Personal Networks in France: Social Stratification and Relational Structures. En Wellman, Barry (ed.), *Networks in the Global Village. Life in Contemporary Communities*. Oxford: Westview Press.
- Fisher, C (1982). *To Dwell Among Friends. Personal Networks in Town and City*. Chicago: University of Chicago Press.
- Fratiglioni, L.; Hui-Xin, Wang; Ericsson, K.; Maytan, M.; Winblad, B. (2000). Influence of social network on occurrence of dementia: a community-based longitudinal study. *The Lancet*, 355 (1315-19).
- Gottlieb, B.H. (1983). *Social support strategies: Guidelines for mental health practice*. Londres, Sage.
- Gracia, E. (1997). *El Apoyo Social en la intervención comunitaria*. Barcelona, Paidós.
- Granovetter, M. (1973). The Strength of Weak Ties. *American Journal of Sociology*, 78 (6) (1360-1380).
- Grossetti, M. (2004). Are French Networks Different? Ponencia presentada en la XXIV *International Sunbelt Social Network Conference*, Portorç, Slovenia. 12-16 Mayo.

- Hall, A. & Barry Wellman (1985). Social Networks and Social Support. En Cohen, S. & Leonard Syme (eds.), *Social Support and Health*. London: Academic Press.
- Henderson, S.K.;Byrne, D.G.; Duncan-Jones, P.; Adcock, S.; Scout, R. & G.P. Steele, (1978). Social bounds in the epidemiology of neurosis: A preliminary communication. *British Journal of Psychiatry*, 132, 463-466.
- Hirsh, B.J. (1980). Natural support systems and coping with major life changes. *American Journal of Community Psychology*, 8, 159-172.
- Kadushin, CH.. (1982). Social Density and Mental Health. En Marsden, P. V. y Nan,L. , *Social Structure and Network Analysis*. Beverly Hills: Sage Publications. pp. 147-158.
- Laumann, E.O. (1973). *Bonds of Pluralism: The Form and Substance of Urban Social Networks*. New York: John Wiley.
- Lazarus, R.S.; Folkman, S. (1986). *Estrés y procesos cognitivos*. Barcelona: Martínez Roca.
- Lazarus, R.S. (2000). *Estrés y emoción*. Bilbao: Desclée de Brouwer, S.A.
- Lin, N. (2001). *Social Capital: A Theory of Social Structure and Action*. Cambridge: Cambridge University Press.
- Llopis, J. (2006): *Gluten y corazón. Una aproximación antropológica a los cambios sociales y culturales experimentados por las familias con hijos con enfermedades crónicas*. Tesis de Maestría. Departamento d'Antropología social i cultural, UAB.
- Maya, I. (2000): "Aspectos psicosociales de un grupo de autoayuda on-line de cuidadores y pacientes de Alzheimer", Comunicación presentada en la III *Conference of the International Society for Quality of Life Studies*.
- Mccarty, c., h.r. bernard, p.d. kilworth, g.a. shelley & e. C. Johnsen (1997). Eliciting representative samples of personal networks. *Social Networks*, 19 (303-323).
- Mccarty, C. (2002). Structure in Personal Networks. JoSS. <<http://www.library.cmu.edu:7850/JoSS/McCarty/McCarty.htm>> [Consulta: 25-03-02].
- Mccarty, C. & Amber Wutichn (2005). Empirical Arguments for Including or Excluding Ego from Structural Analyses of Personal Networks. *Connections* 26(2): 82-88.
- Menéndez, C.; Montes, A.; Gamarra, T.; Núñez, C.; Alonso, A.; Bujuan, S. (2003). Influencia del apoyo social en pacientes con hipertensión arterial esencial. *Atención Primaria*, 31 (8):506-13.
- Molina, J.L. (2005). El estudio de las redes personales: contribuciones, métodos y perspectivas. *Empiria*, Julio-Diciembre, 10, 71-106.
- Morgan, D.L., M.B. Neal & P. Carder (1997). The stability of core and peripheral networks over time. *Social Networks*, 19, 9-25.
- Nebot, M.; Lafuente, J.M.; Tomás, Z.; Borell, C.; Ferrando, J. (2002). Efecto protector del apoyo social en población anciana: un estudio longitudinal. *Revista Española de Salud Pública*, 76, 673-682.
- Remor, E. (2002). Apoyo social y calidad de vida en la infección por el VIH. *Atención Primaria*, 30 (3), 143-149.
- Schaefer, C., Coyne, J.C. & R.S. Lazarus (1981). The health-related functions of social support. *Journal of Behavior Medicine*, 4, 381-406.
- Schweizer, T., Schnegg, M. & Berzborn, S. (1998). Personal Networks and social support in a multiethnic community of southern California. *Social Networks*, 20 (1):1-21.
- Suitor, J. Jill., Barry Wellman & Morgan, D. L. (1997). It's about time: how, why, and when networks change. *Social Networks* 19, 1-7.

- Weiss, R.S. (1974). The provision of social relationships. En Z. Rubin (ED.) *Doing unto others*. Englewood Cliffs, Nueva Jersey: Prentice-Hall.
- Wellman, B. (1979). The Community Question: The Intimate Networks of East Yorkers. *The American Journal of Sociology*, 84(5), 1201-1231.
- Wellman, B., Carrington, P.J. & Hall, A. (1988). Networks as personal communities. Wellman & Berkowitz (eds.), *Social Structures; A Network Approach*. Cambridge University Press, Cambridge, 1988, 130-184.
- Wellman, B, Renita Yuk-Lin Wong, Tindall, D. & Nazar, N. (1997). A decade of network change: turnover, persistence and stability in personal communities. *Social Networks* 19, 27-50.
- Wellman, B. (1999). The Network Community: An Introduction. En Wellman, Barry (ed.), *Networks in the Global Village*. Boulder, Colorado: Westview Press.
- Wellman, B. & Kenneth a. F. (2001). Getting Support from Personal Communities. En Lin, Nan, Cook, Karen & Burt, Ronald S. (eds.), *Social Capital. Theory and Research*. New York: Aldine de Gruyter.
- Villalba, C. (1993). Redes Sociales: un concepto con importantes implicaciones en la intervención comunitaria. *Intervención Psicosocial*, 1, (4), 69 – 85.
- Wills, T.A. & Shinar, O. (2000). Measuring perceived and Received social support, en Cohen, S., Underwood, L. G. & Gottlieb, B.H. (eds.) (2000): *Social Support Measurement and Intervention. A Guide for Health and Social Scientists*. Oxford: Oxford University Press, 86-135.
- Woloshin, S., Schwartz, L.M., Tosteson, A.N., Chang, C.H., Wright, B, Plohman, J. & Fisher, E.S. (1997). Perceived adequacy of tangible support and health outcomes in patients with coronary artery disease. *Journal of General Internal Medicine* 12 (10), 613-618.