

Universidad Católica de Santa María
Escuela de Postgrado
Maestría en Salud Mental del Niño, del Adolescente y de la
Familia



Calidad de la relación en pareja y burnout parental de las madres del
Centro Médico Aplao, Arequipa - 2024

Tesis presentada por la Bachiller:

Urday Cardeña, Yuliá Anais

ORCID: 0000-0003-2211-3703

Para optar el Grado Académico de Maestro en Salud Mental del Niño, del Adolescente y
de la Familia

Asesora:

Mgter. Anchante Hernández, Elva Elvira

ORCID: 0009-0005-4756-174X

Arequipa - Perú

2026

UNIVERSIDAD CATÓLICA DE SANTA MARÍA
ESCUELA DE POSTGRADO
DICTAMEN APROBACIÓN DE BORRADOR DE TESIS

Arequipa, 08 de Agosto del 2025

Dictamen: 013154-C-EPG-2025

Visto el borrador del expediente 013154, presentado por:

2023002272 - URDAY CARDEÑA YULIÁ ANAIS

Titulado:

**CALIDAD DE LA RELACIÓN EN PAREJA Y BURNOUT PARENTAL DE LAS MADRES DEL CENTRO
MÉDICO APLAO, AREQUIPA - 2024**

Nuestro dictamen es:

APROBADO

**29229000 - CHOCANO ROSAS DE VIZCARRA TERESA JESUS
DICTAMINADOR**



**29281582 - VILCHES VELASQUEZ FLOR ALEIDA
DICTAMINADOR**



**29611429 - FERIA AYTA JACINTA GILMA
DICTAMINADOR**



Calidad de la relación en pareja y burnout parental de las madres del Centro Médico Aplao, Arequipa - 2024

INFORME DE ORIGINALIDAD

15%	16%	4%	2%
INDICE DE SIMILITUD	FUENTES DE INTERNET	PUBLICACIONES	TRABAJOS DEL ESTUDIANTE

FUENTES PRIMARIAS

1	hdl.handle.net	8%
	Fuente de Internet	
2	repositorio.unsa.edu.pe	4%
	Fuente de Internet	
3	idus.us.es	1%
	Fuente de Internet	
4	pulso.pucp.edu.pe	1%
	Fuente de Internet	
5	repositorio.utl.edu.ec	1%
	Fuente de Internet	
6	revistahorizonte.ujat.mx	1%
	Fuente de Internet	

DEDICATORIA

Este proyecto es dedicado en primer lugar a Dios por siempre estar presente en mi vida.

A mis padres Victor y Mirta, que siempre me han impulsado a seguir cada uno de mis sueños y metas, creyendo y sacando lo mejor de mí.

Al igual que a mi hermana, por siempre estar dispuesta a apoyarme.

A mis personas especiales en mi vida, por siempre estar, y no dudar de lo que soy capaz.

A todas las madres que día a día realizan lo mejor que pueden, sin importar nada.

Finalmente, a mi fiel compañero Floopy.



AGRADECIMIENTOS

*Agradezco a la Escuela de Postgrado de la Universidad Católica de
Santa María por formarme en valores y conocimientos.*

*A mis docentes, quienes me han guiado durante
todo este proceso investigativo y me han apoyado en todo lo que han
podido.*

