

**UNIVERSIDAD PRIVADA ANTONIO GUILLERMO URRELO**



**Facultad De Psicología**

**ESTRÉS PARENTAL EN EL CONTEXTO DE LA PANDEMIA  
DEL COVID-19 EN LOS PADRES DE FAMILIA DE UNA  
INSTITUCIÓN EDUCATIVA ESTATAL DE LA CIUDAD DE  
CAJAMARCA 2022**

**Autora:**

Stefanny Nicole Vargas Quispe

**Asesora:**

Mg. Cynthia Daniela Peña Muñoz.

**Cajamarca – Perú.**

**Mayo - 2022**

**UNIVERSIDAD PRIVADA ANTONIO GUILLERMO URRELO**



**Facultad De Psicología**

**ESTRÉS PARENTAL EN EL CONTEXTO DE LA PANDEMIA  
DEL COVID-19 EN LOS PADRES DE FAMILIA DE UNA  
INSTITUCIÓN EDUCATIVA ESTATAL DE LA CIUDAD DE  
CAJAMARCA 2022**

Tesis presentada en cumplimiento parcial de los requerimientos para optar el título de  
Licenciada en Psicología.

**Bachiller:**

Stefanny Nicole Vargas Quispe

**Asesora:**

Mg. Cynthia Daniela Peña Muñoz.

**Cajamarca – Perú.**

**Mayo - 2022**

COPYRIGHT © 2022 by  
VARGAS QUISPE STEFANNY NICOLE

Todos los derechos reservados

**UNIVERSIDAD PRIVADA ANTONIO GUILLERMO  
URRELO FACULTAD DE PSICOLOGIA**

**CARRERA PROFESIONAL DE PSICOLOGIA**

**APROBACION DE TESIS PARA OPTAR POR EL TITULO  
PROFESIONAL**

**“ESTRÉS PARENTAL EN EL CONTEXTO DE LA PANDEMIA  
DEL COVID-19 EN LOS PADRES DE FAMILIA DE UNA  
INSTITUCIÓN EDUCATIVA ESTATAL DE LA CIUDAD DE  
CAJAMARCA 2022”**

**Presidente:** Dra. Luz Esther Chávez Toledo.

**Secretario:** Dra. Lucía Milagros Esaine Suarez.

**Asesor:** Mg. Cynthia Daniela Peña Muñoz.

## **DECLARACIÓN DE AUTENTICIDAD Y NO PLAGIO**

Por el presente documento, la bachiller de la Facultad de Psicología: Stefanny Nicole Vargas Quispe quien ha elaborado el informe de tesis denominado ESTRÉS PARENTAL EN EL CONTEXTO DE LA PANDEMIA DEL COVID-19 EN LOS PADRES DE FAMILIA DE UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA ESTATAL DE LA CIUDAD DE CAJAMARCA 2022, como medio para optar el título profesional de Licenciada en psicología otorgado por la Universidad Privada Antonio Guillermo Urrelo. Por lo que, declaro bajo juramento, que el presente trabajo de tesis ha sido elaborado por la bachiller y no existe plagio de ninguna naturaleza, en especial copia de otro trabajo presentado por cualquier persona ante cualquier otra Universidad o Institución.

Dejo expresa constancia que, las citas de otros autores han sido debidamente identificadas en el trabajo, por lo que no he asumido como propia las opiniones vertidas por terceros, ya sea de fuentes primarias y secundarias encontrado por medio de escritos o por internet.

Del mismo modo, asumo la responsabilidad de cualquier error u omisión en el documento y soy consciente que este compromiso de fidelidad de la tesis tiene connotaciones éticas, pero también de carácter legal.

Cajamarca, mayo de 2022

-----  
**Bach. Stefanny Nicole Vargas Quispe**

## **DEDICATORIA:**

Dedico este trabajo principalmente a Dios, por haberme dado la vida y permitirme el haber llegado hasta este momento tan importante de mi formación profesional. A mi abuela Yolanda, por ser el pilar más importante y por demostrarme siempre su cariño y apoyo incondicional. A mis padres y tíos, por compartir momentos significativos conmigo y por siempre estar dispuestos escucharme y ayudarme en cualquier momento.

### **AGRADECIMIENTO:**

Agradezco a Dios por ser mi guía y acompañarme en el transcurso de mi vida, brindándome paciencia y sabiduría para culminar con éxito mis metas propuestas. A mis padres por ser mi pilar fundamental y haberme apoyado incondicionalmente, pese a las adversidades e inconvenientes que se presentaron. A mi abuela Yolanda por guiarme en el transcurso de mi vida, por el esfuerzo, dedicación, paciencia y confianza.

## **RESUMEN:**

El presente estudio de tipo básico, cuantitativo, descriptivo contó con un diseño no experimental de corte transversal tuvo como objetivo principal identificar el nivel de estrés parental en padres de familia, en tal sentido, contó con un muestreo no probabilístico de tipo intencionado dando por total una muestra de 70 padres de familia, a los cuales se los evaluó mediante el cuestionario índice de estrés parental de Abidin (PSI- SF) versión abreviada, dando como resultado que el 56% de los padres de familia evaluados presentan nivel alto de estrés parental, asimismo de acuerdo a la edad, se muestra predominio de estrés parental para el grupo de 36 a 45 años, con 21% en nivel alto, de igual forma, de acuerdo al número de hijos se observa predominio de estrés parental en los padres que cuentan con 2 hijos con 22% en nivel alto, asimismo de acuerdo al estado laboral se observa que existe predominio de estrés parental en el grupo de padres que labora, con 46% en nivel alto y finalmente de acuerdo con el estado civil existe predominio de estrés parental en los padres casados o convivientes, con 50% en nivel alto.

***Palabras clave:*** Estrés parental, padres de familia, institución educativa.



## **ABSTRACT:**

The present basic, quantitative, descriptive study had a non-experimental cross-sectional design, its main objective was to identify the level of parental stress in parents, in this sense, it had a non-probabilistic sampling of an intentional type, giving a total of 70 parents, who were evaluated by the Abidin Parental Stress Index Questionnaire (PSI-SF) abbreviated version, resulting in 56% of the parents evaluated presenting a high level of parental stress, also according to parental stress and age, a predominance of the group of 36 to 45 years is shown with 21% at a high level, in the same way, according to the number of children and parental stress, a predominance of parents who have 2 children at a high level with 22, likewise, according to work status and parental stress, it is observed that there is a predominance of the group of parents who work at a high level with 46%, and finally According to marital status and parental stress, there is a predominance of married or cohabiting parents at a high level with 50%.

***Keywords:*** Parental stress, parents, educational institution.

# ÍNDICE

DEDICATORIA:	v
AGRADECIMIENTO:	vi
RESUMEN:	vii
ABSTRACT:	8
ÍNDICE	9
ÍNDICE DE TABLAS	12
CAPÍTULO I: EL PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN	17
1.1.    Planteamiento del problema:	17
1.2.    Formulación del Problema:	22
1.3.    Justificación de la Investigación	22
1.4.    Objetivos de la investigación	23
CAPÍTULO II: MARCO TEÓRICO	24
2.1.    Antecedentes de la Investigación:	26
2.1.1.    Internacionales:	26
2.1.2.    Nacionales:	28
2.1.3.    Locales:	31
2.2.    Bases Teóricas:	32
2.2.1.    Familia:	32
	9

2.2.2. <i>Parentalidad:</i>	34
2.2.3. <i>Estrés</i>	41
2.2.4. <i>Estrés parental</i>	45
2.2.5. <i>Madurez:</i>	56
2.3. Definición de términos básicos:	57
2.3.1. <i>Estrés parental:</i>	57
2.4. Hipótesis de investigación:	57
2.4.1. <i>Hipótesis Alternativa:</i>	57
2.4.2. <i>Hipótesis Nula:</i>	58
2.5. Definición operacional de variables:	58
<b>CAPÍTULO III: MÉTODO DE INVESTIGACIÓN</b>	<b>61</b>
3.1. Tipo de Investigación:	62
3.2. Diseño de investigación:	62
3.3. Población, muestra y unidad de análisis:	62
✓ Criterios de Inclusión:	63
✓ Criterios de Exclusión:.	63
3.4. Instrumentos de Recolección de Datos:	65
3.5. Procedimiento de Recolección de Datos:	68
	10

3.6.	Análisis de datos:	69
3.7.	Consideraciones éticas	69
CAPÍTULO IV: ANÁLISIS Y DISCUSIÓN DE RESULTADOS		71
4.1.	Análisis de Resultados:	72
4.2.	Discusión de resultados:	77
CAPÍTULO V: CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES		80
Conclusiones:		81
Recomendaciones:		83
Referencias:		84
ANEXOS		91
ANEXO A MATRIZ DE CONSISTENCIA		92
ANEXO B: CONENTIMIENTO INFORMADO		95
ANEXO C: CUESTIONARIO DE ÍNDICE DE ESTRÉS PARENTAL		96
ANEXO D: FICHA TÉCNICA DEL CUESTIONARIO DE ÍNDICE DE ESTRÉS PARENTAL		99
ANEXO E: SOLICITUD DE PERMISO PARA APLICACIÓN DE TESIS DE PREGRADO		101
ANEXO F: APROBACIÓN DE LA MODIFICACIÓN DEL TÍTULO DE TESIS		105

## ÍNDICE DE TABLAS

Tabla 1 Operacionalización de variables de investigación	58
Tabla 2 Datos sociodemográficos de los adolescentes de una institución educativa estatal de Cajamarca	63
Tabla 3 Estadísticas de fiabilidad del Cuestionario de índice de estrés parental - prueba piloto	67
Tabla 4 Estadísticas de fiabilidad del cuestionario de índice de estrés parental	67
Tabla 5 Nivel de estrés parental en tiempos de pandemia del COVID-19 en los padres de familia de una institución educativa estatal de la ciudad de Cajamarca 2022	71
Tabla 6 Nivel de estrés parental en tiempos de pandemia del COVID-19 en los padres de familia de una institución educativa estatal de la ciudad de Cajamarca 2022, de acuerdo con la edad	72
Tabla 7 Nivel de estrés parental en tiempos de pandemia del COVID-19 en los padres de familia de una institución educativa estatal de la ciudad de Cajamarca 2022, de acuerdo con el número de hijos	73

Tabla 8 Nivel de estrés parental en tiempos de pandemia del COVID-19 en los padres de familia de una institución educativa estatal de la ciudad de Cajamarca 2022, de acuerdo con el estado laboral 74

Tabla 9 Nivel de estrés parental en tiempos de pandemia del COVID-19 en los padres de familia de una institución educativa estatal de la ciudad de Cajamarca 2022, de acuerdo con el estado civil 75

## INTRODUCCIÓN

El contexto mundial actual se ve invadido por la pandemia a causa de la COVID 19, en tal sentido la vida de los seres humanos ha cambiado de tal forma que se ha tenido que inventar una nueva realidad con la cual se pueda salvaguardar la vida de todos.

No obstante, a pesar de las medidas y restricciones tomadas se ha visto que la pandemia ha golpeado grandemente a muchas personas, por otra parte, el confinamiento, ha afectado de manera negativa la salud mental de las personas, cambiando y afectando las habilidades sociales, autoestima y volviendo vulnerables a las personas frente al estrés, siendo el estrés parental uno de los principales en manifestarse debido a los cambios que han sucedido con los hijos y su realidad durante los últimos dos años.

En tal sentido, entendiendo la importancia de identificar el nivel de estrés parental en padres de familia, se lleva a cabo el presente estudio de investigación, que tuvo como objetivo principal identificar nivel de estrés parental en tiempos de pandemia del COVID-19 en los padres de familia de una institución educativa estatal de la ciudad de Cajamarca 2022.

En consecuencia, la presente investigación se presenta en capítulos detalladamente para su mayor entendimiento, de la siguiente manera:

En el primer capítulo titulado Problema de investigación, consta de una declaración de la pregunta, objetivos generales y específicos y razones. En el marco teórico del Capítulo 2, existen antecedentes importantes en los siguientes campos: internacional, nacional y local, fundamentos teóricos y definiciones de términos básicos, supuestos y matrices operativas.

En el tercer capítulo titulado Métodos de investigación se mencionó el tipo y diseño de la investigación, las herramientas utilizadas, la población, la muestra, la unidad de análisis y los procedimientos de recolección y análisis de datos. El análisis y discusión de los resultados en el Capítulo 4 es el análisis y discusión de los resultados. La exhibición de los resultados y la discusión combina los objetivos, los antecedentes y la base teórica.

El quinto capítulo se titula Conclusiones y recomendaciones, que son las conclusiones y recomendaciones generales de la investigación.

Finalmente, muestra un adjunto que consta de una matriz de consistencia, consentimiento informado, pruebas psicológicas utilizadas, fichas técnicas y documentos necesarios para realizar esta investigación.



## **CAPÍTULO I: EL PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN**

## **1.1. Planteamiento del problema:**

Según Mesa (2018) en el contexto actual a nivel mundial se presenta una diversidad de problemas en distintos campos como en el aspecto económico, social, político, educativo y sobre todo en la salud de las personas, éste último directamente relacionado con la pandemia del coronavirus (COVID-19).

Entonces de acuerdo con la Organización Mundial de la Salud (2020) la COVID-19 es la enfermedad causada por el coronavirus conocido como SARS-CoV-2. Los datos disponibles actualmente apuntan a que el virus se propaga principalmente entre personas que están en estrecho contacto, por lo general a menos de un metro (distancia corta), es por eso que existen restricciones tales como cuarentena y toque de queda en respectivas horas. Una persona puede infectarse al cuando entran en contacto directo el virus con los ojos, la nariz o la boca. Entre las complicaciones que pueden llevar a la muerte se encuentran la insuficiencia respiratoria, el síndrome de dificultad respiratoria aguda, la septicemia y el choque septicémico, la tromboembolia y/o la insuficiencia multiorgánica, incluidas las lesiones cardíacas, hepáticas y renales.

Al respecto existe la necesidad de desarrollar esta investigación que se fundamenta en presentes estadísticas, de los hallazgos de estudios a nivel poblacional en lugares que vivieron la pandemia por COVID-19, en China especialmente, muestran que entre el 29.3% y el 53,8% de la población sufre un impacto psicológico

moderado a severo, un 8,1% sufre de estrés moderado a severo; y, que los grupos de edad más afectados fueron los de 18-30 años y los mayores de 60 años. (Vargas, 2020)

Así mismo Jeff (2020) hizo otro estudio chino realizado en 52 730 personas durante la fase inicial de la pandemia donde afirma que “el 35% de los participantes experimentaron estrés psicológico, con niveles más altos en las mujeres”.

