



---

UNIVERSIDAD CATÓLICA LOS ÁNGELES  
CHIMBOTE

**FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD  
ESCUELA PROFESIONAL DE PSICOLOGÍA  
ESTRÉS EN LOS PADRES DE FAMILIA EN  
EL DISTRITO DE SAN JUAN BAUSTISTA,  
AYACUCHO DEL 2020**

**TRABAJO DE INVESTIGACION PARA OPTAR EL GRADO  
ACADEMICO DE BACHILLER EN PSICOLOGIA**

**AUTORA**

**QUISPE HUARACA, NANCY**

**ORCID: 0000-0003-0111-9292**

**ASESOR**

**FERNÁNDEZ ROJAS SANDRO OMAR**

**ORCID: 0000-0003-2375-0165**

**CHIMBOTE – PERÚ**

**2021**

## **Equipo de trabajo**

### **Autor**

Quispe Huaraca, Nancy

ORCID: 0000-0003-0111-9292

Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote, Estudiante de Pregrado, Ayacucho, Perú.

### **Asesor**

Fernández Rojas Sandro Omar

ORCID: 0000-0003-4665-7254

Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote, Facultad de Ciencias de la Salud, Escuela

Profesional de Psicología, Chimbote, Perú

### **Jurado**

Cucho Hidalgo ,Yazmin de Fátima

ORCID: 0000-0002-0508-160X

Velásquez Temoche, Susana Carolina

ORCID: 0000 0003- 3061- 812X

Abad Núñez, Celia Margarita

ORCID: 0000-0002-8605-7344

## Hoja de firma de jurado

Mgr. Cucho Hidalgo, Yazmin de Fátima  
Presidente

Mgr. Velásquez Temoche, Susana Carolina  
Miembro

Mgr. Abad Núñez, Celia Margarita  
Miembro

Mgr. Fernández Rojas, Sandro Omar  
Asesor

## **Agradecimiento**

Agradezco a mi padre por brindarme su apoyo incondicional siempre, es un motivo más para seguir adelante en este camino.

A mi madre que desde el cielo guía mis pasos y está siempre presente en mi vida.

A mis hermanos, por sus gratos momentos. Por su unión y apoyo incondicional que siempre me han brindado y así poder lograr mis metas trazadas.

A mis profesores por sus orientaciones, su manera de trabajar, su persistencia, su paciencia y su motivación que han sido para mi formación como investigador.

A la Universidad la Católica los Ángeles de Chimbote, por habernos brindado una enseñanza en mi carrera profesional.

### **Dedicatoria**

A dios quien bendice mi camino en cada momento está conmigo ayudándome para poder aprender de mis errores es quien fortaleza mi vida

A mis padres y a mis hermanos por su apoyo incondicional en todo momento, por sus palabras de aliento para seguir en mis estudios y poder finalizar.

## Resumen

El estrés parental es definido como un desarrollo psicológico en el cual la persona, al ingresar en la etapa de la paternidad, valora las exigencias su de padre o madre como algo que rebasa sus recursos para manejarlo. Por ende, se plantea el siguiente objetivo determinar el nivel de estrés en los padres de familia en el Distrito de S J B Ayacucho 2020, Con este fin se cumplió el nivel de investigación fue cualitativo y nivel descriptivo, en 50 padres de muestra se les aplico el instrumento que se utilizó fue el formulario de Abdin que consta de 24 preguntas. y tiene un tipo de aplicación individual y colectiva. con una validez y confiabilidad, este instrumento tiene la capacidad de calcular el estrés parental. En la conclusión obtenida pudimos encontrar los niveles de estrés en los padres de familia, lo cual varia ya que el 76% de los padres en el Distrito de S J B. tienen un nivel de estrés en situación clínico (estrés elevado) y el 12% presentan un nivel de estrés en el rango normal. Lo cual les produce distintos síntomas de acuerdo al tipo de estrés que genera.

*Palabras Claves:* estrés, familia, padres

### **Abstract**

Parental stress is defined as a psychological development in which the person, upon entering the parenthood stage, values the demands of his or her father or mother as something that exceeds their resources to handle it. Therefore, the following objective is proposed to determine the level of stress in parents in the District of SJB Ayacucho 2020. For this purpose, the research level was qualitative and descriptive level, in 50 sample parents the the instrument used was the Abdin form consisting of 24 questions. and has a type of individual and collective application. With validity and reliability, this instrument has the ability to calculate parental stress. In the conclusion obtained we were able to find the stress levels in the parents, which varies since 76% of the parents in the District of SJ B. have a level of stress in a clinical situation (high stress) and 12% have a stress level in the normal range. Which produces different symptoms according to the type of stress it generates

*Key Words:* stress, family, parents.

## **1 Índice**

Equipo de trabajo 2

**Jurado 2**

**Agradecimiento 4**

**Dedicatoria 5**

**Resumen 6**

**Abstract 7**

**1 Índice 8**

**Índice de tablas 10**

**Índice de figuras 11**

**Introducción 12**

**1. Revisión de literatura 14**

1.1 Antecedentes de investigación 14

**1.1.2 nacional 14**

**1.1.3 nivel internacional 16**

1.2 marco teórico de la investigación 16

**1.2.1 estrés 16**

2. Metodología

2.1. El tipo de investigación: 24

2.2. Nivel de investigación 24

2.3. diseño de la investigación 25

2.4. población y muestra 25



<b>2.4.1 población:</b>	25
<b>2.4.2. Muestra</b>	26
<b>2.4.3 Criterios de selección:</b>	26
2.5. Definición y operacionalización de las variables	26
2.6. técnicas e instrumentos de recolección de datos	28
2.6.1. técnicas:	28
2.6.2. instrumento:	29
2.7. plan de análisis	31
2.8. Principios éticos	
<b>3. Resultados</b>	<b>33</b>
<b>3.1. Resultado de tablas</b>	<b>33</b>
<b>4. Discusión</b>	<b>37</b>
<b>5. Conclusiones</b>	<b>39</b>
<b>Referencias bibliográficas</b>	<b>42</b>
Apéndice A: instrumento de evaluación	46
Apéndice B. Formatos de consentimiento informado (si aplica)	
Apéndice C: Cronograma de actividades	
Apéndice D: Presupuesto	
Apéndice E: Ficha técnica	
Apéndice: F Matriz De Consistencia	56
Apéndice G: Figuras	57

## Índice de tablas

<b>Tabla 1</b> .....	<b>33</b>
<b>Tabla 2</b> .....	<b>23</b>
<b>Tabla 3</b> .....	<b>24</b>
<b>tabla 4</b> .....	<b>25</b>

## Índice de figuras

<b>figura : 1 .....</b>	<b>57</b>
<b>figura : 2 .....</b>	<b>58</b>
<b>figura: 3 .....</b>	<b>59</b>
<b>figura : 4.....</b>	<b>60</b>

## Introducción

El estrés ha sido y es un tema de coyuntura y cuidado para diversos investigadores de comportamiento del individuo, en cuanto sus efectos afectan tanto en la salud psíquica y física, como en el rendimiento laboral y académico de la persona. Provoca al individuo preocupación y angustia y puede conducir a alteraciones personales, desórdenes sociales familiares.

El estrés paternal puede ser definido como un proceso psicológico en el cual la persona, al ingresar en la etapa de la paternidad, evalúa las exigencias de su rol de padre o madre como algo que excede sus recursos para manejarlo en su vivencia diaria. Velasquez (2016).

La investigación se ha realizado con el interés de conocer el nivel de estrés en los padres de familia en el distrito de S. J. B . acorde a los problemas presentados y así reunidos. Se identificó el nivel de estrés según el estado laboral de los padres de familia. Según el número de hijos, según el género en los padres de familia del distrito de S J B en Ayacucho, La importancia de la investigación se sustenta en la aplicación de la prueba psicológica aplicada que permitió inferir los factores internos y externos asociados al estrés parental.

describir y se justificará por qué el estrés parenteral como la realidad de la problemática.

La investigación que se realizara servirá como nuevos estudios para las investigaciones que se realizara a futuro, de esta forma será útil para el investigador porque se brindara nuevos datos actuales acerca del porque el estrés en los padres de familia.

El tipo de investigación que se realizó es descriptivo, puesto que se centra en la descripción sobre el estrés en los padres de familia, identificando el problema que está conlleva en la actualidad. Además, no se tiene como objetivo encontrar su relación con otras variables, lo que implica que no se prueba ninguna hipótesis o que se debe realizar alguna predicción.

Los resultados generales se determinó que el 76 % de los padres de familia de San Juan Bautista tienen un estrés con significancia clínica (estrés elevado), y el 24 % restante presenta estrés en el rango normal.

Los motivos de tener un estrés elevado fueron malestar paterno, interacción disfuncional y tener un niño difícil.

En conclusión, Estos resultados se evidencian a través de diversas manifestaciones en la muestra estudiada como dolores de cabeza, alteraciones del sueño y molestias estomacales

## **1. Revisión de literatura**

### **Antecedentes de investigación**

#### **1.1.1. Local**

Vila (2019) en su tesis titulado el Nivel de estrés y estilo de afrontamiento en madres de niños con multidiscapacidad en los cebes de cusco 2018. El estudio tiene como objetivo determinar la relación del nivel de estrés y el estilo de afrontamiento en madres de niños con multidiscapacidad en los CEBES de cusco 2018. La metodología es un enfoque cuantitativo, se utilizó la recolección de datos, es un diseño no experimental, transaccional, correlacional. Se utilizó un cuestionario tipo test con escala de estrés percibido (PSS-14). Se concluye que no existe relación significativa entre los niveles de estrés y estilos de afrontamiento en madres de niños con multidiscapacidad para el nivel de estrés medio el 50%, afrontan con otras distracciones como estrategia.