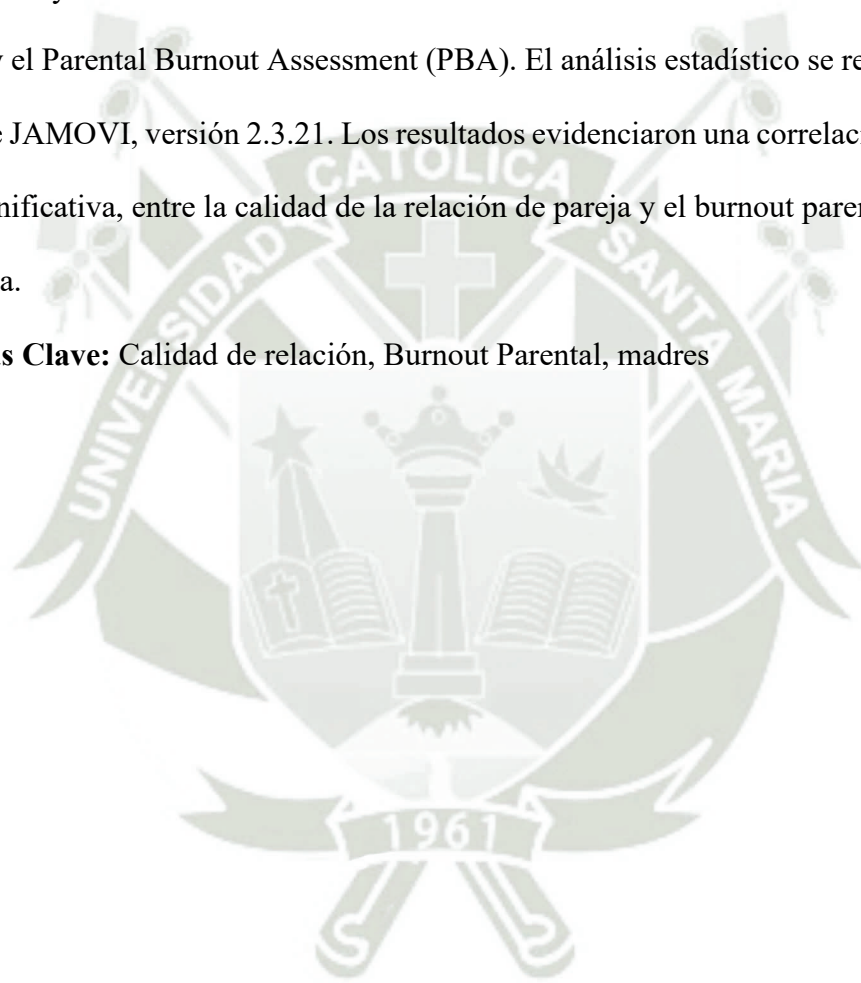
*A mi asesora, quien me guio y apoyó en la
elaboración de esta tesis.*



RESUMEN

La presente investigación tuvo como objetivo principal analizar la correlación entre la calidad de la relación de pareja y el burnout parental en madres atendidas en el Centro Médico de Aplao, Arequipa. Se empleó un diseño metodológico no experimental, de tipo correlacional y de corte transversal. La muestra estuvo conformada por 100 madres, con edades comprendidas entre los 18 y 60 años. Para la recolección de datos se utilizaron la Escala de Ajuste Diádico (EAD) y el Parental Burnout Assessment (PBA). El análisis estadístico se realizó mediante el software JAMOV, versión 2.3.21. Los resultados evidenciaron una correlación negativa, baja pero significativa, entre la calidad de la relación de pareja y el burnout parental en la muestra estudiada.

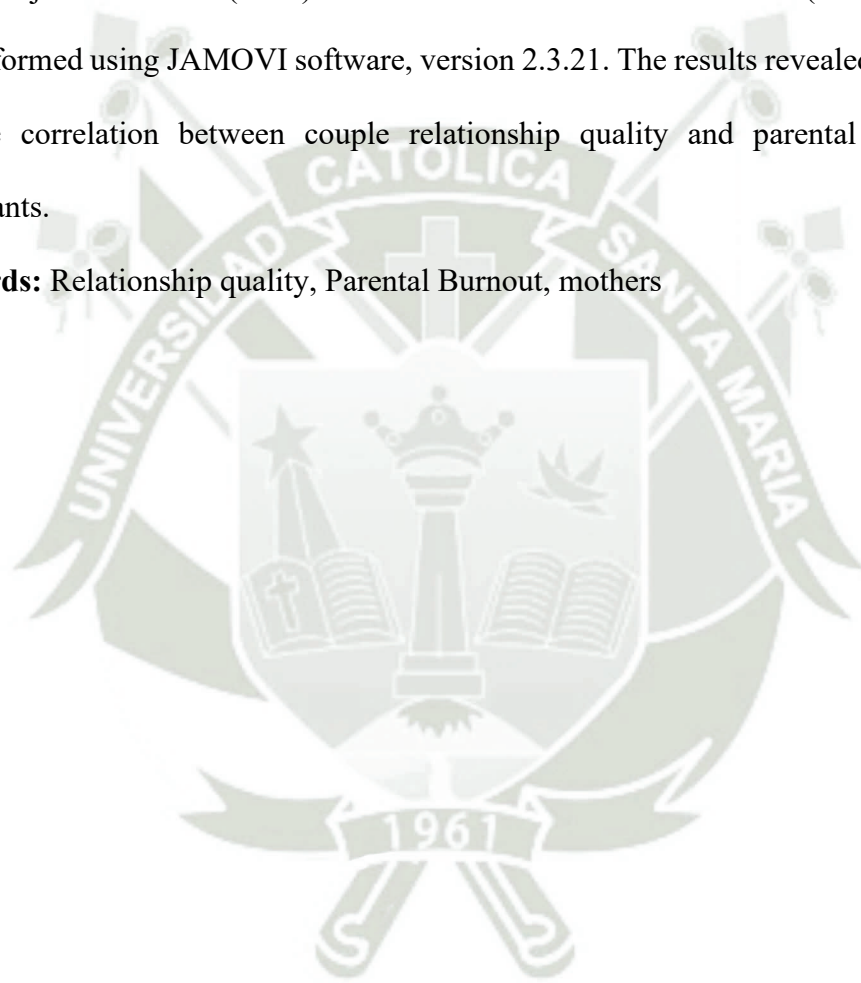
Palabras Clave: Calidad de relación, Burnout Parental, madres



