

Quejas subjetivas de memoria, estrés percibido y estrategias de afrontamiento en adultos jóvenes

Sergio Molina-Rodríguez, Olga Pellicer-Porcar, Marcos Mirete-Fructuoso, Estefanía Martínez-Amorós

Departamento de Psicología de la Salud. Facultad de Ciencias Sociosanitarias. Universidad Miguel Hernández. Elche, Alicante, España.

Correspondencia:

Dra. Olga Pellicer Porcar.
Departamento de Psicología de la Salud. Facultad de Ciencias Sociosanitarias. Universidad Miguel Hernández. Avda. Universidad, s/n. Edificio Altamira. E-03202 Elche (Alicante).

Fax:
+34 966 658 904.

E-mail:
o.pellicer@umh.es

Aceptado tras revisión externa:
04.02.16.

Cómo citar este artículo:
Molina-Rodríguez S, Pellicer-Porcar O, Mirete-Fructuoso M, Martínez-Amorós E. Quejas subjetivas de memoria, estrés percibido y estrategias de afrontamiento en adultos jóvenes. Rev Neurol 2016; 62: 344-50.

© 2016 Revista de Neurología

Introducción. Las quejas subjetivas de memoria son cada vez más frecuentes entre los adultos jóvenes. En la actualidad, no existe bibliografía que analice la relación entre las quejas de memoria, el estrés percibido y las estrategias de afrontamiento de forma conjunta en adultos jóvenes.

Objetivo. Determinar la contribución del estrés percibido y diferentes estrategias de afrontamiento sobre las quejas subjetivas de memoria en adultos jóvenes sanos.

Sujetos y métodos. La muestra estuvo compuesta por 299 universitarios, el 71,6% mujeres, con una edad media de $22,54 \pm 4,73$ años. La variable 'quejas de memoria' se midió con el cuestionario de fallos de memoria; la variable 'estrés percibido', con la escala de estrés percibido, y las variables referidas a estrategias de afrontamiento, con el inventario de estrategias de afrontamiento.

Resultados. Las variables que presentan una mayor aportación a la varianza de las quejas de memoria son, en primer lugar, estrés percibido y estrategias de afrontamiento positivas centradas en el problema, y, en segundo lugar, estrategias de afrontamiento negativas centradas en la emoción y en el problema. Las estrategias de afrontamiento positivas centradas en la emoción presentan una aportación nula.

Conclusión. Una vez más se evidencia la influencia del estrés sobre los procesos de memoria. El empleo de estrategias de afrontamiento positivas centradas en el problema, como la reestructuración cognitiva y la resolución de problemas, puede resultar beneficioso para atenuar la presencia de quejas de memoria, y es necesario realizar una mayor investigación al respecto.

Palabras clave. Afrontamiento de la emoción. Afrontamiento del problema. Estrategias de afrontamiento. Estrés percibido. Jóvenes. Quejas subjetiva de memoria.

Introducción

En los últimos años, varias investigaciones han tratado de determinar cuáles son los antecedentes inmediatos a las quejas subjetivas de memoria con el objetivo de poder realizar intervenciones terapéuticas al respecto. Dicha entidad, al contrario de lo que cabría esperar, es cada vez más frecuente entre los adultos jóvenes [1], y se caracteriza por la presencia de un conjunto de despistes y olvidos frecuentes que genera en los individuos que lo padecen cierta desconfianza en sus capacidades mnésicas [2].

A pesar de la amplia bibliografía existente al respecto, se han encontrado resultados poco concluyentes sobre la presencia de una alteración propiamente mnésica, y la mayoría de las investigaciones resalta la existencia de una fuerte vinculación entre las quejas subjetivas de memoria y las funciones cognitivas de tipo ejecutivo [3-5]. No obstante, determinadas variables de tipo emocional parecen estar desempeñando un papel modulador clave en su

etiopatogenia, lo cual ha provocado que el interés se focalice en ellas. Tal es el caso de los problemas afectivos, como la sintomatología depresiva [3], la ansiedad obsesivo-compulsiva y la ansiedad social [2], y algunos perfiles de personalidad, como el neuroticismo [4].