#### **1.1.2 Nacional**

Arana (2018) estrés parental y afrontamiento en padres con niños con síndrome de Down.

Tiene como objetivo explorar la asociación entre el estrés parental y los estilos de afrontamiento en padres con hijos con Síndrome de Down. En la investigación participaron 54 padres de familia entre 31 y 56 años de edad en donde el 37.16% fueron padres y el 54.2% fueron madres que asistían a centros de niños de habilidades especiales en Lima Metropolitana. El estrés se midió con el cuestionario Índice de Estrés Parental/versión corta de Abidin, y el afrontamiento con el Cuestionario de Estimación de Afrontamiento. La investigación concluyo finalmente que existe una correlación directa entre el puntaje total de la escala de Estrés Parental con la estrategia de desentendimiento conductual y una indirecta entre la estrategia de búsqueda de soluciones emociones e instrumentales y la estrategia de enfocar y liberar emociones.

Garrido (2016) estrés y parentalidad en padres con niños con síndrome de Down.”

Esta investigación tiene como objetivo evaluar el estrés en padres con niños, con Síndrome de Down en comparación, con padres, en niños con Desarrollo Típico por medio del cuestionario PSI – SF (Parenting Stress Index – Short Form) junto con otros factores que pueden afectar al estrés. Fueron medidos de la misma forma mediante cuestionarios. Participaron un total de 59 participantes, más de la mitad progenitores de hijos con Desarrollo Típico. Los resultados del PSI-SF indicaron que el estrés en padres SD era significativamente mayor en la subes cala de “interacción disfuncional padre-hijo” y no en las madres. En los restantes cuestionarios se mostraron resultados representativos en diferentes subes calas, incidiendo en los resultados más pobres en padres de hijos con Síndrome de Down de manera leve.

Solar (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 para optar el título profesional de licenciado en psicología. Lima, Perú.

La investigación, tiene como primer objetivo el analizar psicométricamente el Cuestionario de Estrés Parental y como segundo objetivo, comparar el estrés parental total y de cada dimensión de la prueba según el sexo, grupo de edad, número de hijos y apoyo externo. Se empleó un muestreo no probabilístico y una muestra compuesta por 370 padres de Lima Moderna, con hijos de 0 a 3 años, quienes presentaban un desarrollo físico y psicológico saludable. Se utilizó el cuestionario de Estrés parental. El estudio muestra que existen diferencias estadísticamente significativas en el estrés según las variables sexo, número de hijos y apoyo externo, y que el instrumento que se utilizó tiene satisfactorias propiedades psicométricas.

### **1.1.3 nivel internacional**

Tereucan ( como se cito a velas, 2016) estrés parental y estrategias de afrontamiento en familias de niños(as) con trastorno del espectro autista Tesis para optar el título profesional de profesora de educación diferencial. Chile. Su investigación tiene como objetivo analizar los niveles de estrés y estrategias de afrontamiento, en padres de familia con hijos con diagnóstico de trastorno del espectro autista, en Chile. Se utilizó el cuestionario de estrés parental PSI-SF, así como el COPE-28. El estudio se centró en un muestreo no probabilístico con un total de 58 padres de niños entre 4 y 15 años diagnosticados con TEA. Se concluyó que hay una leve alteración en los niveles de estrés.

Perez (como se cito a Menendez , 2014) un análisis tipológico del estrés parental en familias en riesgo psicosocial” ESPAÑA. En su investigación teniendo como muestra a 109 madres, para ello se aplicó los cuestionarios Estrés Parental – Forma corta (PSI/SF), Estrategias de Afrontamiento de Estrés (COPE –AS), Sentimiento de Competencia parental (PSOC), Locus de Control Parental (PLOC) Y Cohesión Familiar. Las conclusiones confirman que el trazo sociodemográfico de estas familias, estarían englobadas por la escasez, y las trayectorias vitales de estas madres integran un amontonamiento representativo de situaciones agobiantes. Cabe destacar, que se han contemplado ciertos atributos en estas familias, evidenciando fuerza ante situaciones de riesgo que padecen, en cuánto, a su estabilidad, ante la presencia de un familiar en el hogar que pueda servir de apoyo.

## **1.1 Marco teórico de la investigación**

### **1.2.1 estrés**

### **1.2.2 definición del estrés**

Lázarus (2015) menciona al estrés como:



El estrés es una idea para emplear o expresar un conjunto de situaciones sobresalientes para que los individuos y animales se adapten. Por lo tanto, el estrés no debe ser considerado como una situación sencilla, sino como distintos acontecimientos y desarrollo, hablando en conclusión general, ya que se debe definir la causa de su concepto u origen

De igual modo, para Orlandini (2014) sostiene:

El estrés es causado por un estímulo que viene hacer el agente estresor y así causando diversas reacciones psicológicas y físicas, lo cual conllevara un nivel elevado esto podría transformarse a una patología si no es tratada a tiempo nos lleva a distintos conflictos en la vida del ser humano. el autor lo distribuye en tres puntos de vista que son: el momento de actuar que se da en el momento como son, (nuevos, presentes y alejados.) según el estado, (el duradero, repetitivo corto y el muy corto.) todas estas clasificaciones que se da va depender de la situación del individuo del momento en vive cada situación.

Acosta (2010) manifiesta que:

El estrés es parcial, en la mayoría de veces se trata de acciones como estímulos que es causado por el propio espacio donde habitamos. de esta forma el estrés va ser causado por distinta motivos y diversas situaciones donde nos encontremos, esto va depender de cada uno como saber manejarlo o sobrellevarlo para que no afecte en nuestra vida cotidiana y así no generar conflictos en nuestro alrededor.

En consecuencia, Morris (2014) nos dice que la conexión entre el estrés y el estresor son recargas que vivimos en nuestro día a día, es considerado como una presión en lo psicológico, esto causa una incomodidad en el individuo ya que lleva a un conflicto en nuestro ser. todos los seres humanos llegamos a un punto de agotamiento, cansancio todo esto es acumulado y nos

causa el estrés ya sea de corta o larga duración, esto conlleva a una depresión, conflicto y como en la mayoría de los casos a una frustración

### **1.2.3 estrés parental**

El estrés de los padres tiene como conexión con el comportamiento de sus hijos, a la vez todo esto se conecta con sus incomodidades como en su ambiente en el trabajo o en sus roles diarias, los padres se sienten inseguros no se sienten satisfechos con su rol como padres. todo esto les va a generar la inseguridad, desesperanza todo este motivo les ocasionara una vida estresante y tensión si no lo saben manejar o conducir (Sánchez, 2015).

### **1.2.4 Las Características del estrés parental**

Según Lopez ( 2011) el estrés acontece por diversas situaciones de la vida cotidiana como es la vivencia familiar, la economía familiar.

El estrés parental se ha visto de distintos puntos o de diferentes perspectivas, el estrés parental se ha dado por los estresores diarios.

El estrés parental se ha dado por el grado de ansiedad o diversos malestares que tiene los padres al ejercer su rol de padres en el hogar.

El estrés parental representa o puede dificultades en su familia porque esto está asociada a altos niveles de malestar general en los padres estos da en su rol de progenitores, los niveles de estrés no solo va perjudicar a los adultos sino también a la de sus hijos en los problemas psicológicos.

Según Abdin (1995), dio a conocer un modelo teórico esto don factores internos como externos, en los factores externos Abdin considera la capacidad de adaptación del hijo o hija, el temperamento y las necesidades de atención, y dentro de los factores internos son las

características de los padres como el sentimiento, la personalidad y la relación con sus hijos de poder asumir su responsabilidad en la educación de sus hijos.

### **1.2.5 Las dimensiones del estrés parental propuesto por Abdin**

El estrés es estudiado en distas formas o ante muchas circunstancias, Abdin dio a conocer el estrés parental describió como especifica de estrés y con las mismas características clínicas.

El estrés parental también se va definir como la educación de los hijos por ello se da el estrés que son percibidas por los padres, esto se da porque de una cierta manera es la exigencia de ser padres.

por tres dimensiones.

- Las angustias de los padres
- Las interacciones disfuncionales padre e hijo
- Niño difícil

### **1.2.6 causas del estrés**

- Ingreso económico
- Responsabilidades
- Preocupado por estar desempleado
- Demandas en el trabajo

### **1.2.7 tipos de estrés**

Según Hans Selye encontró dos tipos de estrés que es negativo y positivo:

**Estrés negativo:** es cuando un individuo ya tiene acumula el estrés que por lo general va superar el umbral que llega a un tope, esto va causar que manifieste cansancio y como el agotamiento físico.

**Estrés positivo:** Hans Selye este tipo de estrés va conducir que cada individuo trabaje duro para poder alcanzar diversas metas, nos va a ayudar a superarnos y a motivarnos en distintos aspectos. (Selye, 2010)

Según “American psicológica asociación,”

**Estrés agudo:** es el más común en los individuos, esto se da por diversas presiones como también exigencias que se da del pasado y como para el futuro cercano.

Los síntomas que va a tener son a corto plazo no son duraderos.

**Estrés episódico:** este tipo de estrés se da de manera frecuente, pero son de manera aguda.

**Estrés crónico:** este tipo de estrés es agotador, son a largo plazo se da por días o por años. es la acumulación de varias cosas. y podría ser peligroso en el individuo que lo padece,

este tipo de estrés da más en familias disfuncionales, personas que están en la pobreza, en empleos.