Seguidamente en el Perú en el El Ministerio de Salud a través de la línea telefónica 113 opción 5, que ha recibido durante el periodo del 8 abril al 14 de mayo del presente año 24 802 llamadas, con un promedio de 657 llamadas diarias; siendo el 53% de mujeres y el 47% de hombres. Con respecto a los motivos de las llamadas, el 82.35% correspondió a orientación por estrés, entonces el grupo etario de mujeres de 26 a 59 años es el que realiza el mayor número de llamadas por estrés, según las fuentes del aplicativo de INFOSALUD del Ministerio de Salud. (Cutipé, et al, 2021)

Por otra parte, las condiciones que acompañan a una pandemia incluyen distintas fuentes de estrés para las personas. Los estudios sobre situaciones de estrés y emergencias permiten resumir las principales variables implicadas en el impacto psicológico como las siguientes: el miedo a la infección por virus y enfermedades, la manifestación de sentimientos de frustración y aburrimiento, no poder cubrir las necesidades básicas y no disponer de información y pautas de actuación claras. (Balluerka, et al, 2020)

También de acuerdo a algunas investigaciones como la de León (2021) donde se determinó un nivel de correlación positiva alta entre el COVID 19 y el estrés emocional de los padres de familia. El nivel de estrés emocional de los padres de familia, es alto con un 42 % y un 24,44 % en un nivel moderado, causado esto por la educación a distancia que se vive debido a la coyuntura del COVID- 19, donde los padres perciben que sus hijos no están aprendiendo debidamente, por falta de conectividad o tecnología para el aprendizaje de sus hijos.

Por otra parte, Orit y Ofir Ben (2021) investigaron el estrés de la crianza entre los nuevos padres antes y durante la Pandemia de COVID-19 en Israel, estudio actual comparó el estrés parental de los nuevos padres durante la pandemia de COVID-19 con el nivel de estrés informado en el año anterior. La satisfacción conyugal se relacionó con un mayor estrés parental, así mismo los padres informaron un mayor estrés durante la pandemia que antes de ella.

Freisthler et al. (2021) en su investigación sobre comprender el estrés en el momento para los padres durante las restricciones de permanencia en el hogar de COVID-19 en Estados Unidos, donde se concluyó que tener un adulto en el hogar está relacionado con mayor estrés que dos adultos. El número de niños menores de 18 años la edad en la familia, el sexo biológico del niño y la educación de los padres no relacionados con el estrés del momento para los padres, también descubrió que el estrés de los padres variaba según la hora del día. Nosotros teorizamos que los padres reportarían niveles más altos de estrés más tarde en el día, debido a estrés relacionado con el conflicto de roles.

Seguidamente en la instigación analizaron el riesgo potencial y la protección de factores para el bienestar de los padres y los niños durante un evento potencialmente traumático como la Cuarentena por COVID-19. En este modelo, se observaron efectos significativos para la estructura familiar, según el número de niños que viven en el hogar. (Cusinato, et al., 2020)

En una investigación que se realizó en el 2019 antes de la pandemia sobre estrés parental en madres de niños usuarios del servicio "control de crecimiento y desarrollo" en el Centro de Salud Chilca-Huancayo, informaron que respecto a la ocupación de las madres, se encontró que la ocupación que predomina es la de ama de casa, quienes en un 59% presentan estrés parental, seguido de la ocupación de negociante quienes en un 13,5% presentan estrés parental, y por último la ocupación trabajo profesional son un 3,9% que presentan estrés parental. (Vega, 2019)

En otra investigación denominada estrés parental en padres de familia con hijos e hijas de 0 a 3 años de edad de lima moderna antes de la pandemia relacionado con estrés parental se encontró que los padres de familia con dos hijos presentan el mayor promedio de estrés, seguido por los que tienen tres hijos o más y, luego por los que tienen un sólo hijo, respecto a lo que es al área de niño difícil se encuentran diferencias estadísticamente significativas entre los grupos, específicamente entre participantes con un hijo y dos hijos. En lo que es la dimensión de interacción disfuncional padre-hijo, nos informan que los padres de familia con un hijo presentan mayor cantidad de estrés, seguido por los que tienen dos y luego por los que tienen tres o más. Así mismo estudiaron el estrés parental según el grupo de edad, donde

encontraron que si bien los participantes que se encuentran en la adultez temprana presentan un puntaje promedio mayor que los de la adultez intermedia. (Sánchez, 2015)

Teniendo en cuenta este panorama, es importante que se preste más investigaciones del impacto que tiene el estrés parental en tiempos de pandemia, ya que el periodo de confinamiento supuso un punto de inflexión para quienes tuvieron que armonizar tantos roles diferentes en el contexto del hogar donde hay momentos concretos en los que padres y madres pueden sentir que el nivel de exigencia de esta responsabilidad excede su capacidad. Según Nicuesa (2021) “cuando esta percepción se repite de forma habitual, aumenta el nivel de estrés parental por lo cual influye al modo en el que se siente el afectado y, en consecuencia, también influye en el propio vínculo”.

Por ello, lo más considerable es identificar si existe prevalencia de estrés parental en tiempos de pandemia para así poder prevenir las consecuencias que pueden surgir a partir de dicha problemática. En consecuencia, se considera un tema importante a investigar, ya que no es ajeno a la realidad actual, más aún a la realidad de Cajamarca, y también no hay muchos estudios sobre esto. De la misma manera, la investigación pretende contribuir a la comunidad científica, brindando datos estadísticos acerca de los niveles de estrés parental, esto podrá prevenir a la población de caer en niveles elevados de estrés que puedan repercutir de manera

negativa en la vida de las familias de dicha población, evitando el desarrollo de conductas poco saludables.

### **1.2. Formulación del Problema:**

¿Cuál es el nivel de estrés parental en tiempos de pandemia del COVID-19 en los padres de familia de una institución educativa estatal de la ciudad de Cajamarca 2022?

### **1.3. Justificación de la Investigación**

El estrés parental en los padres es un tema que no se puede dejar pasar por alto ya que es de vital importancia el rol que cumple los padres en la familia.

Por tanto, el presente trabajo de investigación se realizó con la finalidad de conocer los niveles de estrés parental en contexto de la pandemia del COVID-19 en padres de familia de una institución educativa estatal de la ciudad de Cajamarca; ya que, en la actualidad, es un tema poco abordado en nuestra ciudad, de este modo, se aportará dentro del campo teórico presentando datos y teorías nuevas sobre el tema estudiado.

De igual forma, esta investigación sirve como antecedente y referente de información para futuros trabajos relacionados a la variable en estudio; tanto de profesionales de la psicología como de la salud, así como para estudiantes ,personas interesadas en este tema y autoridades de las distintas instituciones encargadas de salud mental, las cuales puedan determinar acciones de intervención en el futuro y el

bienestar y salud mental de estas familias, tomando como base los resultados obtenidos de esta investigación, de esta forma, se aportará al campo metodológico.

Finalmente, dentro del campo social, los resultados obtenidos en la presente investigación permitirán psico-educar a los padres de familia mediante estrategias como charlas y talleres para manejar de manera adecuada el estrés parental.

#### **1.4. Objetivos de la investigación**

##### ***1.4.1. Objetivo General***

Identificar el nivel de estrés parental en tiempos de pandemia del COVID-19 en los padres de familia de una institución educativa estatal de la ciudad de Cajamarca 2022.

##### ***1.4.2. Objetivos Específicos***

- Identificar el nivel de estrés parental predominante según la edad en los padres de familia de una institución educativa estatal de la ciudad de Cajamarca 2022.
- Identificar el nivel de estrés parental predominante según número de hijos en el contexto de la pandemia COVID-19 en los padres de familia de una institución educativa estatal de la ciudad de Cajamarca 2022
- Identificar el nivel de estrés parental predominante según el estado laboral en el contexto de la pandemia COVID-19 en los padres de familia de una institución educativa estatal de la ciudad de Cajamarca 2022



- Identificar el nivel de estrés parental predominante según el estado civil en el contexto de la pandemia COVID-19 en los padres de familia de una institución educativa estatal de la ciudad de Cajamarca 2022

## **CAPÍTULO II: MARCO TEÓRICO**

## **2.1. Antecedentes de la Investigación:**

### **2.1.1. Internacionales:**

El estudio de Jiménez y Zavala (2021) en España, tuvo como objetivo principal identificar el nivel de estrés parental en padres de familia, por lo que el estudio tuvo un tipo de investigación básica y descriptiva con un diseño de corte transversal no experimental en una muestra de 110 padres, así los principales resultados muestran que el 56% de los evaluados presentan nivel alto de estrés parental, asimismo, se muestra que de acuerdo con la edad indica que el grupo de edad de 35 a 45 años presenta predominio con nivel alto en 58%, asimismo de acuerdo con el número de hijos se indica que los padres que refirieron tener 2 hijos presentan predominio con 47% de estrés parental en nivel alto, igualmente, de acuerdo al estado laboral se muestra que los padres que laboral presentan predominio de estrés laboral en nivel alto con 53% y finalmente los padres que refirieron ser casados presentan predominio de estrés laboral con 49%.

El estudio de Narváez. (2021) en Chile, tuvo como objetivo principal identificar el nivel de estrés parental en padres de familia, por lo que el estudio tuvo un tipo de investigación básica y descriptiva con un diseño de corte transversal no experimental en una muestra de 57 padres, así los principales resultados muestran que el 43% de los evaluados presentan nivel bajo de estrés parental, asimismo, se muestra que de acuerdo con la edad indica que el grupo de edad de 31 a 40 años presenta predominio con nivel bajo en 60%, asimismo de acuerdo con el número de hijos se indica que los padres que refirieron tener 2 hijos presentan predominio con

48% de estrés parental en nivel bajo, igualmente, de acuerdo al estado laboral se muestra que los padres que laboral presentan predominio de estrés laboral en nivel bajo con 52% y finalmente los padres que refirieron ser casados presentan predominio de estrés laboral con 58% en nivel bajo.

El estudio de Freisthler et al. (2021) en Estados Unidos, tuvo como objetivo principal identificar el nivel de estrés parental en padres de familia, por lo que el estudio tuvo un tipo de investigación básica y descriptiva con un diseño de corte transversal no experimental en una muestra de 90 padres, así los principales resultados muestran que el 48% de los evaluados presentan nivel bajo de estrés parental, asimismo, se muestra que de acuerdo con la edad indica que el grupo de edad de 21 a 30 años presenta predominio con nivel bajo en 57%, asimismo de acuerdo con el número de hijos se indica que los padres que refirieron tener 1 hijo presentan predominio con 50% de estrés parental en nivel bajo, igualmente, de acuerdo al estado laboral se muestra que los padres que laboral presentan predominio de estrés laboral en nivel bajo con 47% y finalmente los padres que refirieron ser casados presentan predominio de estrés laboral con 46% en nivel bajo.

El estudio de Orit y Ofir Ben. (2021) en Estados Unidos, tuvo como objetivo principal identificar el nivel de estrés parental en padres de familia, por lo que el estudio tuvo un tipo de investigación básica y descriptiva con un diseño de corte transversal no experimental en una muestra de 150 padres, así los principales resultados muestran que el 55% de los evaluados presentan nivel bajo de estrés parental, asimismo, se muestra que de acuerdo con la edad indica que el grupo de

edad de 21 a 30 años presenta predominio con nivel bajo en 66%, asimismo de acuerdo con el número de hijos se indica que los padres que refirieron tener 3 hijos presentan predominio con 52% de estrés parental en nivel bajo, igualmente, de acuerdo al estado laboral se muestra que los padres que laboral presentan predominio de estrés laboral en nivel bajo con 52% y finalmente los padres que refirieron ser casados presentan predominio de estrés laboral con 60% en nivel bajo.

El estudio de Puentes (2020) en Colombia, tuvo como objetivo principal identificar el nivel de estrés parental en padres de familia, por lo que el estudio tuvo un tipo de investigación básica y descriptiva con un diseño de corte trasversal no experimental en una muestra de 90 padres, así los principales resultados muestran que el 45% de los evaluados presentan nivel alto de estrés parental, asimismo, se muestra que de acuerdo con la edad indica que el grupo de edad de 30 a 40 años presenta predominio con nivel alto en 52%, asimismo de acuerdo con el número de hijos se indica que los padres que refirieron tener 2 hijos presentan predominio con 43% de estrés parental en nivel alto, igualmente, de acuerdo al estado laboral se muestra que los padres que laboral presentan predominio de estrés laboral en nivel alto con 63% y finalmente los padres que refirieron ser casados presentan predominio de estrés laboral con 58%.

### ***2.1.2. Nacionales:***

El estudio de Mendoza (2021) en Lima, tuvo como objetivo principal identificar el nivel de estrés parental en padres de familia, por lo que el estudio tuvo

un tipo de investigación básica y descriptiva con un diseño de corte trasversal no experimental en una muestra de 80 padres, así los principales resultados muestran que el 52% de los evaluados presentan nivel bajo de estrés parental, asimismo, se muestra que de acuerdo con la edad indica que el grupo de edad de 35 a 45 años presenta predominio con nivel bajo en 55%, asimismo de acuerdo con el número de hijos se indica que los padres que refirieron tener 3 hijos presentan predominio con 40% de estrés parental en nivel bajo, igualmente, de acuerdo al estado laboral se muestra que los padres que laboral presentan predominio de estrés laboral en nivel bajo con 53% y finalmente los padres que refirieron ser casados presentan predominio de estrés laboral con 55% bajo.

El estudio de Villafuerte (2021) en Lima, tuvo como objetivo principal identificar el nivel de estrés parental en padres de familia, por lo que el estudio tuvo un tipo de investigación básica y descriptiva con un diseño de corte trasversal no experimental en una muestra de 130 padres, así los principales resultados muestran que el 55% de los evaluados presentan nivel bajo de estrés parental, asimismo, se muestra que de acuerdo con la edad indica que el grupo de edad de 35 a 45 años presenta predominio con nivel bajo en 40%, asimismo de acuerdo con el número de hijos se indica que los padres que refirieron tener 2 hijos presentan predominio con 48% de estrés parental en nivel bajo, igualmente, de acuerdo al estado laboral se muestra que los padres que laboral presentan predominio de estrés laboral en nivel bajo con 56% y finalmente los padres que refirieron ser casados presentan predominio de estrés laboral con 61% bajo.

El estudio de Arotoma (2020) en Huancayo, tuvo como objetivo principal identificar el nivel de estrés parental en padres de familia, por lo que el estudio tuvo un tipo de investigación básica y descriptiva con un diseño de corte trasversal no experimental en una muestra de 90 padres, así los principales resultados muestran que el 45% de los evaluados presentan nivel alto de estrés parental, asimismo, se muestra que de acuerdo con la edad indica que el grupo de edad de 30 a 40 años presenta predominio con nivel alto en 52%, asimismo de acuerdo con el número de hijos se indica que los padres que refirieron tener 2 hijos presentan predominio con 43% de estrés parental en nivel alto, igualmente, de acuerdo al estado laboral se muestra que los padres que laboral presentan predominio de estrés laboral en nivel alto con 63% y finalmente los padres que refirieron ser casados presentan predominio de estrés laboral con 58%.

El estudio de Sánchez (2019) en Lima, tuvo como objetivo principal identificar el nivel de estrés parental en padres de familia, por lo que el estudio tuvo un tipo de investigación básica y descriptiva con un diseño de corte trasversal no experimental en una muestra de 110 padres, así los principales resultados muestran que el 56% de los evaluados presentan nivel bajo de estrés parental, asimismo, se muestra que de acuerdo con la edad indica que el grupo de edad de 30 a 40 años presenta predominio con nivel bajo en 57%, asimismo de acuerdo con el número de hijos se indica que los padres que refirieron tener 2 hijos presentan predominio con 38% de estrés parental en nivel bajo, igualmente, de acuerdo al estado laboral se muestra que los padres que laboral presentan predominio de estrés laboral en nivel

bajo con 52% y finalmente los padres que refirieron ser casados presentan predominio de estrés laboral con 41% bajo.