ABSTRACT

The main objective of this research was to analyze the correlation between couple relationship quality and parental burnout among mothers attending the Centro Médico Aplao, Arequipa. A non-experimental, correlational, and cross-sectional research design was employed. The sample consisted of 100 mothers, aged between 18 and 60 years. Data collection was carried out using the Dyadic Adjustment Scale (DAS) and the Parental Burnout Assessment (PBA). Statistical analysis was performed using JAMOV software, version 2.3.21. The results revealed a low but significant negative correlation between couple relationship quality and parental burnout among the participants.

Keywords: Relationship quality, Parental Burnout, mothers



ÍNDICE

DEDICATORIA

AGRADECIMIENTOS

RESUMEN

ABSTRACT

INTRODUCCIÓN	1
HIPÓTESIS	4
OBJETIVOS.....	4
General	4
Específicos:	4
CAPÍTULO I.....	5
MARCO TEÓRICO.....	5
Bases Teóricas.....	6
Análisis de antecedentes Investigativos	29
CAPÍTULO II.	34
METODOLOGÍA	34
1. Tipo y nivel de investigación	35
2. Técnicas, instrumentos y materiales de verificación	35
3. Campo de verificación.....	40
CAPÍTULO III.	44
RESULTADOS Y DISCUSIÓN.....	44
Resultados	45

Discusión.....	55
CONCLUSIONES	57
RECOMENDACIONES	58
REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS	59
ANEXOS.....	67



