

Nivel de estrés y estrategias de afrontamiento en padres con hijos con discapacidad intelectual

Stress level and coping strategies in parents of children with
intellectual disabilities

Claudia Saona Yumpo

 0009-0000-1335-7293

Universidad Científica del Sur
nicolesaona2819@gmail.com

Mari-cielo Rugel Quispe

 0009-0004-2715-3194

Universidad Científica del Sur
rugelquispecielo@gmail.com

Christian Espinoza Rojas

 0009-0005-6870-1406

Universidad Científica del Sur
100070822@cientifica.edu.pe

Recibido: 10/11/2024

Aceptado: 20/12/2024

Publicado: 31/12/2024

Cita en APA: Espinoza, C., Rugel, M. & Saona, C. (2024). Resumen Nivel de estrés y estrategias de afrontamiento en padres con hijos con discapacidad intelectual. *Revista Latinoamericana de Humanidades y Desarrollo Educativo*, 3(2), pp. 2 - 13.



Resumen

Esta investigación tiene un diseño correlacional ya que el objetivo de este artículo es determinar la relación entre el nivel de estrés y estrategias de afrontamiento en padres con hijos con discapacidad intelectual en el distrito del Callao. Asimismo, participaron 47 sujetos para medir las variables, se utilizaron dos instrumentos: Estrategia de afrontamiento (el inventario COPE) y Nivel de estrés (escala de estrés percibido - PSS 14). Los resultados mostraron que existe una correlación positiva entre el nivel de estrés y estrategias de afrontamiento.

Palabras claves: Relación, estrategias, correlación, discapacidad intelectual, afrontamiento

Abstract

This research has a correlational design since the objective of this article is to determine the relationship between the level of stress and coping strategies in parents with children with intellectual disabilities in the district of Callao. Likewise, 47 subjects participated to measure the variables, two instruments were used: Coping Strategy (the COPE inventory) and Stress Level (Perceived Stress Scale - PSS 14). The results showed that there is a positive correlation between stress level and coping strategies.

Keywords: Relationship, strategies, correlation, intellectual disability, coping, relationship, coping

Introducción

Criar a un hijo con discapacidad intelectual plantea desafíos únicos para los padres y puede tener un impacto significativo en los niveles de estrés. La relación entre el nivel de estrés y las estrategias de afrontamiento en padres se explorará en esta investigación para saber que enfrentan con cada tarea de criar a los hijos con discapacidad intelectual.

El estrés se puede experimentar en cualquier momento de la vida de las personas y en diferentes ámbitos como la vida profesional, la vida social y sobre todo la vida familiar. Sin embargo, hablar de discapacidad intelectual significa limitaciones importantes en la capacidad mental y la capacidad de adaptación. Aunque cada experiencia es única, los padres muchas veces se enfrentan a la necesidad de adaptarse a las demandas específicas de atención, educación y cuidado que requieren sus hijos. Este escenario puede provocar tensión emocional y física, además aumentaría el riesgo de sufrir altos niveles de estrés.

Por eso, según Zapata (2018) indica que, el nivel de estrés en padres de familia se incrementará de manera sustancial si alguno de los niños presenta necesidades educativas especiales.

Si nos ponemos a pensar sobre cómo criar a nuestros hijos que tienen discapacidad intelectual, entraríamos en una etapa de mucho estrés ya que requiere necesidades más minuciosas y mucha atención. También, el estrés de los padres puede manifestarse de muchas maneras, desde preocupaciones por el futuro del niño hasta una sobrecarga emocional y las exigencias prácticas de la vida cotidiana. Comprender y gestionar este estrés es fundamental para el bienestar de los padres y los niños con discapacidad intelectual.

Pero cómo podemos afrontarlo y poder criar a los hijos sin tener que llegar a un punto de frustrarnos y entrar en una desesperación. Es una gran pregunta que todos los padres lo tienen presente en su día a día. Por lo tanto, es importante tener presente las estrategias de afrontamiento para los padres que emplean demandas y desafíos ligados con la crianza de los hijos con discapacidad intelectual. Estas estrategias van desde el apoyo social y emocional hasta el desarrollo de habilidades específicas para afrontar situaciones particulares.