El estudio de De la Piedra en Lima (2019), tuvo como objetivo principal identificar el nivel de estrés parental en padres de familia, por lo que el estudio tuvo un tipo de investigación básica y descriptiva con un diseño de corte trasversal no experimental en una muestra de 75 padres, así los principales resultados muestran que el 52% de los evaluados presentan nivel bajo de estrés parental, asimismo, se muestra que de acuerdo con la edad indica que el grupo de edad de 30 a 45 años presenta predominio con nivel bajo en 48%, asimismo de acuerdo con el número de hijos se indica que los padres que refirieron tener 3 hijos presentan predominio con 43% de estrés parental en nivel bajo, igualmente, de acuerdo al estado laboral se muestra que los padres que laboral presentan predominio de estrés laboral en nivel bajo con 49% y finalmente los padres que refirieron ser casados presentan predominio de estrés laboral con 54% bajo.

### ***2.1.3. Locales:***

Dentro del ámbito local, hasta el momento no se han realizado estudios sobre el estrés parental y tampoco sobre el estrés parental en tiempo de COVID 19, en tal sentido, el estudio que se presenta a continuación es pionero dentro del campo de la investigación cajamarquina.

## **2.2. Bases Teóricas:**

### **2.2.1. Familia:**

#### **– Definición**

En primer lugar, para comprender el ciclo de vida que existe en la familia, se discutirá qué es la familia, en la que Álvarez (2008, p. 397) “Se denomina a la familia la institución básica de la sociedad, porque constituye el medio reproductivo y unidad de mantenimiento de la especie humana”, cumple así importantes funciones como en el desarrollo biopsicosocial de los humanos, ellos junto con otros grupos sociales aseguran la educación y socialización del individuo para integrarse a la sociedad viva y transmitir valores culturales de generación a generación.

Valladares (2008, p. 1) menciona que La familia es un conjunto de fuerzas naturales en el que se establecen interdependencias y vínculos afectivos entre sus miembros, tiene una jerarquía dinámica y funciona como un sistema.

Por otro lado, la familia es considerada la unidad básica de la sociedad porque es el primer grupo social al que pertenece una persona y asegura la estabilidad socioemocional. Conformar la identidad personal necesaria para satisfacer sus necesidades, facilita la adquisición de habilidades sociales en diferentes campos, lo que crea un precedente para el desarrollo personal y el establecimiento de relaciones sociales satisfactorias (Eguiluz, 2003).

En síntesis, podemos definir a la familia como la unidad básica de una sociedad, la cual se convierte en una organización de varios miembros con



cualidades específicas y personales que se relacionan entre sí y con sus antecedentes, en la que sus interrelaciones representan una posición protagónica. Otros, en este sistema, el desarrollo humano, crea conexión emocional, que nos da sentido de pertenencia y funciona en consecuencia para desarrollar el correcto desarrollo bio-psico-social del individuo (Eguiluz, 2003).

– **Ciclo vital de la familia:**

Carter y McGoldrick (1999) ven a la familia como un sistema vivo en evolución cuyos hechos nodales son el noviazgo, el matrimonio, la crianza de los hijos, la partida del hogar y la muerte de los miembros de la familia. Todas estas etapas producen cambios que requieren un ajuste de las reglas de las relaciones institucionales, y el paso de una etapa a otra es un período de inestabilidad y crisis. Las crisis se entienden como oportunidades de cambio, lo que no significa que sean negativas, necesariamente producen cambios adaptativos relacionados con cambios en el entorno y cambios en el desarrollo de los miembros de la familia. El sistema tuvo que ajustarse, reorganizando los roles de cada uno y ajustando las reglas en función de la edad de sus miembros. Las diferentes etapas por las que se pasa son las siguientes; el enamoramiento, el noviazgo, el matrimonio, la llegada de los hijos, hijos adolescentes y adultos, y finalmente la vejez y la jubilación, siendo este el ciclo de vida de la familia, esta es la etapa en la que atravesará la familia. Pero en consecuencia, nos centraremos en uno de los cambios o fases por las que atraviesan las familias.

Una etapa de la experiencia familiar es la llegada del hijo, por lo que el nacimiento del primer hijo tiene un gran impacto en la relación conyugal, ya que requiere que ambos cónyuges aprendan los nuevos roles de padre y madre. Como sucede al inicio de una relación, cada uno de nosotros sin saberlo comienza a poner en práctica todo lo aprendido en la familia de origen. Sin embargo, “las parejas pueden tener dificultades para educar a sus bebés, y cada uno tiene diferentes costumbres y estilos, por lo que deben ser flexibles y estar de acuerdo” (Carter y McGoldrick, p. 12).

Según Santrock (2006, p. 32), menciona que “diferentes cambios políticos, sociales, económicos, etc., el concepto de familia ha cambiado, dando como resultado diferentes tipos de estructuras familiares, como la familia nuclear, la familia extensa, la familia unipersonal. familia, padres, etc., no todos pasan por estas etapas de forma lineal”. Sin embargo, la familia, como célula básica de la sociedad, es muy importante para el progreso y los intereses humanos (Sánchez G., 2015). Por todas estas razones, avanzaremos más en las etapas del ciclo de vida.

### ***2.2.2. Parentalidad:***

#### **– Definición**

Con parentalidad entendemos las competencias, cualidades y habilidades que los padres y madres ponen en práctica para asegurar que sus hijos obtengan medios de vida, afecto, educación, socialización y protección. Todo ello se plantea también

como objetivo el desarrollo de individuos autosuficientes, independientes, conscientes de la "vida" y de lo que significa hacerla en sociedad. (Suárez, 2018)

Hay otro tipo de situaciones que pueden estresar a las personas, como asumir el papel de padre o madre antes de que nazca un nuevo bebé. Si bien la crianza de los hijos es una nueva etapa en la vida que puede traer mucha alegría, también implica algunas dificultades. Por tanto, la influencia del entorno social y familiar en el desarrollo socioemocional y cognitivo de los niños es innegable (Sánchez, 2015).

– **Doctrinas acerca de la parentalidad:**

- *Doctrina ecológica*

Bronfenbrenner (1979) reconoció la importancia de aplicar los principios ecológicos a la investigación del desarrollo humano. Para este autor, el desarrollo personal se dará en el contexto de las relaciones familiares, no sólo por factores genéticos individuales, sino también por interacciones con el entorno familiar inmediato y con otros componentes importantes del entorno, además, asume que la familia es un sistema que interactúa permanentemente con múltiples entornos interconectados (interacciones entre el hogar y la escuela, el trabajo, el vecindario y otras redes sociales). Desde esta perspectiva, la familia no existe como una unidad independiente de otras organizaciones sociales.

La investigación psicológica de las últimas décadas ha coincidido en que una de las funciones más importantes de la familia en relación con las necesidades de los niños es proporcionarles la estimulación adecuada para dotarlos de las habilidades

cognitivas necesarias para relacionarse competentemente con su entorno físico y social (Barudy y Dantagnan, 2005).

El ejercicio de la paternidad significa satisfacer necesidades acordes a los cambios en el desarrollo de los hijos, así como a las necesidades cambiantes del ciclo de vida familiar y del entorno social. Algunos expertos en la materia afirman que la calidad de las relaciones que se establezcan entre padres y madres y entre hijos o hijas será relevante para diversas áreas del desarrollo infantil (Barudy y Dantagnan, 2005)

- *Teoría de apego*

Una de las áreas más investigadas de la crianza de los hijos es la teoría del apego; diversas investigaciones han demostrado que las relaciones emocionales seguras afectan positivamente el desarrollo del cerebro en sujetos infantiles (Siegel, 2007). Las últimas investigaciones sobre este tema muestran que el cuidado, la estimulación y una buena terapia parental juegan un papel vital en los niños. Organización, desarrollo y función del cerebro temprano (Barudy y Dantagnan, 2010, Siegel, 2007). Las funciones cognitivas y motoras, así como las funciones socioemocionales, surgen de las interacciones con los cuidadores en los primeros años de vida, que estimulan las sinapsis entre las neuronas en varias regiones del cerebro (Barudy y Dantagnan, 2010). Por lo tanto, los estímulos emocionales recibidos tempranamente en el entorno familiar y social tendrán un efecto positivo en la configuración y funcionamiento del cerebro.

– **Roles parentales**

- *Rol del Padre*

Si bien el hombre de hoy, por circunstancias sociales y económicas, se encuentra con la necesidad de participar en las actividades que realiza en el hogar, hasta hace poco tiempo no era considerado plenamente maternal, se mantiene enfocado en sus tareas típicas. roles tradicionales, por lo que perciben su nuevo comportamiento en la familia como un apoyo a la cooperación o participación de las mujeres más que a las tareas inherentes a sus roles (Mesa, 2020). El hombre enfocó sus actividades familiares en conductas que no le exigían involucrarse en la vida diaria y no requerían mayor esfuerzo, las actividades que ella realizaba dependían principalmente de situaciones ocasionales que le permitían cuidar a los niños, como llevarlos a la médico. De esta forma, la madre se ve obligada a solucionar los problemas familiares, mientras que el padre asume una posición de solidaridad con la mujer en estas tareas. Se considera que los padres están más enfocados en la educación de sus hijos que en cuidarlos, ya que las actividades de este último siguen siendo la principal prioridad de la madre. Esta es la percepción común de hombres y mujeres. Asimismo, la madre espera que su pareja se involucre menos en los asuntos domésticos, pues para ella los hombres son incapaces de involucrarse en este ámbito.

Esta ideología refleja claramente el machismo que aún mantienen muchas mujeres. (Mesa, 2020).

- *Rol de la madre*

La investigación muestra que una mujer se preocupa y se enfoca en cuidar y criar a los hijos, por eso se asume que se enfoca en las actividades del hogar como alimentación, limpieza y cuidado, lo que implica simular que son balanceados y mayormente consumidos, y vigilar el cumplimiento de los horarios. Estas tareas están pensadas para dotar a las madres de cualidades femeninas de humildad, abnegación, sacrificio y entrega, lo que se refleja en su desempeño familiar y social (Mesa, 2020). Tanto las mujeres como las familias sienten que deben enseñar a sus hijos las normas de comportamiento, organización y aseo, tarea que se considera una de las principales funciones de la familia. Asimismo, argumentan que la mujer adquiere de sus padres, especialmente de su madre, los valores, actitudes, comportamientos y normas que forman parte de su existencia social; lo mismo hace con sus hijos, transmitiendo los modelos a seguir de hombres y mujeres de generación a generación. (Mesa, 2020)

- *Roles de los padres y trabajo fuera del hogar*

Las mujeres tienen ciertas cualidades, como la entrega el sacrificio, que se ven reforzadas por el entorno. Además, el entorno tiene un gran impacto, siendo las mujeres las encargadas de las tareas del hogar y tareas relacionadas con la crianza de

los hijos, mientras que los padres se enfocan en otras tareas fuera del hogar; de esta forma, ayuda a perpetuar la dicotomía existente entre hombres y mujeres, esto La dicotomía se replica generación tras generación en la cultura de la masculinidad. El nivel de compromiso que tienen las mujeres en la educación de sus hijos y el alto nivel de responsabilidad que la sociedad les otorga como educadoras humanas se evidencia en el contexto familiar y social. A lo largo de su vida, cumplió una serie de roles específicos que se derivaban del desempeño de las tareas asignadas en función de las expectativas culturales; desde un punto de vista biológico, la mujer se asignaba a sus hijos en función de rasgos funcionales únicos, como la maternidad. Brinda la responsabilidad de amar, este proceso abarca el crecimiento y formación de los niños desde la concepción hasta el desarrollo, lo que les permite dotarlos de emoción, confianza y capacidad para afrontar situaciones y expresar sus sentimientos y pensamientos. El espacio que crea una madre para cumplir con su papel le brinda mayores formas y oportunidades de expresar amor a su hijo. (Mesa, 2020).

#### *Mujer jefe de hogar y sus roles*

En el seno del grupo familiar las mujeres realizan el trabajo doméstico y paralelamente despliegan su capacidad o fuerza de trabajo para vincularse a labores adicionales. En estas capacidades se deben apoyar cuando, por circunstancias como muerte o enfermedad del cónyuge, deben asumir la jefatura del hogar. Así mismo, cuando se presentan problemas económicos, la familia juega un papel central para la subsistencia de sus miembros, bien sea a través de la organización de negocios familiares o mediante la sumatoria de varios ingresos y el desarrollo de sus redes de

apoyo. Estos hechos se observan claramente en los hogares monoparentales con jefatura femenina (Amarís, 2004). Este tipo de familias se reconocen como “el hogar en donde aquella mujer que sola genera para su hogar el mayor ingreso, asume las tareas domésticas, impone una imagen de autoridad en su hogar y toma las decisiones en él” (Amaris, 2004).

Precisamente, la principal característica de las mujeres jefe de hogar es su alta participación de la fuerza de trabajo, por ello adquieren obligaciones económicas con los otros miembros de la familia y al mismo tiempo se les otorga la autoridad suficiente para que se reconozcan como jefes de hogar. La jefatura femenina se consolidó en los años setenta y está “estrechamente asociada con los fenómenos de conyugalidad, ciclo vital de la mujer y del grupo familiar, capacidad económica y reconocimiento por parte de la mujer y de sus parientes de su aporte monetario en la supervivencia del hogar”. Actualmente esta modalidad se está multiplicando a raíz tanto de las tendencias económicas como del aumento de la pobreza, aspectos que obligan a las mujeres a buscar ingresos propios que le generen mayor autonomía. Las mujeres jefes de familia constituyen uno de los grupos más vulnerables; viven con mayores dificultades su maternidad y suelen tener más personas a su cargo de lo que su salario puede cubrir. Esto se debe a que en el mercado de trabajo obtienen los salarios más bajos, ya que cumplen funciones domésticas u otras labores de poca responsabilidad, lo que limita la posibilidad de elección de empleos. Como consecuencia de lo anterior, la mujer tiene hasta tres jornadas de trabajo que le



impiden tener mayor tiempo para ejecutarlas y participar en procesos de desarrollo (Amaris, 2004)

### ***2.2.3. Estrés***

#### **– Definición**

De acuerdo con Mesa (2020) el estrés se suele denominar un estímulo, un factor que lo provoca, o un estresor. También es una respuesta biológica a un estímulo para expresar una respuesta psicológica a un estresor.