De entre todos los factores emocionales, se ha resaltado especialmente el papel del estrés percibido, el cual hace referencia a la evaluación negativa sobre los propios recursos personales, de modo que éstos se consideran insuficientes para poder hacer frente a las demandas ambientales [6]. Su vinculación con las quejas de memoria reside en el hecho de que el estrés percibido influye en gran medida sobre el desempeño de las funciones cognitivas, y puede llegar, en ocasiones, a generar una mayor incidencia de problemas de memoria en los individuos, tanto objetivos como subjetivos [7-9]. Además, a pesar de que la propia definición de estrés percibido hace énfasis en los recursos que dispone el individuo para hacer frente al problema, la mayo-

ría de las investigaciones realizadas sobre quejas subjetivas de memoria y estrés percibido ha obviado la influencia que ejercen las diversas estrategias de afrontamiento. Así, se ha adoptado una visión pasiva del individuo, sin considerar, como establecen Lazarus y Folkman [10,11], el hecho de que los organismos son entes activos que dedican esfuerzos cognitivos y conductuales con el fin de hacer frente y manejar las demandas específicas del entorno, y dichos esfuerzos pueden estar centrados en el problema o en las emociones.

En este sentido, en población anciana se ha podido comprobar que el afrontamiento activo del problema, ya sea mediante estrategias orientadas al problema o a las emociones, como mediante la comparación social, presenta una relación inversamente proporcional con las quejas subjetivas de memoria, de modo que, cuando el individuo dispone de los recursos adecuados, se puede llegar a reducir el estrés percibido y, con ello, la gravedad de las quejas de memoria [12]. Sin embargo, en contraposición, también se ha llegado a observar que las estrategias de afrontamiento no desempeñarían una influencia protectora en el contexto de las quejas subjetivas de memoria [13].

A pesar de que es cada vez mayor el número de jóvenes que manifiesta quejas subjetivas de memoria, la bibliografía que ha explorado la relación entre las estrategias de afrontamiento y las quejas subjetivas de memoria se ha realizado con adultos de edad avanzada, y ninguna investigación hasta la fecha ha explorado dicha relación en adultos jóvenes.

Por tanto, el presente estudio tiene como objetivo realizar un análisis exploratorio que permita determinar la contribución del estrés percibido y diferentes estrategias de afrontamiento, centradas en el problema y en la emoción, sobre las quejas subjetivas de memoria en una muestra de adultos jóvenes sanos.

Sujetos y métodos

Muestra

El muestreo se llevó a cabo de forma incidental, y no aleatoria, de tal forma que la muestra inicial estuvo compuesta por un total de 305 estudiantes pertenecientes a la Universidad de Alicante y la Universidad Miguel Hernández de Elche. Para la selección de los candidatos se establecieron como criterios de exclusión el consumo de medicación o sustancias tóxicas en cantidades que pudiesen alterar las funciones cognitivas o el resto de variables de interés (por ejem-

plo, alcohol, benzodiacepinas, etc.), la presencia de patologías médicas o psicológicas, así como tener una edad superior a 40 años. Teniendo en cuenta los criterios de exclusión, se eliminó a un total de seis participantes. De este modo, la muestra final estuvo compuesta por 299 participantes (71,6%, mujeres) con una edad media de $22,54 \pm 4,73$ años y un rango de edad de 18-40 años.

Instrumentos

La variable dependiente en nuestro estudio fue 'quejas subjetivas de memoria', la cual se define como un fenómeno clínico caracterizado por un conjunto de olvidos y despistes frecuentes que generan cierta desconfianza en las capacidades mnésicas del individuo. El instrumento utilizado para su evaluación fue el cuestionario de fallos de memoria de la vida cotidiana [14,15], que explora quejas subjetivas de memoria y procesos cognitivos relacionados mediante 30 ítems con formato de respuesta en escala Likert entre 0 ('nunca' o 'casi nunca') y 5 ('siempre' o 'casi siempre'). El rango de puntuaciones totales posibles oscila de 0 a 4, en el sentido de menor a mayor percepción de deterioro en la memoria, y es el resultado de realizar una media aritmética con las puntuaciones obtenidas en los distintos ítems que componen el cuestionario.

Por otra parte, las variables independientes empleadas fueron las siguientes.

Estrés percibido

Hace referencia a una evaluación de insuficiencia sobre los propios recursos personales para hacer frente a las demandas ambientales, y para su evaluación se utilizó la escala de estrés percibido [16,17], que cuantifica el grado de estrés experimentado al enfrentarse a los eventos de la vida cotidiana. Dicho cuestionario consta de 10 ítems, con una escala de respuesta de tipo Likert de 0 ('nunca') a 4 ('muy a menudo'). El rango total de puntuaciones posible oscila entre 0 y 4, resultado de realizar una media aritmética con las puntuaciones de todos los ítems.