Hay que tener en cuenta que cada padre puede utilizar diferentes estrategias de afrontamiento y no todas las estrategias funcionan igual para todos. Algunos padres pueden beneficiarse de la terapia o el asesoramiento profesional para aprender técnicas adicionales de afrontamiento y manejos del estrés.

Con base en la revisión bibliográfica, existen pocos estudios sobre el estrés parental familiar con todo tipo de discapacidad en el Perú. Según la data Estadística MIMP (2023), el registro nacional de la persona con discapacidad, en el Perú, hay un total de 409,737 personas con discapacidad, siendo 7,880 niños y niñas de 0 a 5 años de edad. De este grupo, 6,153 (78.1%) tienen una discapacidad severa, 1,382 (17.5%) una discapacidad moderada,

y 345 (4.4%) una discapacidad leve. Además, 3,267 (41.5%) son niñas y 4,613 (58.5%) son niños.

¿Qué relación hay entre estrés y estrategias de afrontamiento en padres de familia frente a la discapacidad intelectual de sus hijos del distrito del Callao, 2023? Este estudio lo responderá y buscará analizar e identificar patrones y comprender cómo las estrategias pueden reducir el estrés y puede ayudar a mejorar la calidad de vida de los padres y también la de sus hijos con discapacidad intelectual.

En primer lugar, es importante saber un poco más sobre el estrés, por eso según Barea (2018) afirma que el estrés es el resultado de la reacción del cuerpo a los cambios debidos a importantes influencias situacionales, ya sean positivas o negativas. Cuando se presenta un estímulo estresante, la respuesta queda impresa en el individuo y puede afectar a nivel psicológico y fisiológico.

Asimismo, sobre las estrategias de afrontamiento, Vásquez (2020) plantea que existen trece tipos de estrategias, divididas en tres: estilo centrado en el conflicto, estilo centrado en las emociones y estilo evitativo. Las estrategias centradas en el problema se prestan a un afrontamiento positivo, en el que los individuos enfrentan situaciones estresantes y buscan posibles soluciones alternativas para eliminar el factor estresante o minimizar las consecuencias del problema. Desde la perspectiva de las estrategias centradas en las emociones, estas son las respuestas emocionales que las personas utilizan para afrontar o afrontar los problemas. Además, las personas utilizan estrategias de evitación como la negación y la procrastinación para afrontar los problemas, pero pueden tener consecuencias a largo plazo.

A través de nuestra investigación, contribuimos al conocimiento sobre las dinámicas emocionales y las experiencias de los padres que enfrentan los desafíos únicos de criar a niños con discapacidad intelectual, solidificando así el desarrollo de recursos y servicios de apoyo. Queremos brindar una base sólida. Aún más efectivo.

Algunos estudios llevados a cabo por (Peña-Paredes et al., 2018), se investigó el estrés y las estrategias de afrontamiento en estudiantes de nivel superior con discapacidad intelectual y ha contribuido a comprender mejor el impacto del estrés en los padres y las estrategias que utilizan para hacer frente a esta situación.

Rodríguez de Castillejo (2018) nos dice que, el estrés parental y las estrategias de afrontamiento entre padres de niños con síndrome de Down encontró que el 53% reportó altos niveles de estrés, y este nivel de estrés puede afectar la relación entre padres e hijos, lo que lleva a que los padres se comporten de manera inapropiada e ignoren el comportamiento y eviten el tratamiento. Es decir, los padres que son incapaces de controlar o abordar determinadas conductas niegan e ignoran el problema.

También, otra investigación, según Couñago (2019) nos dice que, Si bien eso es cierto, las mujeres generalmente tienen habilidades parentales que se desarrollan durante

el proceso de maternidad, lo que les permite desenvolverse adecuadamente al cuidar a los niños. Sin embargo, esta tarea, que en circunstancias normales no resulta muy exigente, puede verse comprometida a la hora de cuidar a un niño con discapacidad intelectual, no sólo por el esfuerzo físico y mental, sino también por los cambios que conlleva en aceptar y adaptarse a esta nueva realidad, la cual se va a ver cargada de tensión. Por lo tanto, la discapacidad intelectual en los niños se reconoce como una condición permanente para las madres, que genera estrés psicológico continuo y afecta las prácticas de cuidado y la relación madre-hijo, todo lo cual afecta el rol de la madre y puede conducir a cambios y crisis.