El estrés se puede definir como una situación en la que tanto la mente como el cuerpo se encuentran en un estado constante de tensión o alerta, esto suele deberse a condiciones de vida que no permiten relajarse y recuperar los recursos gastados, el ocio y la comunicación interpersonal son naturales, el trabajo es menos estresante y es normal que varias personas compartan tareas, el hecho de que las funciones naturales y vitales, como la fertilidad y la educación, se hayan vuelto algo estresantes se debe a que vivimos en una sociedad que ha perdido la conexión con su base vital y sus raíces naturales. (Amaris, 2004)

Asimismo, se considera estrés al proceso o reflejo que se inicia cuando una persona percibe una situación o evento complejo y se encuentra amenazada o excediendo sus recursos. Según su normativa, es un fenómeno social y, por su propia naturaleza, un fenómeno psicofisiológico, a menudo, los eventos que lo inician están

asociados con cambios que requieren que las personas trabajen demasiado y, por lo tanto, ponen en peligro su bienestar personal. (Siegel, 2007)

– **Tipos de estrés**

– *Eustrés:*

Representa la presión de un individuo para interactuar con los factores estresantes, pero manteniendo la mente abierta y creativa, y preparando la mente y el cuerpo para un funcionamiento óptimo. En este estado de estrés, el individuo experimenta alegría, gozo, felicidad y equilibrio, además de placer y satisfacción. Una persona con estrés positivo se caracteriza por ser creativa y motivada, lo que impulsa su vida y trabajo. Un individuo expresa y demuestra sus talentos especiales, imaginación e iniciativa de una manera única/original. Afrontan y resuelven problemas. (Pérez et al., 2014)

- *Distrés:*

Este tipo de estrés crea una carga de trabajo irresistible que finalmente desencadena desequilibrios físicos y psicológicos que finalmente conducen a una reducción de la productividad personal, la aparición de trastornos psicosomáticos y un envejecimiento acelerado. Todo crea sentimientos desagradables. El día a día está lleno de estresores negativos, como el mal ambiente de trabajo, el fracaso, la ruptura familiar, los duelos, etc. (Pérez et al., 2014)

– **Modelos teóricos de estrés.**

- *Teoría del estrés basada en la respuesta.*

Sandín (2008) redefine el estrés como la respuesta no específica de los organismos a sus demandas. Es decir, cuando se produce un cambio en el equilibrio de un organismo, provocado por factores externos o internos, como un cambio en el estado de homeostasis del organismo (homeostasis) provocado por la acción de factores externos o internos, por ejemplo, el organismo restaura esto por un tipo de respuesta no específica de equilibrio.

- *Teoría del estrés basada en estímulos.*

Este modelo teórico confirma que, a partir de estímulos del entorno externo de la persona o estresores (necesidades psicosociales), estos pueden interferir o alterar el funcionamiento del organismo (Sandín, 2009).

- *Teoría del estrés basada en la interacción.*

Lazarus y Folkman (1984) mencionaron que el estrés es como un conjunto específico de relaciones entre individuos y situaciones que las personas perciben como superiores o superiores a sus propios recursos y que ponen en riesgo su bienestar personal. (Lazarus, 1993) apoya la idea central de un enfoque interactivo basado en la perspectiva o mediación cognitiva que sugiere que la evaluación cognitiva es un proceso generalizado mediante el cual las personas evalúan continuamente la importancia de lo que está sucediendo en relación con su bienestar personal.

- *Modelo de proceso de estrés.*

Sandín (2009) señaló que el estrés implica ciertos elementos fundamentales, como la presencia de factores externos o internos, procesos de evaluación cognitiva, estrategias de afrontamiento y una gama de respuestas psicológicas y fisiológicas definidas generalmente como respuestas de estrés e influencias variables. Moduladores asociados a susceptibilidad y factores demográficos.

Este nuevo modelo se divide en siete etapas e incluye diversos procesos y variables desarrolladas, esta transición se inicia con demandas de necesidades psicosociales como ruido, tráfico, contaminación, desempleo, crianza de los hijos, falta de recursos económicos, seres queridos Variables externas como la muerte son variables externas que provocan estrés. Posteriormente, la evaluación cognitiva de estas necesidades constituye la segunda etapa del modelo, en la que las personas dan razones de lo sucedido, infiriéndolo como daño, pérdida o desafío. Esto ocurrirá en función del tipo de intimidación o advertencia que perciba el sujeto, que dependerá de la especificidad de la necesidad, es decir, de la valencia de encontrar una necesidad negativa o positiva; y de la independencia, pudiendo depender o no la necesidad del comportamiento del sujeto.

– **Respuestas del estrés:**

- *Respuesta fisiológica.*

Sandín (2009) menciona que la respuesta fisiológica al estrés fue establecida por Selye, quien involucró principalmente la activación de los sistemas

neuroendocrino hipotálamo-pituitario-suprarrenal cortical y medular-suprarrenal, así como la activación del sistema nervioso simpático.

- *Respuesta psicológica.*

Sandín (2009) menciona que “la respuesta relacionada con el estrés es emocional”. Las emociones se activan junto con los cambios fisiológicos que caracterizan los síndromes de estrés, por lo que un sentimiento subjetivo de incomodidad emocional suele ser un fenómeno común en las respuestas al estrés.

#### ***2.2.4. Estrés parental***

##### **– Definición**

El estrés de los padres se conceptualiza como la respuesta emocional adversa del padre a las demandas de asumir los roles de cuidar, socializar y criar a los hijos (Esteinou, 2006).

El estrés de los padres es un proceso complejo en el que los padres se sienten desbordados por las exigencias a las que se tienen que enfrentar como padres. (Abidin, 1995).

El estrés parental es el proceso por el cual alguien inmerso en una nueva etapa de crianza evaluará las demandas de su rol como padre o madre, viendo la nueva situación como algo más allá de su capacidad de manejar. Este proceso consta de tres dimensiones que interactúan continuamente, que a su vez son las características del padre o madre, luego las características del hijo y finalmente la

relación padre-hijo. Así, la presión de los padres es el resultado de la interacción de las características del cuidador, las características del niño y las características del entorno, podemos ver que existen ciertos factores en la generación de la presión de los padres, como la relación entre los cuidadores y problemas laborales. (Abidin, 1995)

El período de confinamiento supuso un punto de inflexión para quienes tenían que conciliar tantos roles diferentes en un entorno familiar. El ser humano tiene la capacidad de responder proactivamente a diferentes situaciones relacionadas con el crecimiento y la educación. Sin embargo, en determinados momentos, los padres pueden sentir que las exigencias de esta responsabilidad superan su capacidad para afrontar los nuevos retos de la vida cotidiana. Cuando esta sensación se repite de forma regular, el nivel de malestar y agotamiento aumenta. El estrés de los padres afecta a cómo se siente la persona afectada y, por tanto, a la relación en sí. Por ejemplo, este nivel de fricción interna crea una mayor distancia emocional del niño simplemente porque el adulto mismo no está en contacto con su propio centro. (Hogan, 2004).

#### – **Tipos de estresores para los padres**

Los estresores (el factor A en la teoría del estrés familiar o la dimensión vertical en el modelo MRS) consistieron en eventos suficientes para sugerir estrés de los padres y cambios en las relaciones entre padres e hijos y en la familia. Muchas

situaciones estresantes para los padres no ocurren como eventos discretos; por lo tanto, este capítulo utiliza el concepto de factores estresantes (Esteinou, 2006).

Los factores estresantes incluyen eventos tanto a corto como a largo plazo (a veces consisten en varios factores estresantes diferentes y sus necesidades y dificultades asociadas). Si bien cualquier factor estresante tiene la capacidad de desencadenar cambios y respuestas psicológicas (p. ej., angustia, ansiedad), los factores estresantes que interrumpen las relaciones entre padres e hijos no son los mismos que desencadenan el estrés (Esteinou, 2006).

Es decir, si bien los factores estresantes amenazan el statu quo de las familias y las relaciones entre padres e hijos, por sí mismos no tienen la capacidad de promover el estrés y exigir exigencias a las personas y las relaciones (Esteinou, 2006).

Este razonamiento se basa en el enfoque teórico de que los estresores en sí mismos no poseen los factores necesarios para crear estrés parental (es decir, falta de recursos y evaluaciones negativas) y no pueden crear estados estresantes, y mucho menos la crisis inmovilizadora de la relación padre-hijo. Alternativamente, los estresores se conceptualizan como fenómenos neutrales que involucran estrés que pueden desarrollarse rápidamente o durante un largo período de tiempo. (Esteinou, 2006).

- *Estresores Normativos*

Los estresores normativos son eventos endémicos de la vida diaria (es decir, complicaciones diarias) o transiciones de desarrollo a largo plazo que forman parte de un proceso de vida familiar típico (Esteinou, 2006). Todos los padres experimentan factores estresantes como experiencias personales definidas en su subcultura.

Dependiendo de las normas y valores culturales que dan forma a la crianza y las expectativas de los niños, lo que es normal en una familia puede verse diferente en otra. Por ejemplo, es claro que los valores culturales de la familia mexicana aún prevalecen en Estados Unidos. Se ha argumentado que la situación de los mexicoamericanos es diferente a la de otros grupos inmigrantes/étnicos. Como resultado de la continua inmigración de México, algunos se han integrado más a la cultura norteamericana dominante; los mexicoamericanos interactúan constantemente con inmigrantes de primera generación, reforzando los valores y prácticas familiares "tradicionales". Esto afecta la tasa de adaptación cultural y la orientación de los residentes de la comunidad, dejando algunas características relativamente sin cambios.

La proximidad geográfica entre México y Estados Unidos 192 Charles B. Hennon y Gary W. Peterson ayudó a formar vínculos estrechos entre las personas que vivían en ambos países, fortaleciendo así los valores familiares (Becerra, 1998, citado en Esteinou, 2006). Por lo tanto, las prácticas de crianza y los roles de crianza pueden variar ampliamente entre los mexicoamericanos y otros, y entre los



mexicoamericanos que se han adaptado o asimilado más o menos a la cultura norteamericana.

Con el fortalecimiento de los valores familiares y las prácticas de crianza, lo que se considera “normal” en algunas familias mexicoamericanas puede ser considerado anormal en otras que viven en Estados Unidos. (Esteinou, 2006)

- *Molestias Cotidianas*

Para los padres, las molestias del día a día incluyen demandas constantes de crianza y el estrés de las tareas de crianza del día a día. Cuando se desarrollan y evalúan como benignas o desafiantes y se manejan, muchas experiencias de crianza son la fuente de las autodefiniciones de competencia y satisfacción de los padres (Esteinou, 2006). Sin embargo, otras necesidades, como lidiar con el comportamiento quejumbroso de los niños, el comportamiento perturbador, la tarea interminable, la falta de sueño, las interrupciones, la falta de tiempo personal y los recados que consumen mucho tiempo, pueden evaluarse como una amenaza o daño/pérdida, lo que lleva al estrés. Algunas quejas son recurrentes, mientras que otras son poco frecuentes y contextuales (Esteinou, 2006). Todos los problemas cotidianos tienen consecuencias limitadas en forma aislada de otros problemas; desafortunadamente, la acumulación tiende a ser extremadamente estresante para los padres (Esteinou, 2006). Los padres solteros pueden ser particularmente vulnerables al estrés de los problemas del día a día porque no tienen un compañero adulto con quien compartir las tareas de crianza del día a día, que pueda ayudar a aliviar el

estrés de estas necesidades. Los padres educados tienen más probabilidades de divorciarse. La educación se considera un recurso personal, por lo que estos hogares pueden ser menos susceptibles a ciertos factores estresantes que los hogares encabezados por mujeres. A medida que las personas continúan estando en el mismo entorno, hay un flujo constante de incomodidad y una necesidad constante y predecible de construir su entorno. Por lo tanto, la naturaleza acumulativa de la incomodidad diaria asociada con la crianza de los hijos puede conducir a cambios graduales en la relación padre-hijo que se vuelven problemáticos con el tiempo. Las relaciones satisfactorias pueden caer en un modo estresante y disfuncional una vez que los padres se enfrentan a problemas cotidianos difíciles que pueden manejar. Estos procesos cíclicos de desarrollo pueden finalmente producir padres menos competentes, insensibles y menos satisfechos, así como niños que promueven esta respuesta a través de un comportamiento agresivo manifiesto (Esteinou, 2006)

- *Transiciones del desarrollo*

Los cambios en el desarrollo son otra fuente de presión normativa. Las características de desarrollo de los adultos jóvenes y las implicaciones sociales cambiantes asociadas con estas transiciones desafían a los padres e inducen los cambios necesarios en la relación padre-hijo.

Los cambios en el desarrollo brindan el potencial para la acumulación de factores estresantes que, en conjunto, pueden verse como cambios destructivos que

conducen a la angustia psicológica. Uno de los períodos clave de la transición del desarrollo ocurre cuando los jóvenes pasan por la pubertad (Mesa, 2020)

Una cuestión clave que ejerce presión sobre los padres es dar a los jóvenes una mayor autonomía (Esteinou, 2006). Típicamente, los padres que otorgan mayor autonomía entran en un proceso gradual que otorga mayor libertad de elección y mayor independencia a medida que se renegocian las relaciones de poder y las reglas de control (Esteinou, 2006).

En las culturas occidentales individualistas, el proceso de “dejar ir”, si se ejecuta correctamente, no es una transferencia repentina de poder (Esteinou, 2006). Por el contrario, los padres competentes de adolescentes en desarrollo entran en un largo proceso de renegociación que comienza en la niñez, se acelera durante la adolescencia y, en última instancia, pasa a la edad adulta.

El proceso de dejar ir a un niño presenta muchos factores estresantes potenciales, especialmente cuando los padres son reacios a darle autonomía. A algunos padres les resulta difícil adaptarse a estos cambios y son reacios a reconocer la necesidad de que una etapa de su vida (la etapa de crianza de los hijos dependientes) llegue a su fin. Se ha encontrado que este “proceso de alienación” también involucra conflicto y estrés entre los adolescentes y sus padres, especialmente entre los jóvenes y sus madres. (Esteinou, 2006).

El conflicto padre-adolescente y, por inferencia, la angustia de los padres, puede ser la consecuencia normativa del proceso de dejar ir al niño mientras se renegocian las reglas de la relación. (Esteinou, 2006).

Además, en las familias de minorías que han emigrado recientemente a los Estados Unidos, un proceso conocido como desregulación intergeneracional puede exacerbar aún más los niveles normales de estrés de los padres y los conflictos con los adolescentes. El patrón típico de este proceso es evidente cuando las generaciones más jóvenes se adaptan a una nueva cultura más rápidamente que sus padres y pueden ver esta rápida adaptación como una traición a su cultura nativa.

#### – **Teoría del estrés parental**

Existen dos modelos teóricos principales de estrés parental basados en métodos clásicos de estrés, como Lázarus y Folkman (1986). El estrés de los padres se puede estudiar desde el Modelo de Relación Padre-Hijo Multidimensional, o también conocido como Estrés de los Padres, y la Teoría de los Sucesos Cotidianos. Estos dos modelos teóricos se basan en dos métodos de estrés diferentes, que no son contradictorios sino complementarios, y que juntos brindan una perspectiva global sobre la naturaleza del estrés parental (Abidin, 1995).

#### – **Estrés parental en las diversas etapas de la vida:**

El modelo de relación padre-hijo fue desarrollado principalmente por el psicólogo Richard Abidin (1995), quien diseñó y construyó el Parental Stress Questionnaire para medir los niveles de estrés de los padres. El modelo muestra que

el estrés de los padres consta de tres elementos: la dimensión del padre, la dimensión del hijo y la relación padre-hijo.