### 1.2.8 fases del estrés

**Fase de alarma:** Es una reacción ante una amenaza esto va a causar una reacción que es instantánea, esto da a combatir esta situación. esto representa una reacción de lucha esto va a consistir en la descarga de adrenalina. Fase de resistencia: en esta fase el cuerpo va a tratar de adaptarse gracias al proceso de la homeostasis, gracias a esto da lugar a la recuperación, es decir donde la adrenalina y el cortisol va a volver a sus estados normales.

**Fase agotamiento:** Es cuando el estrés va aumentar más, esto va llevar a que el organismo se agote mucho más, esto va a conllevar a que a la disminución que es la activación a nivel cognitivo, la falta de concentración y memoria y a nivel intelectual. (Pereira, 2009).

### 1.2.9 Según Pereira (2009) como combatir el estrés

Organizar tu tiempo.

- Se debe emplear ejercicios corporales, donde expulsa la toxina del cuerpo.
- Comparta con alguna persona la situación estresante que padece.
- Tratar de resolver los diferentes problemas que presenta en el momento, y no permita la acumulación.

### **1.2.10 factores que intervienen el estrés**

#### **Los factores socio culturales que interviene el estrés**

Según Oblitas (2008) Estos factores se caracterizan por que son individuales, esto se da más o depende de distintas situaciones y las distintas características personales, que da un acontecimiento estresante, los niveles de estrés se dan por lo general por días, por diversos factores. estos son clasificados como biológicos y psicológicos.

**Los factores biológicos:** este tipo de factor puede ser heredada como aprendidas se da por lo general por factor genético como discapacidades físicas y los desórdenes mentales y psicológicas, estos se van obteniendo durante el ciclo de vida, estas enfermedades o accidentes que de alguna manera hay afecta la vida del individuo que le produce estrés.

Este tipo de estrés son heredada o como también adquiridas esto hace que los órganos del cuerpo soporten más a la desregulación que es provocado en las diversas situaciones del estrés. los factores que intervienen son la obesidad la hipertensión.

**Factores psicológicos:** estos tipos de factores pueden intervenir en la conducta del individuo, esto es de tipo variado va depender de la importancia de diversos estímulos que son recibidos. esto va depender de la cognición en relación del sujeto y el tipo de ambiente, esto se da el tipo de construcción que tiene una persona en su vida. y por lo tanto a cualquier tipo de estresor.

### **2.1.1.7 factores socioculturales que intervienen**

## en el estrés

Según Rivera (2010) En los factores vemos que cada individuo tiene diferente forma de actuar con las otras. se indica que hay diferentes formas que por lo general genera estrés en el individuo ya que cada uno tenemos diferentes experiencias acontecidas del día a día, no solo el estrés puede ser negativa que causa el diestres, también se considera el estrés positivo.

**Los sucesos vitales:** estos se dan por los grandes acontecimientos que generan cambios en la vida estos pueden ser negativo como positivos. esto tiene una gran trascendencia y va causar reacciones fisiológicas estos pueden llegar a ser desequilibradas, y las conductas poco saludables esto va aumentar la vulnerabilidad o al desarrollo de una enfermedad. ejem. la muerte de una persona cercana o al despido laboral, matrimonio. todo estos acontecimientos va provocar un estrés agudo por los diversos factores ya mencionados lo cual aumenta el porcentaje o probabilidad que el individuo sufra el estrés postraumático, o contracturas musculares, cefaleas.

**Soporte social:** es la ayuda o apoyo que se da mediante las redes sociales, en la que está ubicado como amigos, compañeros, familia de trabajo. dentro de esto es importante la integración de la familia en general tenga relaciones buenas dentro de su comunidad y así poder integrar a sus hijos como en los diversos centros infantiles así poder tener apoyo. el soporte social que se da en la relación que hay ente personas, esto se va demostrar por es respaldo o apoyo que reciban todo esto disminuiría el estrés que se sufre en las labores de la nuestra vida diaria

**La cultura:** es un conjunto de creencias y costumbres que se da en una determina comunidad.

En las diferentes culturas tienen diferentes formas de actuar dependiendo a su cultura y a sus diversas creencias.

Al hablar de cultura y el estrés se da porque es con las demás personas ya que todos aprenden a resolver sus problemas. esto va depender como afrontar los problemas, y los diferentes tipos de estrés, ver diversas soluciones para los jóvenes y adultos como deportes, manualidades, teatros, en la psicología se usa las técnicas de relajación.

**Recursos económicos:** el estrés en recursos financieros ya que las familias que tengan más recursos económicos tienen la posibilidad de poder cierta solución a sus problemas como en la salud, psicológicos y los alimentos diarios, y los que tienen bajos recursos no tienen esa posibilidad de poder tener una asistencia médica, psicológico, en los alimentos, estos causan estrés por las preocupaciones que se da día a día. los más perjudicados son la familia completa en cierto modo los niños sufren por distintas carencias.

**Factores laborales:** el estrés aparece cuando hay demasiada exigencia en el trabajo y los individuos tienen dificultades para poder realizarlo, si no cumplen con las ordenes serán despedidos por estos motivos aparece el estrés laboral por las diversas preocupaciones que tiene los trabajadores en su centro de trabajo.

Por otro lado, el estrés laboral aparece por la sobre carga de trabajo y el ritmo de trabajo y también las relaciones personales, esto se suma la familia, los hijos, la esposa todos estos factores producen estrés laboral. las consecuencias son o pueden ser afecta en la salud mental, en el bienestar, baja motivación, depresión. las alteraciones conductuales, el suicidio, por todas estas causas es necesario el equilibrio en las áreas necesarias.

## **2. Método**

### **2.1. El tipo de investigación:**

El tipo de investigación que se realizó fue cualitativo observacional ya que no hubo manipulación con la variable porque los datos fueron recogidos de manera transversal para analizar y describir los niveles de estrés en los padres familia en el distrito de San Juan Bautista Ayacucho 2020

es cualitativo puesto que se centra en la descripción sobre el estrés en los padres de familia, identificando el problema que está conlleva en la actualidad. Además, no se tiene como objetivo encontrar su relación con otras variables, lo que implica que no se prueba ninguna hipótesis o que se debe realizar alguna predicción. (Cazau, 2006).

### **2.2. Nivel de investigación**

El nivel de investigación del presente estudio es la investigación descriptiva, asimismo conocida como investigación básica, el cual describen los datos y características de la población en estudio.

Según Calduch (2014) la investigación descriptiva Consiste en realizar una exposición narrativa, numérica y/o gráfica, lo más detallada y exhaustiva posible de la realidad que se investiga. El objetivo de este método es disponer de un primer conocimiento de la realidad tal y como se desprende de la observación directa que realiza el investigador y/o del conocimiento que ha adquirido a través de las informaciones indirectas obtenidas. Por tanto, se trata de un método cuya finalidad es obtener, interpretar y presentar, con el máximo rigor o exactitud posible, la información sobre una realidad de acuerdo con ciertos criterios previamente establecidos por cada ciencia (tiempo, espacio, características formales, características funcionales, efectos producidos, etc.).



De acuerdo con esta finalidad, el método descriptivo nos debe aportar información rigurosa e interpretada según los criterios establecidos por cada disciplina científica. Ello significa que no basta con la información bruta y, ni tan siquiera, con la información ordenada.

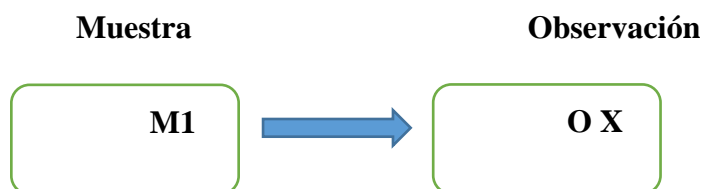
### 2.3. diseño de la investigación

El estudio tuvo Enfoque Cualitativo, ya que mediante este se obtiene información directa de las personas, mediante la encuesta “Parenting stress Index-Short Form”.

El cuestionario está compuesto por 24 ítems a los que los padres y madres deben responder en una escala Likert que está compuesta de 5 puntos.

Para González (2013), La investigación cualitativa tiene como propósito la construcción de conocimiento sobre la realidad social, a partir de las condiciones particulares y la perspectiva de quienes la originan y la viven.

El esquema que adopta este diseño es el siguiente:



**Donde:**

**M1:** Muestra de padres y madres en el rango de edad 18 hasta 55 años del Distrito de San Juan Bautista, Ayacucho.

O x: Nivel de estrés parental.

### 2.4. población y muestra

**2.4.1 población:** La presente investigación que se realizó en padres y madres de familia en un rango de edad de 18 hasta 55 años de edad, en el Distrito de San Juan Bautista, en la provincia de

Ayacucho. Por lo tanto, sumando los porcentajes de la población según edades, se sabe que el 54.10% de la población del distrito San Juan Bautista está dentro del rango de 18 a 55 años de edad, lo cual representa un total de 27 282 personas.

La muestra se obtiene utilizando un nivel de confianza del 95,5%; con una variabilidad positiva del 77% y variabilidad negativa 23%.

**2.4.2. Muestra:** de 50 personas considerando solo la población del distrito de San Juan Bautista, estratificada según edad (18-55) años.

### **2.4.3 Criterios de selección:**

#### **Criterios de inclusión:**

- Por las facilidades y accesibilidad con los padres de familia del distrito de San Juan Bautista.
- padre que pertenecen al distrito de San Juan
- padres que participen voluntariamente.
- padres de ambos sexos.
- padres que acepten participar en el estudio,

#### **Criterios por Exclusión.**

- padres que no quieran formar parte de la investigación.
- padres que presenten dificultades para poder realizar el instrumento de calificación.