Es por ello que el objetivo de este trabajo es determinar la relación entre el nivel de estrés y estrategias de afrontamiento en padres con hijos con discapacidad intelectual, esperando la existencia de relación significativa entre la dimensión de características en padres y la búsqueda de apoyo social frente a la discapacidad intelectual de sus hijos.

Método

Tipo, nivel y diseño de la investigación

El presente estudio siguió el enfoque cuantitativo, de tipo descriptivo con diseño correlacional, la población de estudio está constituida por 47 participantes del distrito Callao, la cual está dividida en grupos de mujeres y varones, la muestra ha sido tomada no probabilística por conveniencia, participación voluntaria de los padres de familia. Se señala que este supone un proceso sucesivo y demostrativo. Por lo tanto, esta investigación tendrá un proceso de desarrollo; será secuencial y buscará probar las teorías. Así mismo se recogerán datos de las variables, las cuales serán estrés y estrategias de afrontamiento, dichos datos serán sometidos a un análisis estadístico, para conocer el comportamiento de las mismas y realizar la comprobación de las hipótesis planteadas.

Población y muestra

La población estuvo conformada por padres de familia con hijos con discapacidad intelectual del distrito del Callao.

Dado que se emplean datos de una fuente no actualizada en el Perú hasta el momento, se determinó un tamaño de muestra. La muestra como resultado se obtuvo como un puntaje de 384 por lo cual se tomará en cuenta a los padres de familia que tiene hijos con discapacidad intelectual que constituyen la totalidad de la población, se señala que el muestreo no probabilístico intencional, consiste en que la muestra será seleccionada basándose en el conocimiento y credibilidad del investigador.

Tamaño de muestra (Cuantitativa)

$$n=1.962*0.5*0.50.052$$

$$n=0.96040.0025$$

n=384.16

Las variables

Las variables de la investigación son: Nivel de estrés y Estrategias de afrontamiento enlazados a los padres de familia que tienen hijos con discapacidad intelectual.

La palabra afrontamiento se ha definido de muchas maneras. Sin embargo, el modelo comercial de Lazarus y Folkman establece:

“El afrontamiento es un proceso dinámico de evaluación y reevaluación del repertorio de estrategias que necesita un individuo para afrontar situaciones valoradas como amenazantes o abrumadoras, y su función es reducir el impacto del estrés con el fin de reducirlo o aliviarlo” (Rodríguez. et al., 2016, p.17).

El estrés se produce en diferentes intensidades según el entorno, las características personales, las estrategias de afrontamiento y la evaluación que el individuo hace del mismo como una amenaza. Pero como toda ciencia, no existe un modelo único para explicarla.

Instrumentos

Para realizar esta investigación, se utilizaron dos instrumentos: El Cuestionario de Afrontamiento del Estrés (CAE), elaborado por Sandín Bonifacio y Chorot Paloma (2003) el cual describe los medios que usan las personas tanto de pensamiento y conductual para responder a eventos estresantes. Este instrumento contó con 42 ítems y 7 factores: focalizado en la solución de problemas (FSP), búsqueda de apoyo social (BAS), Religión (RLG), Autofocalización negativa (AFN), Expresión emocional abierta (EEA), Evitación (EVT) y reevaluación positiva (REP). Opciones de respuesta tipo Likert con opciones de respuesta (nunca, pocas veces, a veces, frecuentemente y casi siempre).

La Escala de Estrés Percibido (PSS-14), (Cohen et al., 1983) consta de dos dimensiones: percepción del estrés, capacidad de afrontamiento. consta de 14 preguntas de tipo Likert con 5 opciones (nunca , casi nunca, de vez en cuando ,muy a menudo).

Procedimiento

Para la recolección de datos de la información, hubo coordinaciones con los padres y vecinos del distrito del Callao que tengan hijos con discapacidad intelectual, se acordó fecha y hora para realizar una reunión vía virtual a través de la plataforma Meet. En la reunión virtual, se explicó detalladamente el motivo de la evaluación, los objetivos y la importancia, además se les informó y garantizó su anonimato y confidencialidad de los datos proporcionados, se brindó las indicaciones generales del instrumento.