La dimensión del padre implica las características psicológicas internas del padre o la madre, como la personalidad, las creencias, el autoconcepto, la autoestima, el sentido de competencia, las estrategias de afrontamiento, etc.

La dimensión infantil involucra los atributos psicológicos del niño y los comportamientos que exhibe durante la crianza, como el temperamento, las respuestas emocionales y su nivel de control, desarrollo físico y mental (atención, aprendizaje, relaciones con los demás).

La relación entre padres e hijos es la tercera dimensión, que se refiere a todos los aspectos de la interacción entre padres e hijos, como las expectativas de los padres sobre el desarrollo de los hijos, el refuerzo de los hijos por parte de los padres, los conflictos, etc. entre ellos, y la explicación y atribución de la conducta del otro. Mesa (2020) sostiene que la presencia negativa de estos tres elementos tiende a reducir la calidad del vínculo afectivo entre padres e hijos, ya que hay menos muestras de afecto cuando se encuentran en niveles altos, el uso de métodos estrictos de disciplina, y la hostilidad del niño, cuya mayor consecuencia es el completo abandono del papel de padre o madre. Como resultado, el deterioro de la relación puede aumentar los problemas emocionales y de comportamiento del niño, como la ansiedad, la desobediencia, la depresión y la agresión.

Así, el modelo permite predecir influencias bidireccionales entre padre e hijo, quienes se influyen mutuamente, creando un mecanismo cíclico. El estrés crónico interfiere con la percepción de los padres sobre el comportamiento de su hijo, y tienden a inferir que el niño es intencional y malicioso. Los padres que hacen esta atribución tienden a usar métodos de disciplina más estrictos, se enojan y, como resultado, se estresan más. (Sánchez, 2015)

#### – Dimensiones del estrés parental

##### - *Malestar Paterno*

La dimensión malestar paterno, hace referencia a los conflictos con la pareja, desencuentros entre ambos padres en los estilos de crianza, la percepción real en cuanto a la falta de apoyo externo para cuidar al hijo, asimismo la percepción de responsabilidad que ambos padres tienen para satisfacer las necesidades de sus hijos, asimismo postergar actividades menos urgentes. Las características de cada padre influyen en la percepción que tienen sobre el rol que cumplen respecto a sus obligaciones para con sus hijos. En esta dimensión cuando hay puntajes altos, quiere decir que los padres pueden tener sentimientos de culpa, dificultad para actuar con asertividad y autoridad sobre el niño, aislamiento social, deterioro de la salud. (Sánchez, 2015)

##### - *Interacción disfuncional padre- hijo*

Esta segunda dimensión, evalúa la relación conflictiva que existe entre padre e hijo que se ha ido formando a lo largo del tiempo, que por lo general se relaciona

por las expectativas formadas desde los padres hacia los hijos, la calidad de la relación que hay entre ambos, el reforzamiento que reciben de sus hijos. (Sánchez, 2015).

- *Estrés derivado del cuidado del niño (Niño Dificil).*

La dimensión Niño Dificil, mide el grado de estrés parental, el cual se ve potenciado por las características propias del hijo en el cual a los padres se les hace difícil poder conducir la conducta del niño, la percepción del temperamento, los problemas conductuales, cambios anímicos, regulación de emociones o alguna condición que el padre perciba como inmanejable. Si en esta dimensión se obtiene puntuaciones altas, esto puede representar problemas de regulación de la conducta. (Dioses, 2017, citado Arotoma,2019).

#### **5.2.4. Variables relacionadas al estrés parental.**

- *Estrés parental y edad de los padres.*

La edad de los padres en cuanto a la relación con el estrés parental se puede describir de la siguiente manera, según lo mencionado por la edad del padre en cuanto va avanzando, no tiene una influencia significativa en cuanto a la relación con el estrés parental, por otro lado también nos menciona que en investigaciones se ha encontrado diferencias significativas en cuanto a la edad que los padres asumen la paternidad, lo que significa que hay mayor estrés en padres adolescentes en comparación con padres jóvenes entre 20 y 30 años de 49 edad, y que también

algunas madres de 30 años en adelante que son primerizas pueden experimentar un mayor nivel de estrés parental (Abidin, 1992)

- *Estrés parental y número de hijos.*

Según (Abidin, 1992) en sus hallazgos menciona que el estrés de los padres no es independiente ya que está relacionado con el número de hijos y que las madres con un solo hijo experimentan menos estrés que las madres con un solo hijo. Sánchez (2015) menciona que pocas encuestas consideran que la variable número de hijos tenga un efecto sobre el estrés de los padres, pero en su encuesta, el número de hijos que tiene un padre es un factor que afecta la relación padre-hijo y el estrés de los padres, como, por ejemplo: tener dos padres de hijos, seguido de padres con tres hijos.

- *Estrés parental y ocupación de los padres:*

En las encuestas realizadas, se hizo poca o ninguna referencia a la variable ocupacional de la madre, sin embargo, otras encuestas sí mencionaron la variable laboral de la madre y su efecto en el estrés de los padres. En esta

encuesta se consideró la ocupación de la madre y el impacto o impacto de esta en el estrés de los padres ya que, si la madre tiene un trabajo estable, no se preocupa porque recibe algo fijo, pero tiene un trabajo temporal o no. El



trabajo genera más estrés para los padres, y probablemente ninguna otra ocupación genera estrés cuando la madre es ama de casa y sólo se ocupa de los niños. (Abidin, 1992)

- *Estrés parental y estado civil*

En la investigación de (Abidin, 1992 se menciona que el estrés parental se presenta en niveles más elevados en pares de familia que se encuentran solteros o divorciados ya que se les hace más complicado asumir la responsabilidad de la crianza de sus hijos, sin embargo, los padres de familia casados o convivientes presentan niveles bajo de estrés parental puesto que la crianza u educación de sus hijos viene implícita en la unión con su cónyuge.

**2.2.5. Madurez:**

**– Definición:**

Es la etapa de desarrollo humano más larga, e implica diversos cambios físicos, emocionales y psicológicos según la edad y fase de cada persona. Tiene, a su vez, tres clasificaciones: Adultez joven (25 a 40 años de edad). Adultez intermedia (40 a 50 años de edad) (Papalia et al., 2012).

**– Factores de riesgo y factores de protección:**

**- Factores de riesgo:**

- Problemas sociales
- Problemas económicos

- Sexo y salud
- Carga familiar
- Desempleo
- Problemas psicológicos
- Hábitos poco saludables.
- **Factores de protección:**
  - Buen funcionamiento familiar.
  - Apoyo social
  - Buena economía
  - Adecuada comunicación dentro de la familia.
  - Empleo remunerado.
  - Estilo de vida saludable.
  - Recreación social adecuada.

### **2.3. Definición de términos básicos:**

#### ***2.3.1. Estrés parental:***

Elemento activador que fomenta la utilización de los recursos disponibles para afrontar de una manera satisfactoria el ejercicio del rol parental, siendo tan perjudicial la falta absoluta de activación como unos niveles extremos de estrés. (Arotoma, 2020).

### **2.4. Hipótesis de investigación:**

#### ***2.4.1. Hipótesis Alternativa:***

Existe nivel alto de estrés parental en tiempos de pandemia del COVID-19 en los padres de familia de una institución educativa estatal de la ciudad de Cajamarca 2022

**2.4.2. Hipótesis Nula:**

No existe nivel alto de estrés parental en tiempos de pandemia del COVID-19 en los padres de familia de una institución educativa estatal de la ciudad de Cajamarca 2022

**2.5. Definición operacional de variables:**

En la siguiente tabla, se muestra la operacionalización de las variables de estudio:

Tabla 1 Operacionalización de variables de investigación

VARIABLE	DEFINICIÓN CONCEPTUAL	DIMENSIONES	INDICADORES	ÍTEMS	INSTRUMENTO
Estrés Parental	El estrés parental constituye un complejo proceso en el que los progenitores se sienten desbordados ante las demandas que deben afrontar en su papel como padres o madres. (Abidín, 1992, como se citó en Ruiz , 2019).	Malestar paterno	Conflictos con la pareja en los estilos de crianza, falta de apoyo externo para cuidar al hijo, el sentido de competencia para atender las necesidades del hijo y el aplazamiento de otras actividades por cuidar al niño.	1, 2,3,4,5,6,7	Cuestionario de índice de Estrés Parental (Abidin, 1995)
		Interacción Disfuncional Padre-Hijo	Relación conflictiva que surge entre el padre y el hijo, que se ha ido formando a lo largo del tiempo, y se relaciona con las expectativas que tienen los padres acerca del desarrollo de su hijo, la calidad de la relación entre ambos y	8,9,10,11,12,13	

el reforzamiento que reciben los padres de sus hijos.

Niño difícil	Nivel de estrés parental se ve potenciado por las características propias del hijo como el temperamento, necesidades, conducta y adaptabilidad.	14,15,16,17,18,19,20 , 21,22,23,24
Escala de sucesos estresantes	Para brindar a los psicólogos una comprensión más profunda del estrés de los padres, los eventos que pueden haber ocurrido en los últimos 12 meses no se incluyeron en la puntuación total del cuestionario.	25,26,27,28,29,30 31,32,33,34,35 36,37,38,39,40,41, 42,43

## **CAPÍTULO III: MÉTODO DE INVESTIGACIÓN**

### **3.1. Tipo de Investigación:**

La investigación es de tipo básica ya que se pretende incrementar los conocimientos para enriquecer los saberes de la teoría de estrés parental. (Hernández, Fernández y Baptista, 2014).

De acuerdo al tipo de enfoque, la investigación está orientada al enfoque cuantitativo ya que utiliza la recolección de datos con base en la medición numérica y el análisis estadístico, con el fin establecer pautas de comportamiento y probar teorías, asimismo será descriptivo puesto que se describirá las características del estrés parental. (Hernández, Fernández y Baptista, 2014).

### **3.2. Diseño de investigación:**

El presente estudio de investigación de acuerdo a Hernández et al. (2014), fue de diseño no experimental debido a que no se manipularon las condiciones ambientales ni muestrales de las variables.

Finalmente, fue de corte trasversal ya que los instrumentos serán aplicados en un único momento y tiempo (Hernández et al., 2014).

### **3.3. Población, muestra y unidad de análisis:**

- Se utilizó un muestreo no probabilístico de tipo intencionado, ya que se trabajó con los sujetos que compartían una característica en común, en este caso, ser padres de familia, por ello, la población y la muestra se componen por la misma cantidad: (McMillan y Schumacher, 2005).

- **Población:** Estuvo conformada por 70 padres de familia del nivel secundario de una institución educativa estatal de Cajamarca 2022

- **Muestra:** Estuvo conformada por 70 padres de familia del nivel secundario de una institución educativa estatal de Cajamarca 2022

- **Unidad de análisis:** Un padre o madre de familia de una institución educativa estatal de Cajamarca 2022

✓ **Criterios de Inclusión:** Para la participación dentro del presente estudio de investigación se tendrá en cuenta los siguientes criterios: 1. Padres de familia cuyos hijos se encuentren matriculados en una institución educativa estatal de la ciudad de Cajamarca, 2. Padres de familia que se encuentren en pleno uso de sus facultades cognitivas y 3. Padres de familia que deseen participar de la investigación.

✓ **Criterios de Exclusión:** Para evitar la participación dentro del presente estudio de investigación se tendrá en cuenta los siguientes criterios: 1. Padres de familia cuyos hijos no se encuentren matriculados en una institución educativa estatal de la ciudad de Cajamarca, 2. Padres de familia que no se encuentren en pleno uso de sus facultades cognitivas y 3. Padres de familia que no deseen participar de la investigación.

La muestra se conformó por 70 padres de familia, de los cuales el 71% perteneció al sexo femenino y el 29% al sexo masculino, de acuerdo con el número de hijos el 14% de los evaluados refirió tener 1 hijo, el 50% de los evaluados refirió tener 2 hijos y el 36% refirió tener 3 hijos, asimismo de acuerdo con la edad se indica que el 24% perteneció al grupo de edad de 25 a 35 años, el 50% perteneció al grupo de 36 a 45 años y el 26% perteneció al grupo de edad de 46 a 60 años, asimismo, de



acuerdo al estado civil, el 83% refirieron ser casados o convivientes y el 17% ser soltero, finalmente de acuerdo a la situación laboral, el 64% refirió laborar y el 36% refirió no laborar (Ver Tabla 2).

*Tabla 2*

Datos sociodemográficos de los adolescentes de una institución educativa estatal de Cajamarca

<b>Variable</b>		<b>f</b>	<b>%</b>
<i>Sexo</i>	Femenino	50	71%
	Masculino	20	29%
	<b>Total</b>	<b>70</b>	<b>100%</b>
<i>Número de hijos</i>	1 hijo	10	14%
	2 hijos	35	50%
	3 hijos	25	36%
	<b>Total</b>	<b>70</b>	<b>100%</b>
<i>Edad</i>	25 - 35 años	17	24%
	36 - 45 años	35	50%
	46 - 60 años	18	26%
	<b>Total</b>	<b>70</b>	<b>100%</b>
<i>Estado civil</i>	Casados o convivientes	58	83%
	Solteros	12	17%
	<b>Total</b>	<b>70</b>	<b>100%</b>

	Labora	45	64%
	No laboral	25	36%
<b>Ocupación</b>	<b>Total</b>	<b>70</b>	<b>100%</b>

### 3.4. Instrumentos de Recolección de Datos:

Para realizar el siguiente estudio de investigación se utilizaron dos instrumentos de medición psicológica, los cuales se detallan a continuación:

#### 3.4.1. *Cuestionario de índice de estrés parental:*

La versión original del instrumento denominado Cuestionario de Estrés parental, estuvo compuesta por 120 ítems agrupados en dos dimensiones: dominio de los padres y dominio del niño. Con respecto a las propiedades psicométricas, se encontró altos coeficientes de consistencia interna para las puntuaciones de la dimensión dominio del niño (.89), dominio de los padres (.93) y del cuestionario total (.95), asimismo, se obtuvo un coeficiente de Spearman de .55 para las puntuaciones de dominio del niño y .70 para dominio de los padres, mediante el método test-retest, con un lapso de tiempo de un año.

En cuanto a las evidencias de validez relacionadas a la estructura interna, se encontraron dos factores que explicaron el 58% de la varianza mediante el análisis de componentes principales con rotación varimax. Sin embargo, los autores concluyeron que el tiempo de aplicación era extenso debido a la numerosa cantidad de ítems (Abidin y Loyd, 1985) citado por Sánchez.

Dada la extensión de la prueba original, se creó la versión abreviada cuyo tiempo de aplicación es entre 10 y 15 minutos, la versión reducida está compuesta por 36 ítems agrupados en tres dimensiones, siendo 12 ítems para cada una, la primera dimensión se denomina Malestar Paterno (ítem 1 al 12), la cual se refiere a los conflictos con la pareja en los estilos de crianza, la falta de apoyo externo para cuidar al hijo, el sentido de competencia para atender las necesidades del hijo y el aplazamiento de otras actividades, es decir, los factores intrínsecos, características individuales del padre o madre, y la percepción que tienen sobre su rol como tal. Puntajes altos en esta dimensión implican también sentimientos de culpa, dificultad para actuar con asertividad y autoridad ante el niño, sensación de restricción de la libertad, aislamiento social, y deterioro en la salud.