## 2.5. Definición y operacionalización de las variables

### **definición conceptual**

Variable: la variable principal de esta investigación es el estrés

**Lazarus y Folkman (2015)**, mencionan que:

El estrés hace referencia a una relación existente entre persona y entorno y que la clave de esta transacción es la valoración personal de la situación psicológica. Sugieren también que para que se presente un proceso de estrés son importantes dos elementos: la valoración cognitiva y las estrategias de afrontamiento. Con respecto al primero, con el trabajo aportado por Lazarus se acepta que opera en un número de etapas. Tan pronto como el evento externo es detectado por la persona y el despertar fisiológico comienza, la valoración cognitiva entra en un juego decidiendo si existe o no peligro.

### **Definición operacional**

La variable estrés parental será medida a través de puntuaciones que se obtendrán del cuestionario de Estrés parental de Abidin (1995). Este cuestionario fue adaptado por Sánchez Griñan, a la versión peruana corta o abreviada en el año 2015, consta de 24 ítems, y tiene un tipo de aplicación individual y colectiva.

24 ítems, los cuales están divididos en 3 dimensiones, los cuales son los siguientes.

La primera dimensión es “malestar paterno, el cual está centrado en el estrés de los padres y madres junto a su rol como cuidadores; y teniendo como indicador conflictos de pareja. Por otro lado, en la segunda dimensión está la “Interacción disfuncional padre e hijo”, esta dimensión se refiere a la percepción que tiene el padre en relación a los objetivos logrados por sus hijos y que reacción tienen los padres en cuanto a su función como cuidadores. Por último, en la tercera dimensión se encuentra “Niño difícil”, donde se medirá el estrés de los padres y madres con respecto a la personalidad del niño, ello tendrá como indicador las características propias del niño.

Para responder cada pregunta del cuestionario, los padres contestaran por medio de una escala de tipo Likert, en el cual manifestaran si: están muy de acuerdo, en acuerdo, no está seguro, en desacuerdo, por último, si está muy en desacuerdo. En el cual mediante las puntuaciones se obtendrá los niveles de categoría bajo, medio alto.

**Tabla 1**

Definición de la operacionalización:

<b>VARIABLE</b>	<b>DIMENSIONES</b>	<b>INDICADORES</b>
	Malestar paterno	Conflictos de pareja.
Estrés en padres De familia	Interacción disfuncional	Relación conflictiva que surge entre padre e hijo.
	Niño difícil	Características propias del hijo.

## 2.6. Técnicas e instrumentos de recolección de datos

### 2.6.1. técnicas

En la investigación se utilizó como técnica la psicometría.

Según Gonzales (2007) Esta técnica está destinada a obtener información de las personas cuyas opiniones interesan al investigador. Para lo cual se utiliza un conjunto de preguntas escritas que se entregan a las personas en estudio, con la finalidad que ellos puedan contestar de forma escrita.

### **2.6.2. Instrumento:**

En la investigación se empleó el cuestionario Parenting Stress Index – Short Form de Abidin 1995. Este cuestionario fue adaptado por Sanchez Griñan, a la versión peruana corta o abreviada en el año 2015, consta de 24 ítems, y tiene un tipo de aplicación individual y colectiva. El ajuste que se hizo, se realizó en 370 padres de Lima Metropolitana, quienes contestaron el cuestionario. El cuestionario está basado en 3 subescalas, entre ellas son las siguientes: características de los padres, de los niños e interacción entre padres e hijos, con ello se pretende medir el nivel de estrés percibido en los padres de familia en su rol como padres.

Este cuestionario está compuesto por 24 ítems, los cuales contestarán los padres en una escala Likert de 5 puntos, donde: “1” es “totalmente en desacuerdo”, “2” es “desacuerdo”, “3” es “no estoy seguro”, “4” es “de acuerdo” y finalmente “5” es “totalmente de acuerdo”.

El cuestionario provee el puntaje global de estrés parental que perciben los padres, los cuales se basan en 3 dominios. En primer lugar, malestar paterno, que comprende del ítem 1 al 7, este dominio determina el estrés de los padres de familia en su rol como cuidador; las restricciones y la competencia que se presentan en la labor del cuidado del niño y las dificultades o carencias que tienen las parejas al momento de apoyarse mutuamente y entorno social. En segundo lugar “Interacción disfuncional padres e hijos, que comprende del ítem 8 al 13, este dominio manifiesta el concepto de los padres en cuanto a los objetivos logrados por hijos y como ellos responden a estos en cuanto a la función de cuidadores. Finalmente, el tercer dominio niño difícil, que comprende del ítem 14 al 24, con lo cual se pretende medir el estrés parental proveniente de la personalidad del niño como su temperamento, adaptación con el medio y su comportamiento.

La investigación tiene una confiabilidad de 0,879 del Alpha de Cronbach, esta prueba ha demostrado su validez en múltiples investigaciones. También se utilizó, Baremos o niveles y rangos. La Variable, igual o mayor al percentil 85 tiene una significación clínica menor al Percentil 85, Rango Normal. Los mismos baremos para las dimensiones.

Según Pérez (2014) el cuestionario es Un conjunto de preguntas, normalmente de varios tipos, preparado sistemática y cuidadosamente, sobre los hechos y aspectos que interesan en una investigación o evaluación, y que puede ser aplicado en formas variadas, entre las que destacan su administración a grupos o su envío por correo.

**Tiempo de la aplicación:** 15 a 20 minutos

Baremos o niveles de rango:

De la variable: igual o mayor al pc 85: significancia clínica

Menor al pc 85: rango normal

## **2.7. Plan de análisis**

Para poder recolectar los datos del estudio se tomó en cuenta su aprobación de los padres de dicho distrito de San Juan Bautista para que puedan responder la prueba psicométrica se procesó la información de la investigación se empleó el uso del programa informática Excel, para el análisis estadístico. Así nos brindó información de manera ordena en tablas y figuras.

## 2.8. Principios éticos

de acuerdo al principio ético de la Investigación: Todas las fases de la actividad científica deben conducirse en base a los principios de la ética que rigen la investigación en la ULADECH

Católica:

- a) **Protección de la persona.** – El bienestar y seguridad de las personas es el fin supremo de toda investigación, y por ello, se debe proteger su dignidad, identidad, diversidad socio cultural, confidencialidad, privacidad, creencia y religión. Este principio no sólo implica que las personas que son sujeto de investigación participen voluntariamente y dispongan de información adecuada, sino que también deben protegerse sus derechos fundamentales si se encuentran en situación de vulnerabilidad.
- b) **Libre participación y derecho a estar informado.** - Las personas que participan en las actividades de investigación tienen el derecho de estar bien informados sobre los propósitos y fines de la investigación que desarrollan o en la que participan; y tienen la libertad de elegir si participan en ella, por voluntad propia. En toda investigación se debe contar con la manifestación de voluntad, informada, libre, inequívoca y específica; mediante la cual las personas como sujetos investigados o titular de los datos consienten el uso de la información para los fines específicos establecidos en el proyecto.
- c) **Beneficencia y no-maleficencia.** - Toda investigación debe tener un balance riesgo-beneficio positivo y justificado, para asegurar el cuidado de la vida y el bienestar de las personas que participan en la investigación. En ese sentido, la conducta del investigador debe responder a las siguientes reglas generales: no causar daño, disminuir los posibles efectos adversos y maximizar los beneficios.



### 3. Resultados

#### 3.1.Resultado de tablas

##### *Tabla 2*

*Resultado general de los niveles de estrés en los padres de familia en el distrito de san juan bautista, Ayacucho 2020*

	<b>Rango Normal</b>		<b>Situación clínica</b>	
Estrés parental	12	24%	38	76 %
Total	50	100%		

*Nota.* En la tabla se muestra que el 76 % de los padres de familia de San Juan Bautista tienen un estrés con significancia clínica (estrés elevado), y el 24 % restante presenta estrés en el rango normal. Los motivos de tener un estrés elevado fueron malestar paterno, interacción disfuncional y tener un niño difícil.

**Tabla 3**

*Identificar el nivel de estrés según número de hijos de los padres de familia en el distrito de san juan bautista, Ayacucho 2020*

<b>Nivel de estrés Parental</b>							
		<b>Rango normal</b>	<b>Significancia Clínica</b>			<b>Total</b>	
<b>Numero de Hijos</b>	Uno	5	42%	12	32%	17	34%
	Dos	4	33%	15	39%	19	38%
	Tres	1	8%	8	21%	9	18%
	Mas de tres	2	17%	3	8%	5	10%
<b>Total</b>		<b>12</b>	<b>18%</b>	<b>38</b>	<b>74%</b>	<b>50</b>	<b>100%</b>

*Nota.* En la presente tabla se puede observar que el 42% de los padres que tienen un solo hijo presentan estrés en el rango normal y el 32% de ellos presentan un estrés con significancia clínica (estrés elevado).

También se muestra el 33% de los padres que tienen dos hijos presentan estrés en el rango normal y 39% de ellos presentan un estrés con significancia clínica (estrés elevado).

Llama la atención que padres con un solo hijo tengan un alto porcentaje de estrés elevado.

**Tabla: 4**

*Identificar el nivel de estrés según sexo de los padres de familia en el distrito de san juan bautista, Ayacucho 2020*

		<b>Nivel de estrés parental</b>					
		<b>Rango normal</b>		<b>significación clínica</b>		<b>total</b>	
Sexo	Femenino	8	25%	27	84%	32	64%
	masculino	14	22%	11	61 %	18	36%
Total		12	24%	38	76 %	50	100%

*Nota.* En la tabla se muestran que el 84% de las madres tienen un estrés elevado, debido a que presentan malestar paterno, interacción disfuncional y tienen un niño difícil.