Luego se le envió el formulario de google con los instrumentos aplicados, vía WhatsApp al grupo de padres, el cual estuvo dividido en cuatro partes: Informativo, consentimiento informado, datos personales y los instrumentos de evaluación. El proceso

tomó una semana para que todos los padres puedan contestar con tranquilidad, se almacenó en el excel toda la información recolectada, para luego ser procesado mediante el software Jamovi.

Aspectos éticos

Se empleó los aspectos éticos en este estudio, no maleficencia; el estudio no provocó ningún daño a los padres ni a los hijos, se tomó en cuenta el respeto, libertad y privacidad. Se realizó un consentimiento informado sobre la participación del estudio.

Resultados

Con relación al nivel de estrés y estrategias de afrontamiento mencionadas en la tabla 1, se muestra que hay una correlación de 0.268. Este valor es positivo, lo que indica una correlación positiva. Esto sugiere que a medida que aumentan las estrategias de afrontamiento, los niveles de estrés también tienden a aumentar.

El valor p asociado con la correlación es 0,069. Este valor p indica la probabilidad de que se obtenga por casualidad una correlación de este tamaño o mayor, suponiendo que no exista correlación en la población. En este caso, el valor p es mayor que el nivel de significancia común de 0,05, lo que indica que la correlación no es estadísticamente significativa en este nivel. Sin embargo, tenga en cuenta que un valor de p cercano a 0,05 puede indicar que este resultado debe interpretarse con precaución.

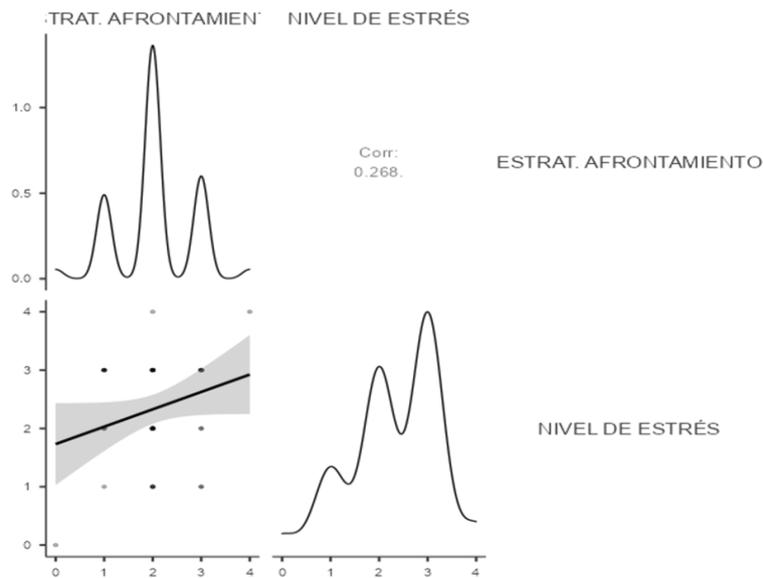
Tabla 1. Tabla de correlación de las variables

		ESTRAT. AFRONTAMIENTO	NIVEL DE ESTRÉS	
ESTRAT. AFRONTAMIENTO	R de Pearson	–		
	gl	–		
	valor p	–		
	N	–		
NIVEL DE ESTRÉS	R de Pearson		0.268	–
	gl		45	–
	valor p		0.069	–
	N		47	–

Fuente: Elaboración Propia

Nota: Hay una correlación positiva, La cantidad de observaciones (N) para ambas variables es 47, lo que indica el tamaño de la muestra utilizado para calcular la correlación.