ÍNDICE DE TABLAS

TABLA 1	45
TABLA 2	46
TABLA 3	47
TABLA 4	47
TABLA 5	49
TABLA 6	50
TABLA 7	50
TABLA 8	52
TABLA 9	53
TABLA 10	54



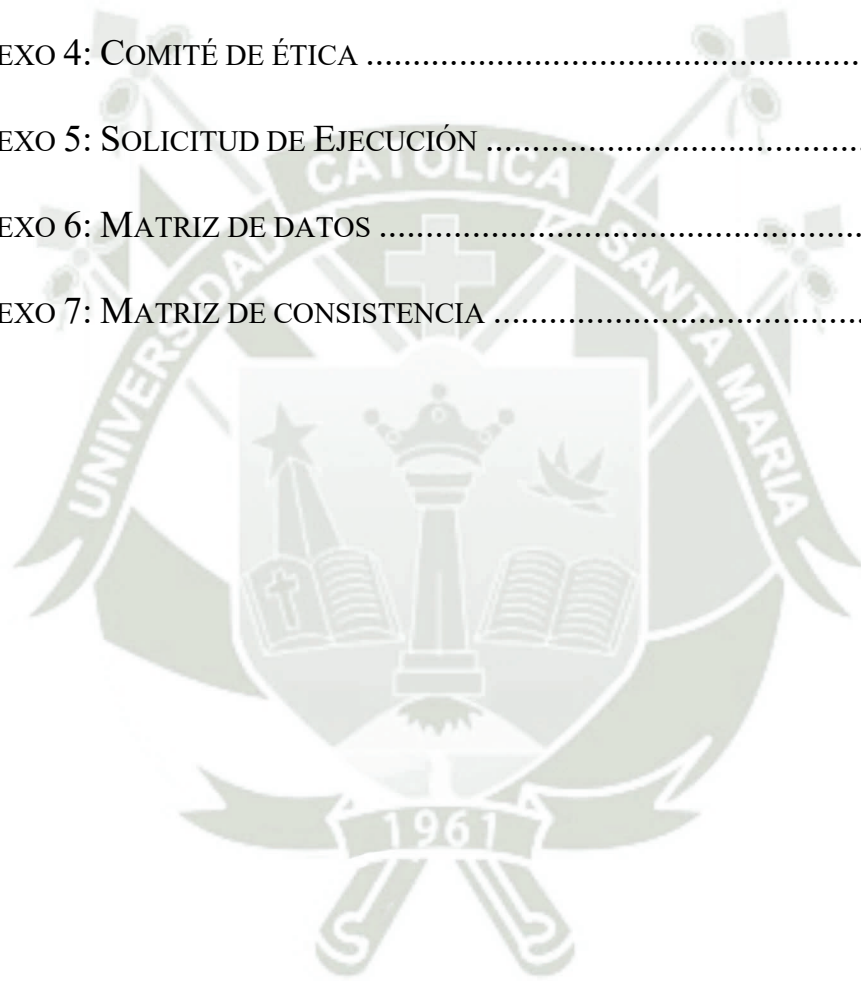
ÍNDICE DE FIGURAS

FIGURA 1	45
FIGURA 2	48
FIGURA 3	49
FIGURA 4	51
FIGURA 5	52
FIGURA 6	53
FIGURA 7	54



ÍNDICE DE ANEXOS

ANEXO 1: CONSENTIMIENTO INFORMADO	67
ANEXO 2: ESCALA DE AJUSTE DIÁDICO	68
ANEXO 3: BURNOUT PARENTAL.....	71
ANEXO 4: COMITÉ DE ÉTICA	73
ANEXO 5: SOLICITUD DE EJECUCIÓN	80
ANEXO 6: MATRIZ DE DATOS	81
ANEXO 7: MATRIZ DE CONSISTENCIA	82



INTRODUCCIÓN

Actualmente, se ha visto que la relación de la pareja ha ido cambiando a lo largo de los años, la forma de comunicarse, los estilos de crianza e incluso ha evolucionado como son los ingresos en la vida de una pareja; lo que ha ocasionado que la calidad de la relación en pareja vaya teniendo una metamorfosis.

Tenemos entendido que la calidad de la relación de pareja es el grado de intimidad que existe entre dos personas, al igual que, el apoyo mutuo y afecto, lo que queda como evidencia que las parejas que mantienen una alta calidad en sus relaciones tienden a tener mayores niveles de bienestar, satisfacción, compromiso, así como mejores relaciones a futuro e incluso, al convertirse en padres (1); de igual manera en el estudio de Illich (2) se encontró que existe una relación significativa entre la calidad de la relación que existe con la pareja y el bienestar psicológico en madres de niños entre 1 y 5 años.

Es por ello, que se ha visto últimamente que los padres muestran mayor cansancio y aprehensión con sus hijos a comparación de la antigüedad; actualmente el burnout parental es evidente, el cual es un síndrome que puede no ser tan evidente para nuestra realidad y aun así estar causando consecuencias negativas en la salud física y mental de muchas madres, haciendo hincapié en los países latinos ya que se considera que ser madre de familia es una función propia de las mujeres, como encontraron Pérez y Oyarce (3) en un estudio en Chile donde las madres estaban más cansadas que los padres, al igual que Márquez y Sotomayor (4) quienes concluyeron que el burnout parental es un síndrome tiene muchas causas, originado cuando la madre se encuentra expuesta continuamente a altas demandas.

Es así como surge la motivación de realizar esta investigación, debido a que la calidad de la relación en pareja que tienen las madres que son atendidas en el Centro puede que tenga correlación con el cansancio o burnout parental que puedan presentar afectando en su vida, ya sea de manera física, emocional o social.

La investigación que ha sido propuesta posee una relevancia significativa tanto al nivel social, humano y científico. Al hablar del nivel científico nos referimos a la iniciativa que va a nacer a partir de esta investigación ya que se buscará realizar nuevos estudios, debido a que es un fenómeno reciente y poco estudiado.