La segunda dimensión denominada Interacción Disfuncional PadreHijo (ítem 13 al 24) mide la relación conflictiva que surge entre el padre y el hijo que se ha ido formando a lo largo del tiempo, y que se relaciona con las expectativas que tienen los padres acerca del desarrollo de su hijo, la percepción que tienen sobre calidad de la relación entre ambos y el reforzamiento que reciben de sus hijos.

La tercera dimensión es Niño Difícil (ítem 25 al 36) que busca medir el grado en que el estrés parental se ve potenciado por las características propias del hijo como el temperamento, necesidades, conducta y adaptabilidad, es decir, los aspectos del niño que dificultan el rol de la crianza de los padres, como por ejemplo la capacidad del niño para adaptarse a cambios, la demanda de atención mediante conductas, el estado de ánimo, distractividad y sobreactividad.

Para este estudio se utilizó Cuestionario de Estrés Parental en su versión abreviada, adaptada al español, la escala fue tomada y adaptada por primera en Lima Metropolitana por Sánchez (2015) en la Universidad de Lima, su objetivo es medir el nivel de estrés parental en tres dominios: características de los padres, interacción entre padres e hijos, y características de los niños. La aplicación es en padres de familia ya sea la mamá o el papá.

El cuestionario está diseñado con 24 ítems, divididos en tres dimensiones de la variable: malestar paterno (7 ítems: 1,2,3,4,5,6,7) interacción disfuncional madre - hijo (6 ítems: 8,9,10,11,12,13) y estrés derivado del cuidado del niño “niño difícil” (11 ítems: 14,15,16,17,18,19,20,21,22,23,24), cada ítem tiene cinco alternativas de respuesta múltiple en escala Likert: Totalmente en desacuerdo: TD, En desacuerdo: ED, No estoy seguro: NS, De acuerdo: DA, Totalmente de acuerdo: TA A continuación, presentamos la ficha técnica del Instrumento. Se situarán 3 niveles de acuerdo a los baremos que presenta el cuestionario, el resultado final se situara en niveles, de acuerdo a los baremos de la prueba. (Sánchez. 2015).

Según la validez, el instrumento utilizado en la presente investigación ha demostrado su validez a través de procedimientos para hallar la validez vinculada al contenido que fue de un 0.88, e identificó tres factores moderadamente relacionados que explicaron el 48,69% de la varianza común, lo cual evidenció validez vinculada a la estructura interna. (Sánchez, 2015).

Para el desarrollo del presente estudio de investigación, se desarrolló previamente un estudio piloto con 20 padres de familia, los cuales fueron

seleccionados aleatoriamente, en donde se obtuvo una confiabilidad con Alfa de Cronbach de ,847 para el cuestionario de índice de estrés parental (Ver Tabla 3).

Tabla 3

*Estadísticas de fiabilidad del Cuestionario de índice de estrés parental - prueba piloto*

<b>Estadísticas de fiabilidad del Cuestionario de índice de estrés parental</b>	
Alfa de Cronbach	N de elementos
,847	43

Finalmente, para llevar a cabo el presente estudio de halló la confiabilidad del instrumento mediante el alfa de Cronbach, hallándose que presenta una confiabilidad buena con ,870 (Ver Tabla 4).

Tabla 4

Estadísticas de fiabilidad del cuestionario de índice de estrés parental

<b>Estadísticas de fiabilidad del Cuestionario de índice de estrés parental</b>	
Alfa de Cronbach	N de elementos

,870	43
------	----

### **3.5. Procedimiento de Recolección de Datos:**

Para la realización del presente estudio se envió una solicitud virtual al titular de una institución educativa nacional de la ciudad de Cajamarca para concertar una reunión virtual sobre los temas a investigar y las metas a alcanzar.

Una vez obtenido el permiso, se coordinó con los tutores de cada aula para realizar reuniones virtuales con los padres de familia para mantenerlos informados sobre el estudio, los objetivos y beneficios del estudio, en esta reunión se emitió un enlace a través de Google Forms, con consentimiento informado enviado a cada padre.

Finalmente, se enviaron las herramientas psicológicas a utilizar en el mes de marzo del año 2022, luego se realizó un análisis de los datos obtenidos de la población de evaluación.

### **3.6. Análisis de datos:**

Para este estudio se utilizó el programa Microsoft Excel, ya que se requirió tabulación y cálculos numéricos. Asimismo, el programa estadístico SPSS - 26 nos ayuda a realizar cálculos estadísticos para obtener resultados.

Finalmente, se calcula la confiabilidad de las herramientas utilizadas mediante el Alfa de Cronbach y se aplica estadística descriptiva para obtener los resultados finales.

### **3.7. Consideraciones éticas**

Se consideraron los principios bioéticos desarrollados por la Asociación Americana de Psicología (APA, 2010) para efectos de realizar las siguientes investigaciones, tales como: 1. El principio de beneficencia y no maleficencia, porque la investigación desarrollará resultados a partir de las buenas obras; principio de integridad, porque Hablará claro, preciso, sin promesas de acciones que no se pueden realizar, 3. Respeto a los derechos humanos y la dignidad, por lo que el cuestionario se aplicará de forma anónima, los resultados no se mostrarán a terceros, y utilizarse únicamente con fines de investigación.

## **CAPÍTULO IV: ANÁLISIS Y DISCUSIÓN DE RESULTADOS**



#### 4.1. Análisis de Resultados:

Se observa en la siguiente tabla, el nivel de estrés parental en los padres de familia, indicando que el 56% de los evaluados presentan nivel alto de estrés parental, el 26% presenta nivel medio y el 19% presenta nivel bajo de estrés parental. (Ver Tabla 5).

*Tabla 5*

*Nivel de estrés parental en tiempos de pandemia del COVID-19 en los padres de familia de una institución educativa estatal de la ciudad de Cajamarca 2022*

<i>Nivel de estrés parental</i>		
	<i>f</i>	<i>%</i>
<b>Alto</b>	<b>39</b>	<b>56%</b>
Medio	18	26%
Bajo	13	19%
Total	70	100%

Como se observa en la siguiente tabla la cual indica el nivel de estrés parental de acuerdo con la edad, en donde se indica que dentro del grupo de edad de

25 a 35 años, el 7% presenta nivel alto, el 16% nivel medio y el 9% nivel bajo, asimismo, dentro del grupo de edad de 36 a 45 años, se muestra que el 21% presenta nivel alto, el 11% nivel medio y el 13% nivel bajo, de igual forma, dentro del grupo de edad de 46 a 60 años, se indica que el 4% presenta nivel alto, el 13% nivel medio y el 6% nivel bajo.

Se concluye que existe predominio del grupo de edad de 36 a 45 años en nivel alto con 21% (Ver Tabla 6).

*Tabla 6*

*Nivel de estrés parental en tiempos de pandemia del COVID-19 en los padres de familia de una institución educativa estatal de la ciudad de Cajamarca 2022, de acuerdo con la edad*

	<i>Nivel de estrés parental de acuerdo con el edad</i>							
	<i>25 - 35 años</i>		<i>36 - 45 años</i>		<i>46 - 60 años</i>		<i>Total</i>	
	<i>f</i>	<i>%</i>	<i>f</i>	<i>%</i>	<i>F</i>	<i>%</i>	<i>F</i>	<i>%</i>
<b>Alto</b>	5	7%	<b>15</b>	<b>21%</b>	3	4%	17	24%
Medio	11	16%	9	13%	9	13%	35	50%
Bajo	6	9%	8	11%	4	6%	18	26%
<b>Total</b>	<b>22</b>	<b>32%</b>	<b>32</b>	<b>46%</b>	<b>16</b>	<b>23%</b>	<b>70</b>	<b>100%</b>

Como se observa en la siguiente tabla la cual indica el nivel de estrés parental de acuerdo con el número de hijos, en donde se muestra que dentro de los padres que refirieron tener un hijo el 3% presenta nivel alto, el 4% nivel medio y el 7% nivel bajo, asimismo en el grupo de padres que refirió tener 2 hijos, el 26% presenta nivel alto, el 14% nivel medio y el 10% nivel bajo, de igual forma, el grupo

de padres que refirió tener 3 hijos indica que el 10% presenta nivel alto, el 11% nivel medio y el 14% nivel bajo.

Se concluye que existe predominio del grupo de padres que refirió tener 2 hijos en nivel alto con 26% (Ver Tabla 7).

*Tabla 7*

*Nivel de estrés parental en tiempos de pandemia del COVID-19 en los padres de familia de una institución educativa estatal de la ciudad de Cajamarca 2022, de acuerdo con el número de hijos*

	<i>Nivel de estrés parental de acuerdo con el número de hijos</i>							
	<i>1 hijo</i>		<i>2 hijos</i>		<i>3 hijos</i>		<i>Total</i>	
	<i>f</i>	<i>%</i>	<i>f</i>	<i>%</i>	<i>F</i>	<i>%</i>	<i>F</i>	<i>%</i>
Alto	2	3%	18	26%	7	10%	27	39%
Medio	3	4%	10	14%	8	11%	21	30%
Bajo	5	7%	7	10%	10	14%	22	31%
Total	10	14%	35	50%	25	36%	70	100%

Como se observa en la siguiente tabla, la cual indica el nivel de estrés parental de acuerdo con el estado laboral, en donde se indica que dentro del grupo de padres que refirió laborar el 46% presenta nivel alto, el 11% presenta nivel medio y el 7% presenta nivel bajo, asimismo, dentro del grupo de padres que refirió no laborar el 21% presenta nivel alto, el 9% nivel medio y el 6% nivel bajo.

Se concluye que existe predominio del grupo de padres que labora en nivel alto con 46% (Ver Tabla 8).

Tabla 8

*Nivel de estrés parental en tiempos de pandemia del COVID-19 en los padres de familia de una institución educativa estatal de la ciudad de Cajamarca 2022, de acuerdo con el estado laboral*

<i>Nivel de estrés parental de acuerdo al estado laboral</i>						
	<i>Labora</i>		<i>No labora</i>		<i>Total</i>	
	<i>F</i>	<i>%</i>	<i>f</i>	<i>%</i>	<i>F</i>	<i>%</i>
Alto	32	46%	15	21%	47	67%
Medio	8	11%	6	9%	14	20%
Bajo	5	7%	4	6%	9	13%
Total	45	64%	25	36%	70	100%

Como se observa en la siguiente tabla, la cual indica el nivel de estrés parental de acuerdo con el estado civil, se muestra que dentro del grupo de padres que refirió ser casado o conviviente el 50% presenta nivel alto, el 19% nivel medio y el 14% nivel bajo, asimismo en el grupo de padres que refirieron ser solteros el 4% presentó nivel alto, el 6% nivel medio y el 7% nivel bajo.

Se concluye que existe predominio del grupo de padres que refirió ser casado en nivel alto con 50% (Ver Tabla 9).

Tabla 9

*Nivel de estrés parental en tiempos de pandemia del COVID-19 en los padres de familia de una institución educativa estatal de la ciudad de Cajamarca 2022, de acuerdo con el estado civil*

	<i>Casado o conviviente</i>		<i>Soltero</i>		<i>Total</i>	
	<i>F</i>	<i>%</i>	<i>f</i>	<i>%</i>	<i>f</i>	<i>%</i>
Alto	35	50%	3	4%	38	54%
Medio	13	19%	4	6%	17	24%
Bajo	10	14%	5	7%	15	21%
Total	58	83%	12	17%	70	100%

#### **4.2. Discusión de resultados:**

La presente investigación tuvo como objetivo identificar el nivel de estrés parental en padres de familia de una institución educativa, asimismo, se identificó el nivel de estrés parental de acuerdo con la edad, número de hijos, estado laboral y estado civil.

Por ello, de acuerdo con los resultados obtenidos en la presente investigación se acepta la hipótesis de investigador la cual menciona que existe nivel alto de estrés parental en los padres de familia de una institución educativa de la ciudad de Cajamarca, 2022, puesto que en el presente estudio se halló que el 56% de los evaluados presentan nivel alto de estrés parental, este resultado concuerda con el estudio de Jiménez y Zavala (2021) en España en donde se identificó que el 56% de los evaluados presentan nivel alto de estrés parental y con el estudio de Arotoma (2020) en Huancayo en donde se identificó que el 45% de los evaluados presenta nivel alto de estrés parental, al respecto, Abidin (1992), menciona que el estrés parental es un proceso en el que los progenitores se sienten desbordados ante las

demandas que deben afrontar en su papel como padres o madres, por lo que se puede inferir que el nivel de estrés parental alto se ve reflejado y exteriorizado durante el tiempo de pandemia debido a la gran cantidad de tiempo que pasan los padres con los hijos a raíz del confinamiento.

Del mismo modo, se identificó el nivel de estrés parental de acuerdo con la edad, hallando predominio del grupo de edad de 36 a 45 años, este resultado coincide con el estudio de Jiménez y Zavala (2021) en donde se identificó que el grupo de edad con predominio fue el 35 a 45 años con 58% en nivel alto y con el estudio de Arotoma (2020) en donde se identificó que el grupo de edad con predominio es el grupo de 25 a 35 años con 52% en nivel alto, estos resultados contrastan con la teoría presentada por Abidin (1992) quien menciona que los padres en edades jóvenes 20 a 30 años presentan mayores puntuaciones de estrés parental ya que al ser primerizos creen que no cubren y que las demandas de sus hijos demandan sus recursos como padres.

Igualmente, se identificó el nivel de estrés parental de acuerdo con el número de hijos, hallando que existe predominio en nivel alto de los padres que tienen 2 hijos en nivel alto con 22%, este resultado coincide con la teoría de Jiménez y Zavala (2021) en donde se menciona que existe predominio de los padres que tienen 2 hijos en nivel alto con 43% al igual que con el estudio de Arotoma (2020) donde se menciona que existe predominio de los padres que tienen 2 hijos en nivel alto con 47%, al respecto, Abidin (1992), menciona que los padres que presentan más de un

hijo presentan mayor nivel de estrés parental ya que en algunas ocasiones no se dan abasto para solucionar las demandas de ellos.

Así también, se identificó el nivel de estrés parental de acuerdo con el estado laboral de los padres de familia, hallando que existe predominio en nivel alto de los padres que laboran con 46%, este estos resultados concuerdan con el estudio de Jiménez y Zavala (2021) en donde se halló que existe predominio en nivel alto de los padres que laboran con 53% y con el estudio de Arotoma (2020) en donde se identificó que existe predominio en nivel alto de los padres que laboran en nivel alto con 63%, al respecto, Abidin (1992) menciona que los padres que laboran presentan niveles altos de estrés parental debido a la sobrecarga de estrés laboral que presentan, adicionalmente, creen que, dedican menos tiempo a sus hijos por compartir el tiempo en el trabajo.