También se muestra que el 61% de los padres presentan un estrés elevado con significancia clínica, ellos presentan malestar paterno, interacción disfuncional y niño difícil.

Llama la atención estos altos índices de porcentajes de estrés clínico.

**Tabla: 5**

*Resultado general del nivel de estrés según situación laboral de los padres de familia en el distrito de san juan bautista, Ayacucho 2020*

		Nivel de estrés parental					
		Rango norma		Significancia clínica		Total	
Situación laboral	Empleo seguro	4	33%	7	18%	12	24%
	Desempleado	1	8%	10	26%	11	22%
	Independiente	2	17%	12	32%	14	28%
	Ama de casa	4	33%	3	8%	6	12%
	Empleo ocasional	1	8%	6	16%	7	14%
Total		12	24%	38	76%	50	100%

*Nota.* En la presente tabla de barras se observa que el 33% de los padres que tienen un empleo seguro presentan un estrés en el rango normal, y el 18% de estos padres presentan un estrés elevado, de distinta manera se puede observar que el 26% de los padres que no tienen empleo presentan un estrés con significancia clínica (estrés elevado). De igual manera se observa que el 32% de los padres con trabajo independiente presentan estrés elevado, y el 17% presentan un estrés en el rango normal. También se observa que el 16% de los padres con un empleo ocasional presentan un estrés elevado. Llama la atención el alto porcentaje de estrés en padres con desempleo

#### 4. Discusión

El resultado de esta investigación tiene por finalidad determinar los niveles de estrés en los padres de familia en el distrito de SJB.

En el grafico se muestra que el 76 % de los padres de familia de San Juan Bautista tienen un estrés con significancia clínica (estrés elevado), y el 24 % restante presenta estrés en el rango normal. Los motivos de tener un estrés elevado fueron malestar paterno, interacción disfuncional y tener un niño difícil. También se mostró los resultados del nivel de estrés según número de hijos de los padres de familia en el distrito de SJB, Ayacucho 2020. se mostró que el 42% de los padres con un solo hijo tienen estrés en el rango normal, a diferencia de los que tienen más de dos hijos que presentan un estrés elevado. de igual forma los resultados del nivel de estrés según sexo de los padres de familia en el distrito de SJB, Ayacucho 2020. En los gráficos se muestran que el 84% de las madres tienen un estrés elevado, debido a que presentan malestar paterno, interacción disfuncional y tienen un niño difícil.

También se muestra que el 61% de los padres presentan un estrés elevado con significancia clínica, ellos presentan malestar paterno, interacción disfuncional y niño difícil, Llama la atención estos altos índices de porcentajes de estrés clínico. Y por último se mostró los resultados del nivel de estrés según situación laboral de los padres de familia en el distrito de SJB, Ayacucho 2020. En el presente grafico de barras se observa que el 33% de los padres que tienen un empleo seguro presentan un estrés en el rango normal, y el 18% de estos padres presentan un estrés elevado, de distinta manera se puede observar que el 26% de los padres que no tienen empleo presentan un estrés con significancia clínica (estrés elevado). De igual manera se observa que el 32% de los padres con trabajo independiente presentan estrés elevado, y el

17% presentan un estrés en el rango normal. También se observa que el 16% de los padres con un empleo ocasional presentan un estrés elevado.

Llama la atención el alto porcentaje de estrés en padres con desempleo. Para el análisis se empleó al autor (Sánchez, 2015) en la tesis “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”, tiene como objetivo analizar el nivel de estrés según edad, sexo, número de hijos y apoyo externo; en el cual se encontraron los siguientes resultados, las madres presentan un mayor porcentaje de padres, se mostró que los padres que se encuentran en la adultez temprana y la adultez intermedia presentaron el mismo porcentaje de estrés elevado, finalmente los padres que tienen uno o más hijos presentaron el mismo porcentaje de estrés elevado. En ambas investigaciones se muestran las mismas características independientemente del sexo, edad y número de hijos.

## 5. Conclusiones

### 5.1 . Conclusiones:

1: Se determinó que el 76 % de padres de familia presentan un nivel de estrés elevado (situación clínica) y el 24 % se encuentran en un rango normal. Estos resultados se evidencian a través de diversas manifestaciones en la muestra estudiada como dolores de cabeza, alteraciones del sueño y molestias estomacales.

2: con respecto al objetivo específico de identificar el nivel de estrés según género de los padres de familia, se determinó que el 84% de las madres presentan un nivel de estrés elevado con (situación clínica) y el 61% de los padres presentan al igual un nivel de estrés elevado en (situación clínica.) estos resultados se evidencian a través de diversas manifestaciones con la muestra estudiada como dolor de cabeza y alteraciones de sueño.

3: Asimismo, con el objetivo de identificar el nivel de estrés según número de hijos de los padres de familia, se determinó que el 32% de los padres con 3 hijos presentan un nivel de estrés elevado en (situación clínica) al igual que el 26% de padres con 2 hijos y el 16% de padres con 4 hijos presentan un nivel de estrés elevado en (situación clínica) y el 18% de los padres que tienen un solo hijo presentan un nivel de estrés en el rango normal. Los padres con más de 2 hijos con estrés elevado (situación clínica) estos resultados se evidencian a través de diversas manifestaciones en la muestra estudiada como dolor de cabeza, dolor de estómago, alteraciones de sueño, y los padres con nivel de estrés moderado presentan síntomas como dolor de cabeza.

4: Con respecto al objetivo de identificar el nivel de estrés según situación laboral de padres de familia, se determinó que el 32% de los padres con trabajo independiente presentan un estrés en (situación clínica) al igual que el 26% de padres desempleados y el 16% padres con

empleo ocasional, presentan un estrés elevado en (situación clínica) y el 33% de los padres con empleo seguro presentan un nivel de estrés en un rango normal.



## **5.2. Recomendaciones**

Se recomienda al alcalde del DSB crear programas preventivos de intervención a los padres de familia poner en práctica los programas preventivos acerca del manejo de estrés y poder hacer una intervención para así poder manejar el estrés y no afecte a su vida diaria ni al entorno en que vive.

recomienda crear talleres de charlas acerca de la concientización de cual importante es la familia estas charlas se priorizan a los padres jóvenes para que lleven una buena relación con los hijos.

Se recomienda crear nuevas estrategias a los padres de familia del distrito de San Juan Bautista para a si no caer en el estrés ya que esto es cotidiano y a la larga afecta a su entorno familiar, poner horarios para cada actividad que pueda realizar, esto ayudara a estar más cerca de sus hijos.

Se recomienda crear charlas acerca de la sexualidad para los padres jóvenes.

## Referencias

- Abidin, R. ((1995). ). *Reating Stress Index short form (PSI-SF): Professional manual* (3rd ed.). Odessa . <http://www4.parinc.com/>
- Acosta. (2010). *El estres academico. en estudiantes : síntomas físicos, psicológicos y comportamentales en estudiantes mexicanos de una universidad* . Artículos académicos. Investigacion y Ciencia  
[https://www.Articulo\\_investigacion\\_y\\_ciencia\\_redalyc.org/pdf/337/33730109.pdf](https://www.Articulo_investigacion_y_ciencia_redalyc.org/pdf/337/33730109.pdf)
- Arana, G. R. (2018). *Estrés parental y afrontamiento en padres de niños con Síndrome de Down* . [ Tesis para optar por el título de Licenciada en Psicología Universidad Católica Del Perú]  
[http://tesis.pucp.edu.pe/repositorio/bitstream/handle/20.500.12404/13195/rodriguez\\_de\\_castillejo\\_arana\\_estres\\_parental\\_y\\_afrontamiento\\_en\\_padres\\_de\\_ni%c3%91os\\_con\\_sindrome\\_de\\_down.pdf?sequence=1&isallowed=y](http://tesis.pucp.edu.pe/repositorio/bitstream/handle/20.500.12404/13195/rodriguez_de_castillejo_arana_estres_parental_y_afrontamiento_en_padres_de_ni%c3%91os_con_sindrome_de_down.pdf?sequence=1&isallowed=y)
- Calduch, R. (2014). *Metodos tecnicas de investigacion internacional. Madrid*  
[https://www.ucm.es/data/cont/docs/247-2013-09-26-metodosytecnicas\\_rafaelcalduch2013\\_2014.pdf](https://www.ucm.es/data/cont/docs/247-2013-09-26-metodosytecnicas_rafaelcalduch2013_2014.pdf)
- Cazau. (2010). *Introducción a la investigación en ciencias sociales. (pág. 16). Buenos Aires*  
[https://educacionparatodalavida.files.wordpress.com/2015/10/cazau\\_pablo\\_-\\_introduccion\\_a\\_la\\_investigacion.pdf](https://educacionparatodalavida.files.wordpress.com/2015/10/cazau_pablo_-_introduccion_a_la_investigacion.pdf)
- Garrido, A. C. (2019). *Estres y parentalidad en padres de niños con síndrome de down*. [ tesis para optar el grado de licenciada en psicología. Universidad Católica Del Perú]

[https://tesis.pucp.edu.pe/repositorio/bitstream/handle/20.500.12404/13195/rodriguez\\_de\\_castillejo\\_arana\\_estres\\_parental\\_y\\_afrontamiento\\_en\\_padres\\_de\\_niños\\_con\\_sindrome\\_de\\_down.pdf?sequence=1](https://tesis.pucp.edu.pe/repositorio/bitstream/handle/20.500.12404/13195/rodriguez_de_castillejo_arana_estres_parental_y_afrontamiento_en_padres_de_niños_con_sindrome_de_down.pdf?sequence=1)

Gonzales LLaneza, F. M. (2007). *Instrumentos de evaluación psicológica*. Habana: Ciencias Médicas. <http://www.forumcyt.cu/UserFiles/forum/Textos/0601897>.