Estrategias de afrontamiento

Se definen como esfuerzos cognitivos y conductuales dinámicos que se desarrollan para manejar las demandas específicas externas o internas que son evaluadas como excedentes o desbordantes de los recursos del individuo [10,11]. Para su evaluación se utilizó el inventario de estrategias de afrontamiento [18,19], que consta de 40 ítems, con una escala de respuesta de tipo Likert de 0 ('en absoluto') a 4 ('totalmente de acuerdo'). Dicha variable se compo-

Tabla I. Estadísticos descriptivos de las variables de interés.

	Mínimo	Máximo	Media	DE
Quejas subjetivas de memoria	0	2,43	0,74	0,48
Estrés percibido	0,64	3,07	1,83	0,43
EA positivas, emoción	0	4	2,31	0,81
EA positivas, problema	0,5	4	2,46	0,72
EA negativas, emoción	0	3,7	1,46	0,73
EA negativas, problema	0,2	3,7	1,86	0,66

DE: desviación estándar; EA: estrategias de afrontamiento.

ne de cuatro niveles, cada uno de los cuales se compone de 10 ítems y tiene un rango de puntuaciones posibles entre 0 y 4:

- *Estrategias de afrontamiento positivas centradas en la emoción:* reflejan un afrontamiento adaptativo centrado en el manejo de las emociones que afloran en el proceso estresante, y se evalúan con las subescalas de apoyo social y expresión emocional.
- *Estrategias de afrontamiento positivas centradas en el problema:* indican un afrontamiento adaptativo centrado en el problema, bien modificando la situación, bien su significado, y se evalúan con las subescalas de resolución de problemas y reestructuración cognitiva.
- *Estrategias de afrontamiento negativas centradas en la emoción:* reflejan un afrontamiento desadaptativo centrado en las emociones, pero basado en el aislamiento, la autocrítica y la autoinculpación, y se evalúan con las subescalas de retirada social y autocrítica.
- *Estrategias de afrontamiento negativas centradas en el problema;* indican un afrontamiento desadaptativo centrado en el problema, bien evitando las situaciones estresantes, bien fantaseando sobre realidades alternativas pasadas, presentes o futuras, y se evalúan con las subescalas de evitación de problemas y pensamiento desiderativo.

Procedimiento

Los cuestionarios fueron aplicados de manera colectiva y sin límite de tiempo en las diferentes aulas universitarias en las que se encontraban los participantes. Se informó del objetivo de la investigación,

se proporcionaron instrucciones claras sobre la forma de rellenar los cuestionarios y se informó sobre la ausencia de respuestas correctas o incorrectas, así como sobre la confidencialidad de los datos recogidos. Asimismo, todos los participantes firmaron un consentimiento informado elaborado por el equipo de investigación de acuerdo con la Declaración de Helsinki.

Después de recabar los datos, su posterior codificación y análisis se llevó a cabo mediante el programa estadístico SPSS v. 22.0. En primer lugar, se analizaron los coeficientes de correlación de Pearson entre las distintas variables. Por otro lado, con el objetivo de analizar la varianza de las quejas subjetivas de memoria explicada por el estrés percibido y las estrategias de afrontamiento, se llevó a cabo un análisis de regresión lineal múltiple. Para ello, y de forma previa, se comprobó el cumplimiento de los supuestos básicos de aplicación, esto es, homocedasticidad con la prueba de Levene, normalidad con la prueba de Kolmogorov-Smirnov e independencia de los errores con el estadístico de Durbin-Watson. Una vez comprobados los supuestos, se llevó a cabo un análisis de regresión lineal jerárquica mediante el método 'introducir', y la estimación se llevó a cabo por mínimos cuadrados ordinarios. Para ello, se introdujeron las variables en orden, según sus coeficientes de orden cero.

Resultados

En la tabla I se presenta el rango, las medias y las desviaciones estándares de cada una de las variables de interés estudiadas en la muestra. Como se puede observar, los participantes presentan un rango de puntuaciones medio-bajas en quejas subjetivas de memoria. En cuanto al estrés percibido, las puntuaciones están más distribuidas a lo largo del rango posible que en las variables anteriores, aunque en promedio siguen siendo medio-bajas. Con respecto a las distintas estrategias de afrontamiento, presentan una mayor variabilidad de puntuaciones, y éstas están distribuidas a lo largo del rango posible, con puntuaciones promedio generalmente intermedias.