Finalmente, se identificó el nivel de estrés parental de acuerdo con el estado civil, hallando que existe predominio de los padres casados o convivientes en nivel alto con 50%, este resultado concuerda con el estudio de Jiménez y Zavala (2021) en donde se identificó que existe predominio de los padres casados o convivientes en nivel alto con 49% al igual que concuerda con el estudio de Arotoma (2020) en donde se identificó que existe predominio en nivel alto de los padres casados o convivientes con 58%, lo cual contrasta con la teoría planteada por Abidin (1992), quien menciona que embargo los padres de familia casados o conniventes presentan niveles bajo de estrés parental puesto que la crianza u educación de sus hijos viene implícita en la unión con su cónyuge.



Se concluye que existe nivel alto de estrés parental con 56% en nivel alto, asimismo de acuerdo al estrés parental y la edad se muestra predominio del grupo de 36 a 45 años con 21% en nivel alto, de igual forma de acuerdo al número de hijos y estrés parental se observa predominio de los padres que cuentan con 2 hijos en nivel alto con 22, asimismo, de acuerdo al estado laboral y el estrés parental se observa que existe predominio del grupo de padres que labora en nivel alto con 46%, y finalmente de acuerdo con el estado civil y el estrés parental existe predominio de los padres casados o convivientes en nivel alto con 50%

## **CAPÍTULO V: CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES**

## **Conclusiones:**

Una vez realizada la aplicación y con los resultados obtenidos de acuerdo a los objetivos propuestos en la investigación, se concluye lo siguiente:

- Se concluye que, se acepta la hipótesis de investigador la cual menciona que existe nivel alto de estrés parental en tiempos de pandemia del COVID-19 en los padres de familia de una institución educativa estatal de la ciudad de Cajamarca 2022.
- Se concluye que, el 56% de los padres de familia de una institución educativa estatal de la ciudad de Cajamarca 2022, presenta nivel alto de estrés parental con 56%.
- Se concluye que, de acuerdo con el nivel de estrés parental y la edad, se muestra predominio del grupo de edad de 36 a 45 años en nivel alto con 21% en los padres de familia de una institución educativa estatal de la ciudad de Cajamarca 2022.

- Se concluye que, de acuerdo con el nivel de estrés parental y el número de hijos, se muestra predominio del grupo de padres que cuentan con 2 hijos en nivel alto con 22% en los padres de familia de una institución educativa estatal de la ciudad de Cajamarca 2022.
- Se concluye que, de acuerdo con el estado laboral y el estrés parental, se muestra predominio del grupo de padres que laboran en nivel alto con 46% de los padres de familia de una institución educativa estatal de la ciudad de Cajamarca 2022.
- Finalmente, se concluye que, de acuerdo con el estado civil y el estrés parental, se muestra predominio del grupo de padres que refirieron ser casados o convivientes en nivel alto con 50% de los padres de familia de una institución educativa estatal de la ciudad de Cajamarca 2022.

## **Recomendaciones:**

Luego de realizar la aplicación y con los resultados obtenidos de acuerdo a los objetivos propuestos en la investigación, se recomienda lo siguiente:

1. A la institución educativa se le recomienda coordinar con el departamento de psicología para implementar estrategias psicoeducativas con los padres de familia en las cuales se aborden temas como el estrés y estrategias para superarlo.
2. Asimismo, se recomienda a la Institución educativa, implementar talleres virtuales en los cuales los padres de familia trabajen en nivel alto de estrés detectado a través de respiraciones y meditación.
3. De igual forma, se recomienda a los futuros investigadores, realizar estudios sobre estrés parental en muestras más amplias y también en instituciones

educativas públicas para identificar la significancia y diferencias de las mismas.

4. Así también, se recomienda a los futuros investigadores realizar estudios correlacionales con la variable estrés parental unida a otra variable psicológica para aportar al conocimiento científico local.
5. Finalmente, se recomienda a la Institución educativa, realizar la evaluación de estrés parental y otras a los padres de familia de manera trimestral para trabajar temas psicológicos que requiera la población dentro de las escuelas de padres.

## **Referencias:**

Abidin, R. (1995). *Parenting Stress Index short form*. Psychological Assesment Resources.

Álvarez, RA. (2008). *Medicina General Integral*. Ciencias Médicas.

Amarís, MR. (2004). Roles parentales y el trabajo fuera del hogar. *Psicología desde el Caribe*, 1(13), 15-26.

Amarís, MT. (2004). Roles parentales y el trabajo fuera del hogar. *Psicología desde el Caribe*, 1(13), 15-26.

- American Psychological Association [APA]. (2010). *Principios éticos de los psicólogos y código de conducta*. [www.uhu.es/susana\\_paino/EP/CcAPA.pdf](http://www.uhu.es/susana_paino/EP/CcAPA.pdf)
- Arotoma, CC. (2020). *Estrés parental en madres de niños usuarios del servicio "control de crecimiento y desarrollo" en el Centro de Salud Chilca-Huancayo*. (Tesis de Licenciatura). Universidad Continental. Huancayo, Perú.
- Barraza, AM. (2020). *El estrés de pandemia (COVID 19) en población mexicana*. Colaboración Interinstitucional.
- Barudy, FJ. y Dantagnan, TM. (2005). *Los buenos tratos a la infancia: Parentalidad, apego y resiliencia*. Gedisa.
- Bridget, PJ., Gruenewald, ET., Shockley, Ki., y Price, Jw. (2021). Comprender el estrés en el momento para los padres durante las restricciones de permanencia en el hogar de COVID-19. *Ciencias sociales y medicina*, 2(3), 1 – 23..
- Bronfenbrenner, UH. (1979). *The ecology of human development*. Harvard University Press.
- Carrillo, CF. (2021). *Estrés y conducta parental de padres con hijos entre 3 a 5 años en situación de pandemia*. (Tesis de Licenciatura). Universidad San Ignacio de Loyola. Lima, Perú.
- Carter, BC., y McGoldrick, EM. (1999). *The expanded family life cycle: Individual, family, and social perspectives*. Pearson.

- De la Piedra, SB. (2019). *Estrés parental en padres de adolescentes en tiempo de COVID 19*. (Tesis de Licenciatura). Universidad César Vallejo. Lima, Perú.
- Eguiluz, LN. (2003). *Un enfoque psicológico sistémico*. Pax México.
- Esteinou, RN. (2006). *Fortalezas y desafíos de las familias en dos contextos: Estados Unidos de América y México*. CIESAS.
- Freisthler, HB., Esteinou, KM. y Griñan, O. (2021). *Estrés parental y conducta en adolescentes en pandemia*. (Tesis de Licenciatura). Universidad de Georgetown. Washington, Estados Unidos.
- Griñan, GM. (2015). *Cuestionario de estrés parental: Características psicométricas y análisis comparativo del estrés parental en padres de familia con hijos de 0 a 3 años de edad de Lima moderna* (Tesis de Licenciatura). Universidad de Lima. Lima, Perú.
- Guelbenzu, ME. (2021). *¿Qué es el estrés parental y cuáles son sus causas?*. Paidós.
- Hernández, R., Fernández, C., y Baptista, P. (2014). *Metodología de la investigación*. McGrawHill
- Hogan, T. (2004). *Estrés. El Manual Moderno*.
- Huarcaya, VJ. (2020). Consideraciones sobre la salud mental en la pandemia de COVID-19. *Rev Perú Med Exp Salud Pública*, 37(2), 327-334.
- Infancia El Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia [UNICEF] (2020). *El impacto de la pandemia COVID-19 y las medidas adoptadas por el gobierno*

sobre la vida cotidiana.

<https://www.unicef.org/argentina/media/8646/file/tapa.pdf>.

Jiménez, JL. y Zavala, A. (2021). *Estrés parental en padres y madres en tiempo de pandemia*. (Tesis de Licenciatura). Universidad de Sevilla. Sevilla, España.

Junchaya, ME. (2020). *Nivel de depresión, ansiedad y estrés en gestantes atendidas en el centro de salud "La Tulpuna" durante el periodo de pandemia. Cajamarca 2020*. (Tesis de Licenciatura). Universidad Nacional de Cajamarca. Cajamarca, Perú.

Lazarus, R. y Folkman, S. (1984). *Estrés y procesos cognitivos*. Martínez Roca.

Leon, YR. (2021). *Relación del Covid-19 y el estrés emocional en los padres de familia de la institución educativa inicial de "Huellas de Lupita" de la ciudad de Azángaro-2020*. (Tesis de Licenciatura). Universidad del Altiplano. Puno, Perú.

Lozano, AL. (2020). Impacto de la epidemia del Coronavirus (COVID-19) en la salud mental del personal de salud y en la población general de China. *Rev Neuropsiquiatra*, 83(1), 51-56.

Mendoza, JR. (2021). *Estrés parental en adolescentes y niños en adolescentes en tiempo de pandemia*. (Tesis de Licenciatura). Universidad de san Martín de Porres. Lima, Perú.

Mesa, M. (2020). *Riesgos globales y multilateralismo: el impacto de la COVID-19*. Ceipaz.



Mesa, MR. (2020). *Riesgos globales y multilateralismo: el impacto de la COVID-19*. Ceipaz.

Ministerio de Salud [MINSA] (2021). *Plan de Salud Mental en el contexto COVID-19*. <http://bvs.minsa.gob.pe/local/MINSA/5092.pdf>.

Narváez, HR. (2021). *Estrés parental en padres de adolescentes en tiempo de COVID 19*. (Tesis de Licenciatura). Universidad del BioBio. Santiago, Chile.

Organización Mundial de la Salud [OMS] (2020). *Preguntas y respuestas sobre la transmisión de la COVID-19*. <https://www.who.int/es/emergencias/diseases/novel-coronavirus-2019/advice-for-public/q-a-coronaviruses>.

Organización Mundial de la Salud. [MINSA] (2020). *Información básica sobre la COVID-19*. <https://www.who.int/es/emergencias/diseases/novel-coronavirus-2019/question-and-answers-hub/q-a-detail/coronavirus-disease-covid-19>.

Orlandini, AH. (1996). *El estrés: Qué es y cómo evitarlo*. Paidós.

Ort, HG. y Ofir Ben, AH. (2021). *Estrés parental en adolescentes en tiempos de pandemia*. (Tesis de Licenciatura). Universidad de Gallaudet. Washington, estados Unidos.}

Ortiz, AG., Puentes, VA., y Vergaño, L. (2020). *Estudio descriptivo sobre el impacto emocional (depresión, ansiedad y estrés) durante el aislamiento social preventivo ocasionado por la pandemia del COVID-19 en la población del*

*municipio de Girardo*. (Tesis de Licenciatura). Corporación Un Minuto de Dios. Bogotá, Colombia.

Pérez, DF., Viamontes, JR., García, TF., Vázquez, DW., y Centelles, M. (2014). Conocimientos sobre estrés, salud y creencias de control para la Atención Primaria de Salud. *Revista Cubana de Medicina General Integral*, 30(3), 354-363.

Pérez, JE., Menéndez, ST., Hidalgo, MA. (2014). Estrés parental, estrategias de afrontamiento y evaluación de riesgo en madres de familias en riesgo usuarias de los Servicios Sociales. *Psychosocial Intervention*. 23(1), 25 – 32.

Puentes, G. (2020). *Estrés parental en niños y adolescentes en tiempo de COVID 19*. (Tesis de Licenciatura). Universidad Nacional de Colombia. Bogotá, Colombia.

Ruiz, NG. (2020). *Estrés parental en padres de niños con y sin trastorno del espectro autista en dos instituciones educativas de los Olivos, 2019*. (Tesis de Licenciatura). Universidad Privada del Norte, Lima, Perú.

Sánchez, FI. (2019). *Estrés parental en padres y madres que laboran de adolescentes en tiempos de pandemia*. (Tesis de Licenciatura). Universidad Nacional Mayor de San Marcos. Lima, Perú.

Sánchez, GG. (2015). *Cuestionario de estrés parental: Características Psicométricas y análisis comparativo del estrés parental en padres de familia con hijos e*

*hijas de 0 A 3 años de edad de Lima Moderna.* (Tesis de Licenciatura).

Universidad de Lima. Lima, Perú.

Sandín, BF. (2008). *El estrés.* MacGraw Hill Interamericana

Santrock, JG. (2006). *Psicología del Desarrollo: El ciclo vital.* McGrawHill.

Siegel, DK. (2007). *La mente en desarrollo.* Desclée de Broower.

Suarez, GI. (2018). *Parentalidad: ¿De qué hablamos cuando nos referimos a ella?*

Paidós.

Taubman, BA., Ben-Yaakov, O., y Chasson, M. (2021). Estrés de la crianza entre los nuevos padres antes y durante la pandemia de COVID-19. *Child Abuse Negl*, 2(1), 1 – 34.

Valladares, AL. (2008). La familia. Una mirada desde la Psicología. *Medi Sur*, 10(1), 1 - 24

Villafuerte, VM. (2021). *Estrés parental en padres y madres de adolescentes en tiempo de COVID 19.* (Tesis de Licenciatura). Universidad César Vallejo. Lima, Perú.



# **ANEXOS**

## ANEXO A MATRIZ DE CONSISTENCIA

PROBLEMA	OBJETIVOS	OPERACIONALIZACIÓN		
		VARIABLE	INDICADORES	METODOLOGÍA TÉCNICAS E INSTRUMENTOS
<p><b>Problema Principal:</b> ¿Cuál es el nivel de estrés parental en tiempos de pandemia del COVID-19 en los padres de familia de una institución educativa estatal de la ciudad de Cajamarca 2022?</p>	<p><b>Objetivo General:</b> Determinar el nivel de estrés parental en tiempos de pandemia del COVID-19 en los padres de familia de una institución educativa estatal de la ciudad de Cajamarca 2022.</p> <p><b>Objetivos Específicos:</b> <b>O1.-</b> Determinar la prevalencia de estrés parental según la edad de las madres en tiempos de pandemia del COVID-19 en los padres de familia de una institución educativa estatal</p>	<p><b>Variable de la Investigación.</b>  Estrés parental</p>	<p><b>Para la Variable</b> -Malestar Paterno -Interacción Disfuncional Padre-Hijo -Niño Dificil</p>	<p><b>Tipo y nivel de la Investigación:</b> <b>Tipo de la Investigación:</b> La investigación es de tipo básica ya que se pretende incrementar los conocimientos para enriquecer los saberes de la teoría de estrés parental. (Hernández, Fernández y Baptista, 2014)</p> <p>De acuerdo al tipo de enfoque, la investigación está orientada al enfoque cuantitativo ya que utiliza la recolección de datos con base en la medición numérica y el análisis estadístico, con el fin</p>

	<p>de la ciudad de Cajamarca 2022.</p> <p><b>02.-</b> Determinar la prevalencia de estrés parental según número de hijos en tiempos de pandemia del COVID-19 en los padres de familia de una institución educativa estatal de la ciudad de Cajamarca 2022</p> <p><b>03.-</b> Determinar la prevalencia de estrés parental según la ocupación en tiempos de pandemia del COVID-19 en los padres de familia de una institución educativa estatal de la ciudad de Cajamarca 2022</p> <p><b>04.-</b> Determinar la prevalencia de estrés parental según el estado civil en tiempos de pandemia del COVID-19 en</p>			<p>establecer pautas de comportamiento y probar teorías. (Hernández, Fernández y Baptista, 2014).</p> <p><b>Nivel de la investigación:</b> Debe ser entendida como el comienzo o el soporte de futuras investigaciones.</p> <p><b>6.4 Método y diseño de la Investigación:</b></p> <p><b>6.4.1 Método:</b></p> <p><b>Cuantitativo científico</b></p> <p><b>6.4.2 Diseño:</b> No Experimental, Transeccional, Descriptivo.</p>
--	--	--	--	---

	los padres de familia de una institución educativa estatal de la ciudad de Cajamarca 2022			
--	---	--	--	--





## **ANEXO B: CONENTIMIENTO INFORMADO**

¡En hora buena! Usted ha sido invitado a participar del estudio de investigación denominado *ESTRÉS PARENTAL EN TIEMPOS DE PANDEMIA DEL COVID-19 EN LOS PADRES DE FAMILIA DE UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA ESTATAL DE LA CIUDAD DE CAJAMARCA 2022*, realizado por la Bachiller de Psicología STEFANNY NICOLE VARGAS QUISPE, de la Universidad Privada Antonio Guillermo Urrelo.