Gonzales Agudelo, E. M . (2013). *Acerca del estado de la cuestión o sobre un pasado reciente en la investigación cualitativa con enfoque hermenéutico*. <http://deantioquia.unipluri/versidad>.

Lazarus, R., y Folkman, S. (2015). *Estrés parental y estrategias de afrontamiento en familias de niños(as) con trastorno del espectro autista*. [ Tesis para optar al título profesional de profesora de educación diferencial con mención en déficit intelectual Universidad Austral de Chile ].<http://repositorio.cybertesis.uach.cl/tesis/uach/2016/bpmt316e/doc/bpmt316e>.

Lopez, P. (2011). *Estrés adulto y problemas conductuales infantiles percibidos por sus progenitores*. *Revista Científica de América Latina* . [http://infad.Revista.de.Psicología, 1\(1\), 531-540](http://infad.Revista.de.Psicología,1(1),531-540)

Oblitas. (2008). *El estado del arte de la psicología de la salud*. *Revista de Psicología* Vol. XXVI (2), 2008 (ISSN 0254-9247). Universidad del Valle de México, <http://RevistaPsicología.pepsic.bvsalud.org/pdf/rp/v26n2/v26n2a02.pdf>

Orlandini. (2014). *Estres Académico y afrontamiento del estudiante*. [.https://www.redalyc.org/pdf/337/33730109.pdf](https://www.redalyc.org/pdf/337/33730109.pdf)

Perez Juste, R. (2014). *Pedagogía experimental. la medida en educación. curso de adaptación.*

[https://l.magister.com/pasa-de-diplomado-en-magisterio-a-grado?origen=goo\\_bus&gclid=cj0kcqjwlomlbhcharisagijg7ltv1fc7ss7sk6xm-m9w5mqwao4jawkqfdyibqx\\_bzbokwle5jmv3iaari5ealw\\_wcb](https://l.magister.com/pasa-de-diplomado-en-magisterio-a-grado?origen=goo_bus&gclid=cj0kcqjwlomlbhcharisagijg7ltv1fc7ss7sk6xm-m9w5mqwao4jawkqfdyibqx_bzbokwle5jmv3iaari5ealw_wcb)

Perez Padilla, J y Menendez Alvarez, s. (2014). *Un análisis tipológico del estrés parental en*

*familias en riesgo psicosocial. Huelva, España.* <http://www4.parinc.com/Psychological-Assessment-Resources>

Rivera. (2010). : *Los síndromes de estrés, Concepción Gómez Cantero revista de*

*psicopatología y psicología clínica, ISSN 1136-5420, Vol. 16, N°. 1, 011, págs. 77-78 :*

[http://www.aepcp.net/arc/07\\_2011\\_n1\\_recensiones](http://www.aepcp.net/arc/07_2011_n1_recensiones) .

Selye, H. (2010)). *Sicología y mente* [http://www.com/psicologia/teoria-estres-](http://www.com/psicologia/teoria-estres-selye#:~:text=En%20la%20Teoría%20del%20estrés%20de%20Selye%2C%20éste%20afirma%20que,a%20manifestar%20señales%20de%20agotamiento)

[selye#:~:text=En%20la%20Teoría%20del%20estrés%20de%20Selye%2C%20éste%20afirma%20que,a%20manifestar%20señales%20de%20agotamiento](http://www.com/psicologia/teoria-estres-selye#:~:text=En%20la%20Teoría%20del%20estrés%20de%20Selye%2C%20éste%20afirma%20que,a%20manifestar%20señales%20de%20agotamiento).

Solar, G. S. (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 para optar el título profesional de Licenciado en Psicología. Universidad de Lima.]

[https://repositorio.ulima.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12724/3384/Sanchez\\_Gri%C3%B1an\\_Gracia.pdf?sequence=3&isAllowed=y](https://repositorio.ulima.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12724/3384/Sanchez_Gri%C3%B1an_Gracia.pdf?sequence=3&isAllowed=y)

Sanchez T. Y. (2015). *Estrés parental y estrategias de afrontamiento en familias de niños(as) con trastorno del espectro autista. Chile.* [Título profesional de profesora de educación diferencial con mención en déficit intelectual. Universidad Austral de Chile]

<https://repositorio.cybertesis.uach.cl/tesis/uach/2016/bpmt316e/doc/bpmt316e>.

- Tereucan Sotomayor, P. (2016). *Estres parental y estrategias de afrontamiento en familias de niños(as) con trastorno del espectro autista. chile*. [Título profesional de profesora de educación diferencial con mención en déficit intelectual. Universidad Austral de Chile]  
<https://repositorio.cybertesis.uach.cl/tesis/uach/2016/bpmt316e/doc/bpmt316e>.
- Velasquez, P. T. (2016). *Estrés parental y estrategias de afrontamiento en familias de niños (as) con trastorno del espectro autista. chile*: [ tesis para optar al titulo profesional de profesora de educacion diferencial con mención en deficit intelectual. Universidad Austral de Chile]  
<https://repositorio.cybertesis.uach.cl/tesis/uach/2016/bpmt316e/doc/bpmt316e>.
- Vila (2018). *Nivel de estrés y estilos de afrontamiento en madres de niños con multidiscapacidad en los Cebes de Cusco*. Maestrías de la Unidad de Posgrado de la Facultad de Psicología, Relaciones Industriales y Ciencias de la Comunicación . UNSA  
<http://repositorio.unsa.edu.pe/handle/UNSA/9501>

**Apéndice A: instrumento de evaluación****inventario del cuestionario de estrés parental versión abreviada de Parenting Stress Index****– Short Form” De Abidin**

debe responder de acuerdo a la primera reacción que tenga después de leer cada oración

no olvide que: **MA**= MUY ACUERDO    **A**= DE ACUERDO    **NS**= NO ESTOY SEGURO

**D**= EN DESACUERDO    **MD**= MUY EN DESACUERDA

**Tengo la sensación de tener problemas de controlar a mi hijo (a)**

- A) Estoy muy de acuerdo con la pregunta
- B) Estoy de acuerdo con la pregunta
- C) No estoy segura
- D) Estoy en desacuerdo con la pregunta
- E) Estoy muy en desacuerdo con la pregunta

**Siento que dejo más cosas de mi vida de lo que pensé para satisfacer las necesidades de mi hijo(a)**

- A) Estoy muy de acuerdo con la pregunta
- B) Estoy de acuerdo con la pregunta
- C) No estoy segura
- D) Estoy en desacuerdo con la pregunta
- E) Estoy muy en desacuerdo con la pregunta

**Me siento atrapada por mis responsabilidades como madre**

- A) Estoy muy de acuerdo con la pregunta
- B) Estoy de acuerdo con la pregunta
- C) No estoy segura
- D) Estoy en desacuerdo con la pregunta
- E) Estoy muy en desacuerdo con la pregunta

**Desde que en tenido este hijo (a) en sido incapaz de hacer cosas nueva y diferente**

- A) Estoy muy de acuerdo con la pregunta
- B) Estoy de acuerdo con la pregunta
- C) No estoy segura
- D) Estoy en desacuerdo con la pregunta
- E) Estoy muy de acuerdo con la pregunta

**Desde que he tenido este hijo(a) siento que he dejado de hacer las cosas que me gustan**

- A) Estoy muy de acuerdo con la pregunta
- B) Estoy de acuerdo con la pregunta
- C) No estoy segura
- D) Estoy en desacuerdo con la pregunta
- E) Estoy muy de acuerdo con la pregunta

**1. Estoy descontenta con la ropa que me compré la última vez**

- A) Estoy muy de acuerdo con la pregunta
- B) Estoy de acuerdo con la pregunta
- C) No estoy segura

D) Estoy en desacuerdo con la pregunta

E) Estoy muy de acuerdo con la pregunta

**Hay muchas cosas de mi vida que me molestan**

A) Estoy muy de acuerdo con la pregunta

B) Estoy de acuerdo con la pregunta

C) No estoy segura

D) Estoy en desacuerdo con la pregunta

E) Estoy muy de acuerdo con la pregunta

**Tener un hijo(a) me ha causado más problemas de los que esperaba en mis relaciones con mi pareja**

A) Estoy muy de acuerdo con la pregunta

B) Estoy de acuerdo con la pregunta

C) No estoy segura

D) Estoy en desacuerdo con la pregunta

E) Estoy muy de acuerdo con la pregunta

**Me siento sola y sin amigos**

A) Estoy muy de acuerdo con la pregunta

B) Estoy de acuerdo con la pregunta

C) No estoy segura

D) Estoy en desacuerdo con la pregunta

E) Estoy muy de acuerdo con la pregunta

**Cuando voy a una fiesta espero aburrirme**



- A) Estoy muy de acuerdo con la pregunta
- B) Estoy de acuerdo con la pregunta
- C) No estoy segura
- D) Estoy en desacuerdo con la pregunta
- E) Estoy muy de acuerdo con la pregunta

**Antes estaba más interesada por la gente**

- A) Estoy muy de acuerdo con la pregunta
- B) Estoy de acuerdo con la pregunta
- C) No estoy segura
- D) Estoy en desacuerdo con la pregunta
- E) Estoy muy de acuerdo con la pregunta