En general, las quejas subjetivas de memoria presentan una relación lineal significativa con todas las variables, a excepción de las estrategias de afrontamiento positivas centradas en la emoción (Tabla II). La variable con la que presentan una relación lineal más intensa es estrés percibido, seguida de estrategias de afrontamiento negativas centradas en la emoción, estrategias de afrontamiento negativas

centradas en el problema y, por último, estrategias de afrontamiento positivas centradas en el problema. Las estrategias de afrontamiento positivas presentan una relación lineal inversa con las quejas subjetivas de memoria, mientras que la dirección de la relación para las estrategias de afrontamiento negativas es directa.

Con respecto al modelo de regresión múltiple, en la tabla III se puede comprobar que el estrés percibido presenta una aportación significativa a la varianza de las quejas subjetivas de memoria, y llega a explicar por sí solo el 11,9%. Las siguientes variables significativas en su inclusión al modelo son las estrategias de afrontamiento negativas centradas en la emoción y las estrategias de afrontamiento positivas centradas en el problema. Ninguna de las otras variables produce un cambio significativo en el valor de *F* al ser incluida. No obstante, el modelo integrado por todas las variables es significativo ($p = 0$) y explica el 20,1% de la varianza de las quejas subjetivas de memoria.

Como se observa en la tabla IV, de la ecuación de regresión conjunta, el orden de aportación, de mayor a menor, a la varianza de las quejas subjetivas de memoria es el siguiente: estrés percibido, estrategias de afrontamiento positivas centradas en el problema, estrategias de afrontamiento negativas centradas en la emoción, estrategias de afrontamiento negativas centradas en el problema y estrategias de afrontamiento positivas centradas en la emoción.

Discusión

El objetivo de partida de la presente investigación era analizar la influencia del estrés percibido y las estrategias de afrontamiento sobre las quejas subjetivas de memoria en adultos jóvenes sanos.

Los resultados obtenidos han permitido comprobar que dichas variables presentan una aportación considerable a las quejas subjetivas de memoria, lo cual viene reflejado por un tamaño del efecto medio-bajo según los criterios de Cohen [20].

La variable que en el modelo conjunto tiene un mayor peso para explicar las quejas subjetivas de memoria y que actúa como factor de riesgo para su aparición ha resultado ser el estrés percibido. En este sentido, estudios anteriores han mostrado que el estrés percibido o trastornos relacionados con él tendrían un papel fundamental en la presencia de quejas subjetivas de memoria, tanto en la población joven como en la anciana [7,12,13,15]. De forma más específica, centrándonos en los resultados referidos a la población joven, se han encontrado re-

Tabla II. Matriz de correlaciones entre las variables de interés.

	Quejas subjetivas de memoria	Estrés percibido	EA positivas, emoción	EA positivas, problema	EA negativas, emoción
Estrés percibido	0,349 ^a				
EA positivas, emoción	-0,103	0,009			
EA positivas, problema	-0,208 ^a	-0,119 ^b	0,579 ^a		
EA negativas, emoción	0,339 ^a	0,368 ^a	-0,090	-0,047	
EA negativas problema	0,214 ^a	0,204 ^a	0,255 ^a	0,297 ^a	0,507 ^a

EA: estrategias de afrontamiento. ^a $p < 0,01$; ^b $p < 0,05$.

Tabla III. Regresión lineal múltiple: estadísticos de cambio al añadir cada variable.

	<i>r</i>	<i>r</i> ² corregida	Cambio en <i>F</i>
Estrés percibido	0,349	0,119	41,307 ^a
EA negativas, emoción	0,416	0,168	18,254 ^a
EA negativas, problema	0,418	0,167	0,693
EA positivas, problema	0,463	0,204	14,721 ^a
EA positivas, emoción	0,463	0,201	0,002

EA: estrategias de afrontamiento. ^a $p < 0,05$.

laciones moderadas entre las quejas subjetivas de memoria y el estrés percibido utilizando las mismas herramientas que en la presente investigación para su evaluación [7,15]. Asimismo, otros autores han podido comprobar que el estrés percibido está asociado no sólo con medidas subjetivas, sino también con un deterioro objetivo de la memoria episódica y las funciones ejecutivas [9]. En concreto, conviene señalar el efecto de interferencia que el estrés agudo ejerce sobre funciones cognitivas como la memoria de trabajo o la atención [21-24], las cuales han destacado en la bibliografía por desempeñar un papel fundamental en la etiopatogenia de las quejas subjetivas de memoria en la población joven [3-5,7]. Por ello, sería factible considerar que la relación positiva entre el estrés percibido y las quejas subjetivas de memoria observada en nuestra muestra se debe a la influencia que ejerce el estrés sobre dichas funciones cognitivas. En cualquier caso, no se puede descartar que sea el funcionamiento deficiente

Tabla IV. Regresión lineal múltiple: coeficientes del modelo completo.