Figura 1. Gráfica de la Matriz de correlaciones



Fuentes: Elaboración propia

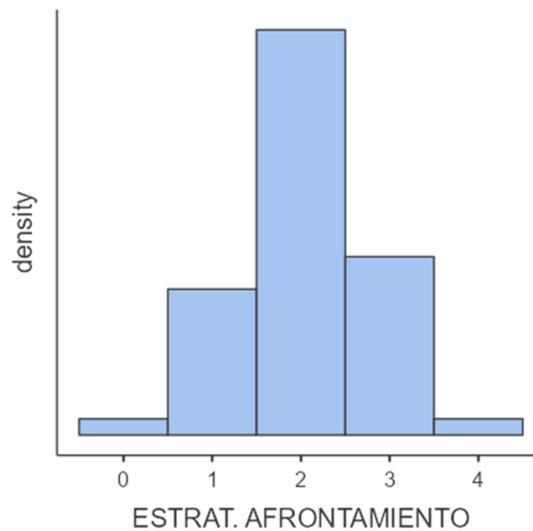
En la **Tabla 2**, se visualiza el puntaje promedio de la variable mencionada en este estudio. En la variable estrategias de afrontamiento con 2.04, esto sugiere que, en promedio, los participantes tienden a utilizar estrategias de afrontamiento que están ligeramente por encima del valor medio en la escala utilizada. La mediana es de 2, esto indica que al menos la mitad de los participantes tienen una puntuación de 2 o menos. La desviación estándar es de 0.779, lo que indica la dispersión de las puntuaciones alrededor de la media. Una desviación estándar más grande sugiere una mayor variabilidad en las respuestas de los participantes. Se indica que no hay datos perdidos.

Tabla 2. Tabla descriptiva de la estrategia de afrontamiento

	ESTRAT. AFRONTAMIENTO
N	47
Perdidos	0
Media	2.04
Mediana	2
Desviación estándar	0.779

Fuente: Elaboración propia

Figura 2. Histograma descriptivo de estrategias de afrontamiento



Fuente: Elaboración propia

En la **Tabla 3**, se observa el puntaje promedio de la segunda variable mencionada en este estudio. En la variable de nivel de estrés la media es de 2.34, Esto indica que, en promedio, los participantes experimentan niveles de estrés que están ligeramente por encima del valor medio en la escala utilizada. En la mediana es 2, lo que significa que al menos la mitad de los participantes tienen un nivel de estrés de 2 o menos. Su desviación estándar es 0.867, Esta medida indica la dispersión de los niveles de estrés alrededor de la media. Una desviación estándar más grande sugiere una mayor variabilidad en las respuestas de los participantes.

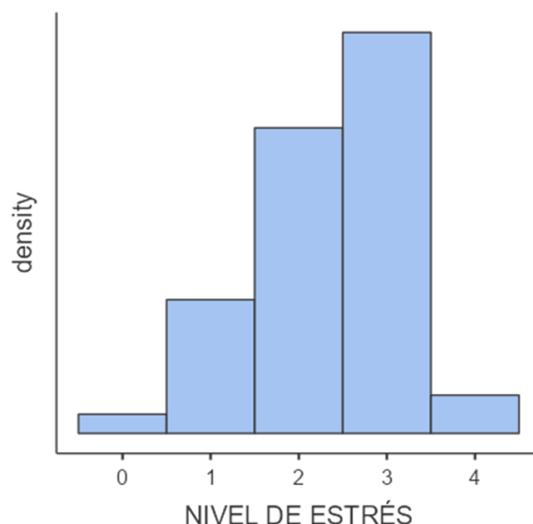
Tabla 3. Tabla descriptiva del nivel de estrés

	NIVEL DE ESTRÉS
N	47
Media	2.34
Mediana	2
Desviación estándar	0.867

Fuente: Elaboración propia

Estos valores son útiles para tener una comprensión general de la distribución de las puntuaciones en la variable "Nivel de Estrés" dentro de la muestra.

Figura 3. Histograma descriptivo del nivel de estrés



Fuente: Elaboración propia

Discusiones

Se ha observado una correlación positiva moderada entre el estilo de afrontamiento y el nivel de estrés ($R=0.268$, $p=0.069$). Esto sugiere que, en la muestra estudiada, a medida que aumentan las estrategias de afrontamiento, los niveles de estrés también tienden a aumentar. Sin embargo, es importante enfatizar que no existe significancia estadística ($p>0.05$) puede indicar que esta relación no es concluyente y puede deberse al azar u otros factores no considerados.

La media (2.04) y la mediana 2 de las estrategias de afrontamiento sugieren que, en promedio, los participantes utilizan estrategias de afrontamiento moderadas. La desviación estándar (0.779) indica cierta variabilidad en las respuestas, pero no es extremadamente alta.