**Antes disfrutaba más de las cosas**

- A) Estoy muy de acuerdo con la pregunta
- B) Estoy de acuerdo con la pregunta
- C) No estoy segura
- D) Estoy en desacuerdo con la pregunta
- E) Estoy muy de acuerdo con la pregunta

**Mi hijo(a) hace cosas que me hace sentir mal**

- A) Estoy muy de acuerdo con la pregunta
- B) Estoy de acuerdo con la pregunta
- C) No estoy segura
- D) Estoy en desacuerdo con la pregunta
- E) Estoy muy de acuerdo con la pregunta

**Siento que mi hijo(a) quiere estar lejos de mi**

- A) Estoy muy de acuerdo con la pregunta
- B) Estoy de acuerdo con la pregunta
- C) No estoy segura
- D) Estoy en desacuerdo con la pregunta
- E) Estoy muy de acuerdo con la pregunta

**Mi hijo(a) me sonríe menos de lo que yo esperaba**

- A) Estoy muy de acuerdo con la pregunta
- B) Estoy de acuerdo con la pregunta
- C) No estoy segura
- D) Estoy en desacuerdo con la pregunta
- E) Estoy muy de acuerdo con la pregunta

**Cuando le hago cosas a mi hijo(a) tengo la sensaci3n de que mis esfuerzos son despreciados**

- A) Estoy muy de acuerdo con la pregunta
- B) Estoy de acuerdo con la pregunta
- C) No estoy segura
- D) Estoy en desacuerdo con la pregunta
- E) Estoy muy de acuerdo con la pregunta

**Cuando juega mi hijo(a) permanece serio**

- A) Estoy muy de acuerdo con la pregunta
- B) Estoy de acuerdo con la pregunta
- C) No estoy segura

D) Estoy en desacuerdo con la pregunta

E) Estoy muy de acuerdo con la pregunta

**Me parece que el ritmo de aprendizaje de mi hijo(a) es más lento que el de otros niños**

A) Estoy muy de acuerdo con la pregunta

B) Estoy de acuerdo con la pregunta

C) No estoy segura

D) Estoy en desacuerdo con la pregunta

E) Estoy muy de acuerdo con la pregunta

**Me parece que mi hijo(a) sonríe menos que los otros niños**

A) Estoy muy de acuerdo con la pregunta

B) Estoy de acuerdo con la pregunta

C) No estoy segura

D) Estoy en desacuerdo con la pregunta

E) Estoy muy de acuerdo con la pregunta

**Mi hijo(a) hace menos cosas de las que yo esperaba**

A) Estoy muy de acuerdo con la pregunta

B) Estoy de acuerdo con la pregunta

C) No estoy segura

D) Estoy en desacuerdo con la pregunta

E) Estoy muy de acuerdo con la pregunta

**Mi hijo(a) tarda mucho y le resulta muy difícil acostumbrarse a las cosas nuevas**

A) Estoy muy de acuerdo con la pregunta

- B) Estoy de acuerdo con la pregunta
- C) No estoy segura
- D) Estoy en desacuerdo con la pregunta
- E) Estoy muy de acuerdo con la pregunta

**Siento que soy**

- A) Estoy muy de acuerdo con la pregunta
- B) Estoy de acuerdo con la pregunta
- C) No estoy segura
- D) Estoy en desacuerdo con la pregunta
- E) Estoy muy de acuerdo con la pregunta

**Esperaba tener más sentimientos de proximidad y calor con mi hijo(a) de los que tengo, y eso, me molesta**

- A) Estoy muy de acuerdo con la pregunta
- B) Estoy de acuerdo con la pregunta
- C) No estoy segura
- D) Estoy en desacuerdo con la pregunta
- E) Estoy muy de acuerdo con la pregunta

**Mi hijo(a) hace cosas que me molestan solo por el mero hecho de hacerlas**

- A) Estoy muy de acuerdo con la pregunta
- B) Estoy de acuerdo con la pregunta
- C) No estoy segura
- D) Estoy en desacuerdo con la pregunta
- E) Estoy muy de acuerdo con la pregunta

**Apéndice B.****Formatos de consentimiento informado (si aplica)****(Ciencias Médicas y de la Salud)**

La finalidad de este protocolo es informarle sobre el proyecto de investigación y solicitarle su consentimiento. De aceptar, el investigador y usted se quedarán con una copia.

La presente investigación en Salud se titula: estrés en padres de familia en el distrito de San Juan Bautista. Ayacucho 2020

Y es dirigido por Nancy Quispe Huaraca investigador de la Universidad Católica Los Ángeles de Chimbote.

El propósito de la investigación es:

Determinar el nivel de estrés de los padres de familia en el distrito de San Juan Bautista

Para ello, se le invita a participar en una encuesta que le tomará 10 a 15 minutos de su tiempo. Su participación en la investigación es completamente voluntaria y anónima. Usted puede decidir interrumpirla en cualquier momento, sin que ello le genere ningún perjuicio. Si tuviera alguna inquietud y/o duda sobre la investigación, puede formularla cuando crea conveniente.

Al concluir la investigación, usted será informado de los resultados a través de mi persona. Si desea, también podrá escribir al correo Nancy\_h\_277 @ hotmail.com para recibir mayor información. Asimismo, para consultas sobre aspectos éticos, puede comunicarse con el Comité de Ética de la Investigación de la universidad Católica los Ángeles de Chimbote.

Si está de acuerdo con los puntos anteriores, complete sus datos a continuación:

Nombre:

---

Fecha:

---

Correo electrónico:

---

Firma del participante:

---

Firma del investigador (o encargado de recoger información):

---

## Apéndice D: Presupuesto

<b>Presupuesto Desembolsable</b>			
<b>Categoría</b>	<b>Base</b>	<b>% o Número</b>	<b>Total</b>
<b>Suministros (*)</b>			
Fotocopias	0.1	180	18
Empastado	2	2	4
Papel bond A-4 (50	500	1	15
Lapiceros	0.5	3	1.5
<b>Servicios</b>			
Uso de Turnitin	50	4	200
<b>Sub total</b>			238.5
<b>Gastos de viaje</b>			
Pasajes para recolectar información	2	4	8
<b>Sub total</b>			8
<b>total de presupuesto desembolsable</b>			254.5
<b>Presupuesto no desembolsable (Universidad)</b>			
<b>Categoría</b>	<b>Base</b>	<b>% o Número</b>	<b>Total</b>
<b>Servicios</b>			
Uso de Internet (Laboratorio de Aprendizaje Digital - LAD)	30	4	120
Búsqueda de información en base de Datos	35	2	70
Soporte informático (Módulo de Investigación del ERP University - MOIC)	40	4	160
Publicación de artículo en repositorio institucional	50	1	50
<b>Sub total</b>			400
<b>Recurso humano</b>			
Asesoría personalizada (5 horas por semana)	63	4	252
<b>Sub total</b>			252
<b>Total de presupuesto no desembolsable</b>			652
<b>Total (S/.)</b>			906.5

## Apéndice E: Ficha técnica

### Ficha técnica de Parenting Stress Index – Short Form” de Abidin

- 1995. Este cuestionario fue adaptado por Sanchez Griñan, a la versión peruana corta o abreviada en el año 2015,
- consta de 24 ítems
- y tiene un tipo de aplicación individual y colectiva
- . El cuestionario está basado en 3 subescalas, entre ellas son las siguientes:  
características de los padres, de los niños e interacción entre padres e hijos, con ello se pretende medir el nivel de estrés percibido en los padres de familia en su rol como padres.
- Tiempo de la aplicación: 15 a 20 minutos
- Baremos o niveles de rango:
- De la variable: igual o mayor al pc 85: significancia clínica
- Menor al pc 85: rango