	<i>B</i>	Error típico	β	<i>t</i>
Constante	0,257	0,149		1,731
Estrés percibido	0,259	0,063	0,232	4,100 ^a
EA negativas, emoción	0,011	0,004	0,169	2,575 ^b
EA negativas, problema	0,011	0,005	0,145	2,208 ^b
EA positivas, problema	-0,014	0,004	-0,214	-3,239 ^a
EA positivas, emoción	0,000	0,004	-0,003	-0,044

EA: estrategias de afrontamiento. ^a $p < 0,01$; ^b $p < 0,05$.

en determinadas funciones cognitivas el que genere un aumento del estrés percibido.

En segundo lugar, y con un nivel de aportación muy cercano a la anterior variable, se encuentran las estrategias de afrontamiento positivas centradas en el problema, las cuales, con una relación lineal inversa, se erigen como factor protector frente a la aparición de quejas de memoria, y engloban tanto la reestructuración cognitiva como la resolución de problemas. Este efecto podría deberse a que el empleo de estrategias de afrontamiento positivas centradas en el problema reduce el estrés percibido y disminuye la influencia perjudicial de este último sobre variables cognitivas como la atención y la memoria de trabajo, y genera, de esta forma, una disminución de las quejas subjetivas de memoria [3-5,7].

No obstante, también podría suceder que la presencia de un buen rendimiento de las funciones ejecutivas conlleve un mayor empleo de estrategias de afrontamiento positivas centradas en el problema. De hecho, algunos de los ítems que constituyen la dimensión de estrategias de afrontamiento positivas centradas en el problema describen capacidades cognitivas fuertemente vinculadas con las funciones ejecutivas [18,19].

Las siguientes variables en orden de aportación al modelo han sido las estrategias de afrontamiento negativas centradas en la emoción, en primer lugar, y centradas en el problema, en segundo lugar, erigiéndose ambas como factores de riesgo para la aparición de las quejas de memoria. Las estrategias de afrontamiento negativas centradas en la emoción hacen referencia a la retirada social y la autocrítica, mientras que las estrategias de afrontamiento negativas centradas en el problema incluyen la evitación de problemas y el pensamiento desidera-

tivo. En este sentido, investigaciones previas han mostrado que la presencia de pensamientos reiterativos sobre los problemas, entre los cuales se incluyen los pensamientos desiderativos, así como una tendencia hacia el perfeccionismo manifestada por una elevada autocrítica, propias todas estas características de la ansiedad obsesivo-compulsiva, se encuentra vinculada al agravamiento de las quejas subjetivas de memoria [2,25], lo cual podría explicar dicho hallazgo.

Por último, basándonos en su peso en la ecuación de regresión múltiple, las estrategias de afrontamiento positivas centradas en la emoción han mostrado tener una aportación nula para explicar las quejas subjetivas de memoria. Dentro de este grupo encontramos conductas como la búsqueda de apoyo social, así como estrategias encaminadas a la liberación de emociones que se relacionan con el proceso de estrés. En este sentido, nuestros resultados discrepan con los encontrados por algunas investigaciones previas en población anciana, las cuales han apuntado la presencia de un efecto protector de estrategias de afrontamiento, como el sentido del humor frente a la génesis de las quejas subjetivas de memoria [12,26]. La discrepancia de estos resultados podría estar relacionada con las características diferenciales de la muestra, ya que las anteriores investigaciones se realizaron en población anciana, y con el instrumento empleado, puesto que en dichas investigaciones se utilizó un instrumento para evaluar de forma específica las estrategias de afrontamiento en relación con las quejas subjetivas de memoria. Por otro lado, también se ha de considerar que las estrategias de afrontamiento positivas centradas en la emoción constituyen un constructo mucho más amplio que el afrontamiento mediante el sentido del humor.