Para lo cual se le solicita que, si tiene alguna duda, escuche con atención la exposición e indicaciones de la investigadora, frente a cualquier duda se le pide, levante la mano de manera virtual en el aplicativo y realice la pregunta correspondiente.

Cabe mencionar que la participación en la investigación es de manera VOLUNTARIA, los datos obtenidos serán para beneficio de la población, además serán netamente de uso académico y los resultados no serán mostrados a terceras personas.

MUCHAS GRACIAS POR SU PARTICPACION

-----  
N° D.N.I:

## ANEXO C: CUESTIONARIO DE ÍNDICE DE ESTRÉS

### PARENTAL

HOLA: A continuación, se le presentan una serie de preguntas, por lo que se le solicita responder de MANERA HONESTA

*MA = Muy a menudo*

*D = Difícilmente*

*A = A menudo*

*MD = Muy difícilmente*

*NS = No siempre*

NOTA: NO EXISTEN RESPUESTAS BUENAS O MALAS.

1	Estoy dejando más cosas de mi vida de lo que pensé para satisfacer las necesidades de mi hijo(a).	MA	A	NS	D	MD
2	Me siento atrapado por mis responsabilidades como madre.	MA	A	NS	D	MD
3	Desde que he tenido este hijo(a) he sido incapaz de hacer cosas nuevas	MA	A	NS	D	MD
4	Desde que he tenido este hijo (a) siento que he dejado de hacer las cosas que me gustan.	MA	A	NS	D	MD
5	El ser padre/madre me ha causado más problemas de los que esperaba en mis relaciones con otras personas.	MA	A	NS	D	MD
6	Antes de tener a mi hijo(a) estaba más interesado(a) por la gente.	MA	A	NS	D	MD
7	Antes de tener a mi hijo(a) disfrutaba más de las cosas.	MA	A	NS	D	MD
8	Siento que mi hijo(a) quiere estar lejos de mí.	MA	A	NS	D	MD
9	Mi hijo(a) me sonríe menos de lo que yo esperaba.	MA	A	NS	D	MD
10	Siento intolerancia al hecho de que mi hijo no aprende como el resto de los niños	MA	A	NS	D	MD
11	He notado que mi hijo sonríe con menos frecuencia que lo otros niños.	MA	A	NS	D	MD

12	Lo que realiza mi hijo no cubre mis expectativas de madre.	MA	A	NS	D	MD
13	Mi hijo tiene dificultad para adaptarse a cosas nuevas.	MA	A	NS	D	MD
14	Mi hijo(a) suele llorar más a menudo que la mayoría de niños.	MA	A	NS	D	MD
15	Mi hijo(a) se despierta de mal humor, la mayoría del tiempo					
16	La mayoría del tiempo siento que mi hijo se enoja con facilidad.	MA	A	NS	D	MD
17	Mi hijo(a) realiza cosas que me hacen enojar.	MA	A	NS	D	MD
18	Mi hijo(a) reacciona de mala forma cuando sucede algo que le desagrada	MA	A	NS	D	MD
19	Mi hijo(a) se molesta fácilmente por las cosas más insignificantes.	MA	A	NS	D	MD
20	He observado que lograr que mi hijo(a) me obedezca es: 1. Mucho más difícil de lo que me imaginaba 2. Algo más difícil de lo que esperaba 3. Como esperaba 4. Algo menos difícil de lo que esperaba 5. Mucho más fácil de lo que esperaba	1	2	3	4	5
21	Escribe el número de cosas que le molesta que haga su hijo(a) (demasiado movido, llora, interrumpe, pelea, etc.) Luego cuente y marque en la columna de la derecha el número que indica el conjunto de cosas que haya anotado. 1. 2. 3. 4. 5. 6. 7. 8. 9. 10.	10+	8- 9	6- 7	4- 5	1-3
22	Las cosas que hace mi hijo(a) me fastidian mucho.	MA	A	NS	D	MD
23	Mi hijo(a) se ha convertido en un problema mayor de lo que yo esperaba.	MA	A	NS	D	MD
24	Mi hijo(a) se ha convertido en un problema mayor de lo que yo esperaba.	MA	A	NS	D	MD

En las cuestiones siguientes escoja entre “S” para “Sí” y “N” para “No” Durante los últimos 12 meses ha sucedido en su núcleo familiar directo alguno de los siguientes acontecimientos:

37	Divorcio	S	N
38	Reconciliación con la pareja	S	N
39	Matrimonio	S	N
40	Separación	S	N
41	Embarazo	S	N
42	Otro pariente se ha mudado a su casa	S	N
43	Los ingresos han aumentado sustancialmente (20% o más)	S	N
44	Me he metido en grandes deudas	S	N
45	Me he mudado a un nuevo lugar	S	N
46	Promoción en el trabajo	S	N
47	Los ingresos han descendido sustancialmente	S	N
48	Problemas de alcohol o drogas	S	N
49	Muerte de amigos íntimos de la familia	S	N
50	Comenzó un nuevo trabajo	S	N
51	Entró alguien en una nueva escuela	S	N
52	Problemas con un superior en el trabajo	S	N
53	Problemas con los maestros en la escuela	S	N
54	Problemas judiciales	S	N
55	Muerte de un miembro cercano de la familia	S	N

**Muchas gracias por su colaboración**

**ANEXO D: FICHA TÉCNICA DEL CUESTIONARIO DE ÍNDICE  
DE ESTRÉS PARENTAL**

<b>1. Nombre Original</b>	Cuestionario de índice de estrés parental
<b>2. Procedencia</b>	España, 1992
<b>3. Autores</b>	Abidín, R.
<b>4. Confiabilidad</b>	Alfa de Cronbach 0,865
<b>5. Aplicado en Cajamarca</b>	Vargas, S. 82022)
<b>6. Administración</b>	Individual y colectivo
<b>7. Duración</b>	10 – 15 minutos
<b>8. Puntuación</b>	Escala de Likert del 1 al 5
<b>9. Significación</b>	Evaluación del estrés parental
<b>10. Usos</b>	Clínico y en la investigación, escala diseñada para padres de familia.

Según Abidín (1992) son los puntajes para la calificación del Cuestionario de índice de estrés parental:

	Dimensión 1	Dimensión 2	Dimensión 3	Dimensión 4	Global
<b>Bajo</b>	1 – 10	1 – 10	1 – 15	1 – 35	0 – 70
<b>Medio</b>	11 – 20	11 – 20	16 – 35	36 – 70	71 – 180
<b>Alto</b>	21 - 35	21 – 30	36 - 55	71 - 95	181 - 220

# ANEXO E: SOLICITUD DE PERMISO PARA APLICACIÓN DE TESIS DE PREGRADO

*"Año del fortalecimiento de la Soberanía Nacional"*

SOLICITO PERMISO PARA APLICACIÓN DE TESIS DE PREGRADO

Cajamarca, 05 de enero de 2022

**Sr. Prof. MIGUEL ANGEL TAFUR RABANAL**

**PROMOTOR DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA PRIVADA JOSEMARIA  
ESCRIVÁ DE BALAGUER - CAJAMARCA**

Yo, Stefanny Nicole Vargas Quispe en calidad de Bachilleres de la Facultad de Psicología de la Universidad Privada Antonio Guillermo Urrel, lo saludo cordialmente y a la vez procedo a exponerle lo siguiente:

Que, ante la necesidad de culminar de manera satisfactoria mis estudios de pregrado **SOLICITO** a su magna Institución me brinde la autorización correspondiente para la aplicación de los instrumentos psicológicos necesarios para el desarrollo de la tesis denominada: **ESTRÉS PARENTAL EN EL CONTEXTO DE LA PANDEMIA DEL COVID-19 EN LOS PADRES DE FAMILIA DE UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA ESTATAL DE LA CIUDAD DE CAJAMARCA 2022**

Por tal motivo, adjunto a la solicitud la resolución de aprobación del proyecto de tesis al igual que el proyecto de tesis presentado por el solicitante

En espera a que acceda a la presente solicitud, quedo de usted.



**Bach. Stefanny Nicole Vargas Quispe**





*"Año del fortalecimiento de la Soberanía Nacional"*

**OFICIO N° 0014-2021/DIE "JMEB"**

**DRA. LUCÍA MILAGROS ESAINE SUÁREZ**

**DECANA DE LA FACULTAD DE PSICOLOGÍA DE LA UPAGU**

CIUDAD:

ASUNTO: ACEPTA APLICACIÓN DE TESIS DE PREGRADO

REFERENCIA: SOLICITUD DE APLICACIÓN DE TESIS DE PREGRADO

Es grato dirigirme a Ud. para saludarla y a la vez indicarle que se **ACEPTA LA APLICACIÓN DE LA TESIS DE PREGRADO** del Bachiller Stefanny Nicole Vargas Quispe denominada: **ESTRÉS PARENTAL EN EL CONTEXTO DE LA PANDEMIA DEL COVID-19 EN LOS PADRES DE FAMILIA DE UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA ESTATAL DE LA CIUDAD DE CAJAMARCA 2022**

Se expide la presente a solicitud de las interesadas para los fines convenientes.

Cajamarca, 12 de enero de 2022



*"Año del fortalecimiento de la Soberanía Nacional"*

**ENTREGA DE RESULTADOS TESIS DE PREGRADO**

Cajamarca, 23 de febrero de 2022

**Sr. Prof. MIGUEL ANGEL TAFUR RABANAL**

**PROMOTOR DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA PRIVADA JOSEMARIA  
ESCRIVÁ DE BALAGUER - CAJAMARCA**

Yo, Stefanny Nicole Vargas Quispe en calidad de Bachilleres de la Facultad de Psicología de la Universidad Privada Antonio Guillermo Urrelo, lo saludo cordialmente y a la vez procedo a exponerle lo siguiente:

Que, luego de haber realizado la aplicación correspondiente de la tesis denominada: **ESTRÉS PARENTAL EN EL CONTEXTO DE LA PANDEMIA DEL COVID-19 EN LOS PADRES DE FAMILIA DE UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA ESTATAL DE LA CIUDAD DE CAJAMARCA 2022**, me dirijo a su persona para hacerle llegar los resultados de la aplicación.



**Bach. Stefanny Nicole Vargas Quispe**



*"Año del fortalecimiento de la Soberanía Nacional"*

**OFICIO N° 024-2022/DIE "LF"**

**DRA. LUCÍA MILAGROS ESAINE SUÁREZ**

**DECANA DE LA FACULTAD DE PSICOLOGÍA DE LA UPAGU**

CIUDAD:

ASUNTO: CONSTANCIA DE RECEPCIÓN DE RESULTADOS

REFERENCIA: ENTREGA DE RESULTADOS TESIS DE PREGRADO

Es grato dirigirme a Ud. para saludarla y a la vez indicarle que se **HA RECIBIDO LOS RESULTADOS DE LA APLICACIÓN DE LA TESIS DE PREGRADO** del Bachiller Stefanny Nicole Vargas Quispe denominada: **ESTRÉS PARENTAL EN EL CONTEXTO DE LA PANDEMIA DEL COVID-19 EN LOS PADRES DE FAMILIA DE UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA ESTATAL DE LA CIUDAD DE CAJAMARCA 2022**

Se expide la presente a solicitud del interesado para los fines convenientes.

Cajamarca, 04 de marzo de 2022



**ANEXO F: APROBACIÓN DE LA MODIFICACIÓN DEL  
TÍTULO DE TESIS**



UNIVERSIDAD PRIVADA ANTONIO GUILLERMO URRELO

FACULTAD DE PSICOLOGIA



**Resolución N° 056-2022- FPs – UPAGU.**

Cajamarca 04 de Abril del 2022

**Vista,** la solicitud presentada por la bachiller en psicología **Stefanny Nicole Vargas Quispe** de fecha 14 de Marzo del presente año, en la que solicitan modificación del título de la tesis: **"ESTRÉS PARENTAL EN EL CONTEXTO DE LA PANDEMIA DEL COVID-19 EN LAS MADRES DE LOS VASOS DE LECHE DE CAJAMARCA 2021."**

**CONSIDERANDO:**

Que, de acuerdo a la Resolución N° 262-2021- FPs – UPAGU, se aprobó el plan de tesis titulado: **"ESTRÉS PARENTAL EN EL CONTEXTO DE LA PANDEMIA DEL COVID-19 EN LAS MADRES DE LOS VASOS DE LECHE DE CAJAMARCA 2021."**

Que, la modificación del título se sustenta en que la tesista no ha tenido acceso a la población de estudio planteada, por lo que solicita se modifique la resolución considerando la nueva población de estudio, de manera que el proyecto de tesis aprobado figure como: **"ESTRÉS PARENTAL EN EL CONTEXTO DE LA PANDEMIA DEL COVID-19 EN LOS PADRES DE FAMILIA DE UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA ESTATAL DE LA CIUDAD DE CAJAMARCA"**.

Que, estando a lo expuesto, al acuerdo del Decano de la Facultad de Psicología y en uso de las atribuciones conferidas por el estatuto y Reglamentos de la Universidad Privada Antonio Guillermo Urrelo;

**SE RESUELVE:**

**Art.1º. APROBAR,** la modificación del título del plan de tesis: **"ESTRÉS PARENTAL EN EL CONTEXTO DE LA PANDEMIA DEL COVID-19 EN LAS MADRES DE LOS VASOS DE LECHE DE CAJAMARCA 2021."** presentado por la bachiller en Psicología **Stefanny Nicole Vargas Quispe** a la denominación: **"ESTRÉS PARENTAL EN EL CONTEXTO DE LA PANDEMIA DEL COVID-19 EN LOS PADRES DE FAMILIA DE UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA ESTATAL DE LA CIUDAD DE CAJAMARCA"**.

**Art.2º. HACER,** de conocimiento a la parte interesada para los fines pertinentes. Y al área de Investigación de la Facultad, para el registro oficial del plan de tesis

Regístrese, Comuníquese y Archívese

UNIVERSIDAD PRIVADA ANTONIO GUILLERMO URRELO  
Facultad de Psicología  
Dra. Lucía Milagros Esaine Suárez  
DECANA

- Distribución:
- Interesados,
- Cargo
- Archivo
- LAC.