La media (2.34) y la mediana 2 de los niveles de estrés sugieren que, en promedio, los participantes experimentan niveles de estrés moderados. La desviación estándar (0.867) indica cierta variabilidad en los niveles de estrés dentro de la muestra.

Es importante tener en cuenta las limitaciones del estudio, que incluyen: B. Tamaño de la muestra, representatividad de la muestra, validez de las mediciones utilizadas y posibles variables de confusión no consideradas.

Se pueden discutir posibles direcciones para futuras investigaciones. B. Obtener una comprensión más completa de la relación entre las estrategias de afrontamiento y los niveles de estrés al incluir variables adicionales, ampliar la muestra o utilizar métodos mixtos.

Conclusiones

En definitiva, se ha descrito la aparición de estrés en padres de niños con discapacidades del desarrollo, porque según varios autores la crianza incorpora aún más las situaciones dinámicas del sistema familiar, para los padres es sentir dolor, dudar. La ansiedad, preocupación y miedo por el futuro del niño desencadenaron las diferentes etapas del estrés, las cuales son: negación, enojo, miedo, rechazo y aceptación (Buscar soluciones).

La conclusión es que las estrategias de afrontamiento implementadas por los padres son en su mayoría suficientes, lo que da importancia a que las más utilizadas fueron las orientadas a problemas, porque se basan en la búsqueda de alternativas de solución en el ámbito educativo. y el cuidado de niños con discapacidades del desarrollo en comparación con niños centrados emocionalmente, donde buscar apoyo social y emocional es un recurso que ayuda a los padres a sentir empatía con tales eventos. Cuanto mayor es la satisfacción con la propia vida, más se utilizan estrategias de afrontamiento en el desarrollo de las propias responsabilidades en todas las situaciones estresantes y preocupantes. Debemos esforzarnos por descubrir qué sentimientos tienen los niños discapacitados. espirituales o padres, así como familiares para evitar nuevos conflictos en todo el sistema familiar y promover la unidad para una buena salud y enfocarse en el trabajo desde una perspectiva más proactiva.

Referencias

- Barea, A. (2018) Análisis modelos teóricos estrés laboral aplicados a un caso real de sector sanitario.
https://repositori.uji.es/xmlui/bitstream/handle/10234/178256/TFM_2018_BareaMolesAna.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Couñago (2019) ¿Cómo afrontar la discapacidad intelectual de un hijo
<https://eresmama.com/como-afrontar-la-discapacidad-intelectual-de-un-hijo/>
- ESTADÍSTICAS - MIMP. (n.d.). Wwww.mimp.gob.pe. Retrieved December 7, 2023, from <https://www.mimp.gob.pe/omep/estadisticas-btn-pcd.php>
- Rodríguez de castillejo, G. (2018). Estrés parental y afrontamiento en padres de niños con síndrome de down. Tesis para optar el título de Licenciada en Psicología. Pontificia 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 ni %c3%91os con sindrome de down.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://tesis.pucp.edu.pe/repositorio/bitstream/handle/20.500.12404/13195/Rodriguez%20de%20Castillejo%20arana%20estres%20parental%20y%20afrontamiento%20en%20padres%20de%20ni%C3%91os%20con%20sindrome%20de%20down.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
- Vásquez, M. (2020). Estrés y parental y estilos de afrontamiento en padres con y sin hijos de habilidades diferentes - Lima. Tesis para optar el título de Licenciada en

Psicología. Universidad Privada del Norte
[https://repositorio.upn.edu.pe/bitstream/handle/11537/23733/V%
c3%a1squez%20Vilchez%2c%20Mayra%20Milena%20.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://repositorio.upn.edu.pe/bitstream/handle/11537/23733/V%c3%a1squez%20Vilchez%2c%20Mayra%20Milena%20.pdf?sequence=1&isAllowed=y)

Zapata, S. (2018). Estrés parental y expresión de ira en padres de niños con necesidades educativas especiales del distrito de Los Olivos-Lima 2018. (Tesis de licenciatura). Recuperado de http://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/26009/Zapata_CSE.pdf?sequence=4&isAllowed=y