## Apéndice: F Matriz de consistencia

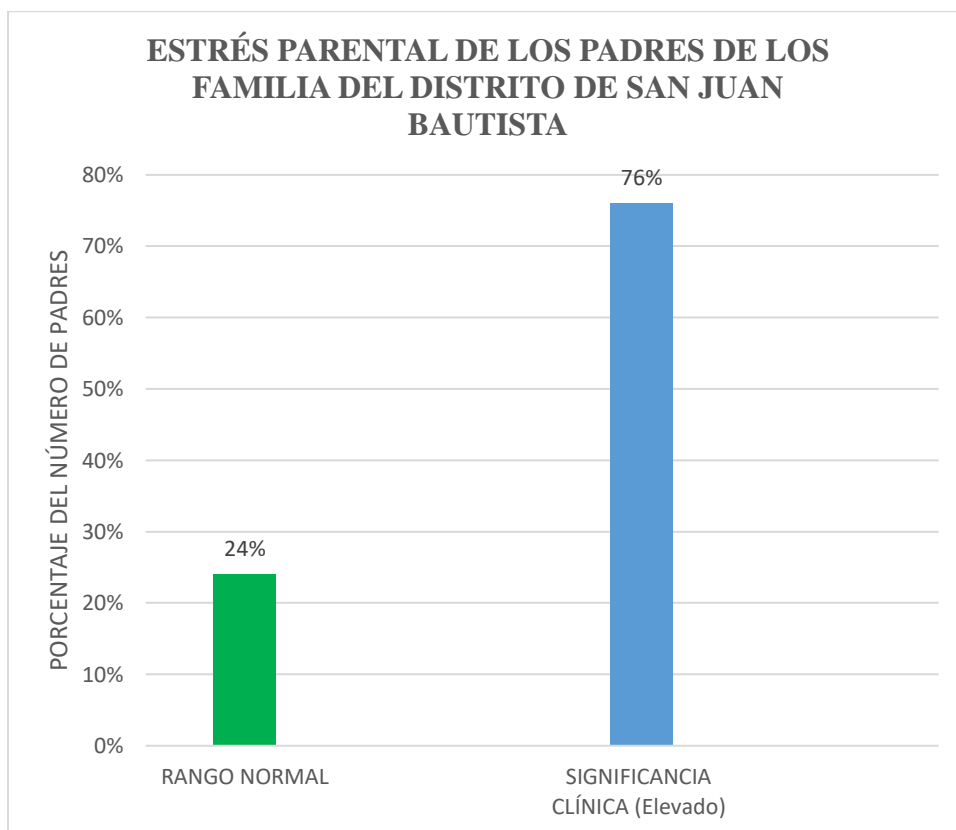
TÍTULO	ENUNCIADO	OBJETIVOS	MÉTODO
<p><b>“estrés en los padres de familia en el distrito de san juan bautista, Ayacucho 2020”</b></p>	<p>¿Cuál es el nivel de estrés en los padres de familia en el Distrito de San Juan Bautista, Ayacucho 2020?</p>	<p><b>OBJETIVO GENERAL:</b></p>	<p><b>TIPO DE INVESTIGACIÓN:</b></p>
		<p>Determinar los niveles de estrés en los padres de familia en el distrito de san juan bautista, Ayacucho 2020.</p>	<p>Investigación aplicada y psicométrica.</p>
		<p><b>OBJETIVO ESPECIFICO 1:</b></p>	<p><b>NIVEL DE INVESTIGACIÓN:</b></p>
		<p>Identificar el nivel de estrés según genero de los padres de familia en el distrito de san juan bautista, Ayacucho 2020.</p>	<p>Investigación descriptiva</p>
		<p><b>OBJETIVO ESPECÍFICO 2:</b></p>	<p><b>DISEÑO DE LA INVESTIGACIÓN:</b></p>
<p>Identificar el nivel de estrés según estado civil de los padres de familia en el distrito de san juan bautista, Ayacucho 2020.</p>	<p>Enfoque cualitativo</p>		
<p><b>OBJETIVO ESPECÍFICO 3:</b></p>	<p><b>POBLACIÓN:</b></p>		
<p>Identificar el nivel de estrés según número de hijos de los padres de familia en el distrito de san juan bautista, Ayacucho 2020.</p>	<p>54.10% de la población del “Distrito de San Juan Bautista, Ayacucho.”</p>		
<p><b>OBJETIVO ESPECÍFICO 4:</b></p>	<p><b>MUESTRA:</b></p>		
<p>Identificar el nivel de estrés según situación laboral de los padres de familia en el distrito de san juan bautista, Ayacucho 2020</p>	<p>120 encuestas que se realizara a padres y madres de familia</p>		



## Apéndice G: Figuras

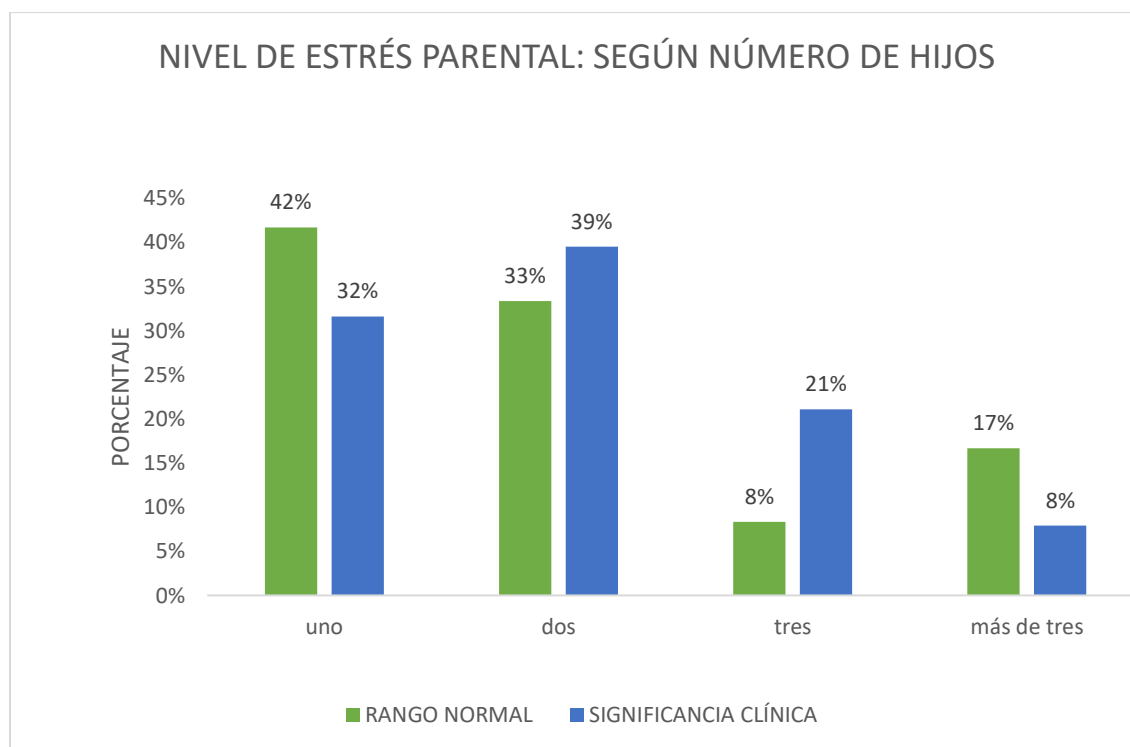
### Gráfico 1:

Resultado general del nivel de estrés en los padres de familia en el distrito de san juan bautista, Ayacucho 2020.

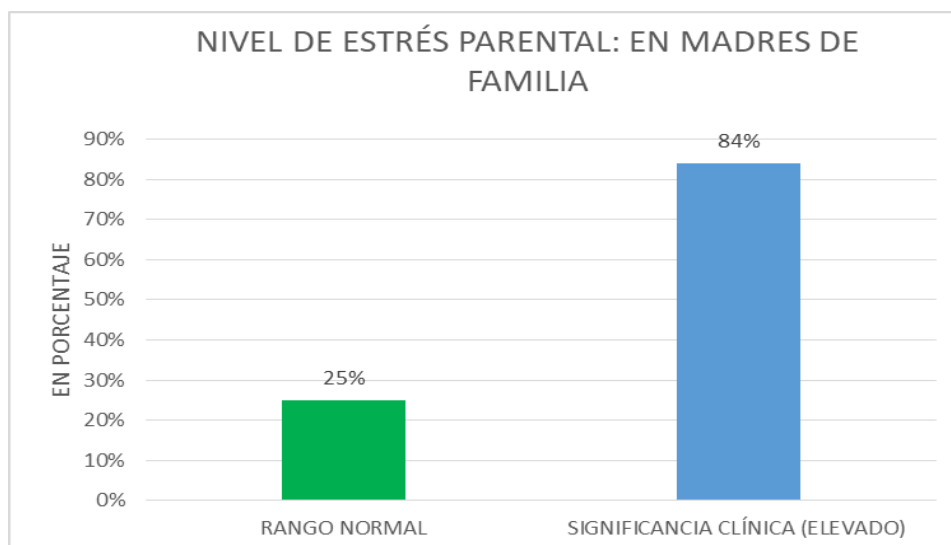
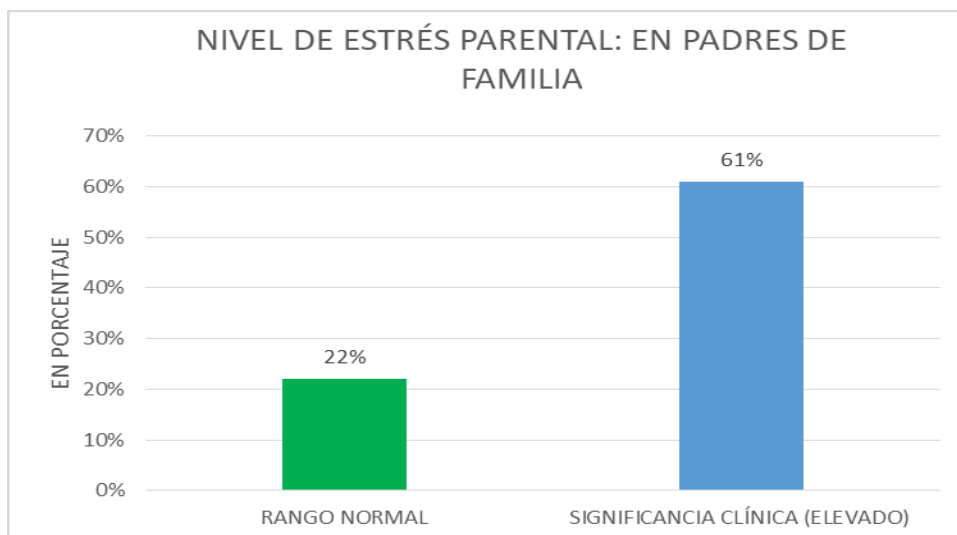


**Gráfico: 2**

Resultado del nivel de estrés según número de hijos de los padres de familia en el distrito de san juan bautista, Ayacucho 2020.

**Gráfico: 3**

resultado del nivel de estrés según sexo de los padres de familia en el distrito de san juan bautista, Ayacucho 2020



**Gráfico: 4**

Resultado del nivel de estrés según situación laboral de los padres de familia en el distrito de san juan bautista, Ayacucho 2020