En general, la importancia que podría tener el entrenamiento en habilidades de afrontamiento en las quejas de memoria ya se ha planteado anteriormente [7], aunque sin hallazgos empíricos sobre los que sustentarla, especialmente en lo que a la población joven se refiere. Por ello, el presente trabajo resulta de relevancia para la futura investigación y desarrollo de tratamientos eficaces basados en la evidencia para las quejas subjetivas de memoria.

En esta línea, orientándonos hacia el diagnóstico y tratamiento de las quejas subjetivas de memoria, nuestros resultados sugieren la necesidad de detectar de forma prioritaria la presencia de estrés percibido en los pacientes, e instruir en estrategias de afrontamiento positivas centradas en el problema, variable de afrontamiento que ha aportado una mayor varianza al modelo final. Este hecho puede ex-

plicarse si se considera que este tipo de estrategias de afrontamiento, al igual que las quejas subjetivas de memoria, tiene un fuerte componente cognitivo en comparación con los otros tipos de estrategias de afrontamiento. Del mismo modo, sería necesaria la detección y corrección de las estrategias de afrontamiento negativas independientemente de si están centradas en la emoción o en el problema, ya que ambas tienen una aportación similar al modelo.

Por último, hay que señalar que este estudio adolece de determinadas limitaciones, como la medición de las variables de estudio mediante autoinformes, con el consiguiente sesgo de autopercepción que lleva asociado este tipo de medidas, o la ausencia de un muestreo aleatorio que asegure que los datos obtenidos en nuestra muestra son inferibles a la población general.

Para futuras investigaciones sería necesario superar las limitaciones citadas, así como analizar la influencia conjunta de las funciones ejecutivas, las estrategias de afrontamiento y el estrés percibido sobre las quejas subjetivas de memoria para determinar la direccionalidad de la relación establecida entre las tres primeras. Otros aspectos de interés que habría que estudiar serían: la relación entre el estrés percibido y el empleo de estrategias de afrontamiento específicas frente a las quejas subjetivas de memoria, y no de forma genérica como en la presente investigación; y también en qué medida la instrucción en habilidades de afrontamiento del estrés afecta a la presencia de quejas subjetivas de memoria, de modo que se obtengan evidencias que permitan establecer relaciones de causalidad.

Bibliografía

- Sachs-Ericsson N, Joiner T, Blazer DG. The influence of lifetime depression on self-reported memory and cognitive problems: results from the National Comorbidity Survey-Replication. *Aging Ment Health* 2008; 12: 183-92.
- Pellicer-Porcar O, Mirete-Fructuoso M, Molina-Rodríguez S, Soto-Amaya J. Quejas subjetivas de memoria en adultos jóvenes: influencia del estado emocional. *Rev Neurol* 2014; 59: 543-50.
- Montenegro M, Montejo P, Claver-Martín MD, Reinoso AI, Andrés-Montes ME, García-Marín A, et al. Relación de las quejas de memoria con el rendimiento de memoria, el estado de ánimo y variables sociodemográficas en adultos jóvenes. *Rev Neurol* 2013; 57: 396-404.
- Pedrero-Pérez EJ, Ruiz-Sánchez de León JM. Quejas subjetivas de memoria, personalidad y sintomatología prefrontal en adultos jóvenes. *Rev Neurol* 2013; 57: 289-96.
- Ruiz-Sánchez de León JM, Llanero-Luque M, Lozoya-Delgado P, Fernández-Blázquez MA, Pedrero-Pérez EJ. Estudio neuropsicológico de adultos jóvenes con quejas subjetivas de memoria: implicación de las funciones ejecutivas y otra sintomatología asociada. *Rev Neurol* 2010; 51: 650-60.
- Rodríguez-Marín J, Neipp-López MC. Manual de psicología social de la salud. Madrid: Síntesis; 2008.
- Ruiz-Sánchez de León JM, Pedrero-Pérez E, Lozoya-Delgado P. Caracterización neuropsicológica de las quejas de memoria en la población general: relación con la sintomatología prefrontal y el estrés percibido. *Anales de Psicología* 2014; 30: 676-83.
- Kuiper NA, Olinger LJ, Lyons LM. Global perceived stress level as a moderator of the relationship between negative life events and depression. *J Human Stress* 1986; 12: 149-53.
- Von Dras DD, Powless MR, Olson AK, Wheeler D, Snudden AL. Differential effects of everyday stress on the episodic memory test performances of young, mid-life, and older adults. *Aging Ment Health* 2005; 9: 60-70.
- Lazarus RS. Psychological stress and the coping process. New York: McGraw-Hill; 1966.
- Lazarus RS, Folkman S. Stress, appraisal, and coping. New York: Springer; 1984.
- Verhaeghen P, Geraerts N, Marcoen A. Memory complaints, coping, and well-being in old age: a systemic approach. *Gerontologist* 2000; 40: 540-8.
- Hurta CS, Alistair B, Barrowclough C. Perceptions of memory problems are more important in predicting distress in older adults with subjective memory complaints than coping strategies. *Int Psychogeriatr* 2011; 23: 1334-43.
- Sunderland A, Harris JE, Gleave S. Memory failures in everyday memory following severe head injury. *J Clin Neuropsychol* 1984; 6: 127-42.
- Lozoya-Delgado P, Ruiz-Sánchez de León JM, Pedrero-Pérez E. Validación de un cuestionario de quejas cognitivas para adultos jóvenes: relación entre las quejas subjetivas de memoria, la sintomatología prefrontal y el estrés percibido. *Rev Neurol* 2012; 54: 137-50.
- Cohen S, Kamarck T, Mermelstein RA. Global measure of perceived stress. *J Health Soc Behav* 1983; 24: 385-96.
- Pedrero EJ, Olivar A. Estrés percibido en adictos a sustancias en tratamiento mediante la escala de Cohen: propiedades psicométricas y resultados de su aplicación. *Anales de Psicología* 2010; 26: 302-9.
- Tobin DL, Holroyd KA, Reynolds RV, Kigal JK. The hierarchical factor structure of the Coping Strategies Inventory. *Cognit Ther Res* 1989; 13: 343-61.
- Cano-García FJ, Rodríguez-Franco L, García-Martínez J. Adaptación española del inventario de estrategias de afrontamiento. *Actas Esp Psiquiatr* 2007; 35: 29-39.
- Cohen J. Statistical power analysis for the behavioural sciences. New York: Academy Press; 1988.
- Oei NY, Everaerd WT, Elzinga BM, Van Well S, Bermond B. Psychosocial stress impairs working memory at high loads: an association with cortisol levels and memory retrieval. *Stress* 2006; 9: 133-41.
- Qin S, Hermans EJ, Van Marle HJF, Luo J, Fernández G. Acute psychological stress reduces working memory-related activity in the dorsolateral prefrontal cortex. *Biol Psychiatr* 2009; 66: 25-32.
- LeBlanc VR. The effects of acute stress on performance: implications for health professions education. *Acad Med* 2009; 84 (Suppl 10): S25-33.
- Vedhara K, Hyde J, Gilchrist ID, Tytherleigh M, Plummer S. Acute stress, memory, attention and cortisol. *Psychoneuroendocrinology* 2000; 25: 535-49.
- Pearman A. Predictors of subjective memory in young adults. *J Adult Dev* 2009; 16: 101-7.
- Swaegers K. Memory self-management: a literature study and exploratory study in older adults. Leuven, Belgium: University of Leuven; 1996.

Subjective memory complaints, perceived stress and coping strategies in young adults

Introduction. Subjective memory complaints are becoming more and more frequent among young adults. There are currently no studies in the literature that analyse the relation among memory complaints, perceived stress and coping strategies as a whole in young adults.

Aim. To determine the contribution made by perceived stress and different coping strategies on subjective memory complaints in healthy young adults.

Subjects and methods. The sample consisted of 299 university students, of whom 71.6% were women, with a mean age of 22.54 ± 4.73 years. The variable 'memory complaints' was measured with the memory failures questionnaire; the variable 'perceived stress' was measured with the perceived stress scale, and the variables referring to coping strategies were measured using the coping strategies inventory.

Results. The variables that made a higher contribution to the variance of the memory complaints are, first, perceived stress and positive problem-focused coping strategies, and, second, negative coping strategies focused on the emotion and on the problem. The positive emotion-focused coping strategies do not make any contribution.

Conclusion. Again we find evidence of the influence of stress on memory processes. The use of positive problem-focused coping strategies, such as cognitive restructuring and problem-solving, can be beneficial to lessen the presence of memory complaints. Further research on this matter is warranted.

Key words. Coping strategies. Coping. Emotion-focused coping. Perceived stress. Subjective memory complaints. Young people.