Al hablar del ámbito social y humano se hace referencia a la necesidad de profundizar en cómo afecta la calidad de la relación en pareja en el agotamiento o burnout parental, con el fin de fomentar su prevención; y al nivel humano, validar aún más el estado mental de las madres y la afectación que se tiene en distintos aspectos de la vida; ya que así podemos concientizar acerca de la misma.

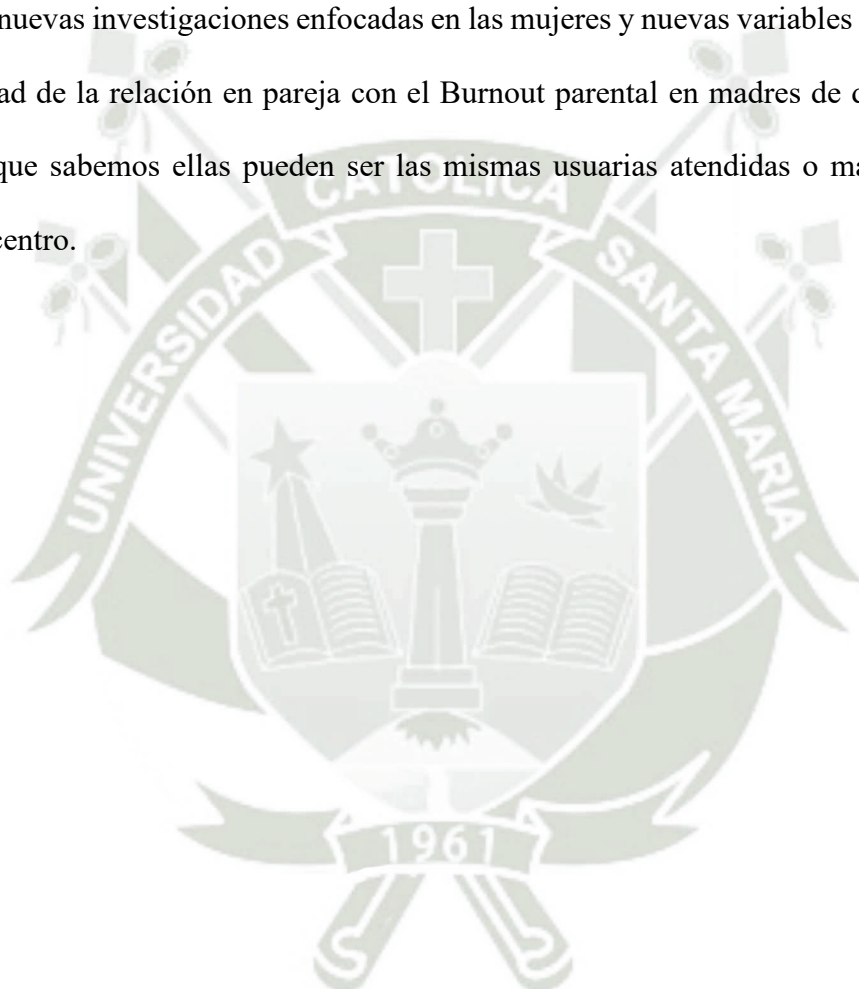
Es por ello, que se sabe que la relación en la pareja puede ir transformándose a lo largo del tiempo, debido a distintos factores tales como tener hijos, vivir con crisis familiares, factores económicos, acontecimientos que generan estrés los cuales afectan la diada parental; las familias recién formadas experimentan tensiones significativas (9), está evidenciado que con la llegada de un hijo a la familia, la calidad de relación en pareja se ve alterada y disminuye; sumando que actualmente las madres también trabajan, enfrentando a la vez, los desafíos en el mismo ambiente laboral y salarial.

Por lo tanto, en Perú, las madres que trabajan en entidades son representantes de un porcentaje significativo de la población peruana tal y como demostró el estudio “Perú Brechas de Género 2019: Avances hacia la igualdad de mujeres y hombres” que se realizó por el Instituto Nacional de Estadística e Informática (10), donde se encontró que al menos la mitad de la población son mujeres con 15 millones 919 mil 400 y de esta cifra, y de estas, 7 millones, son madres y el 68.8% de ellas trabaja (11), por lo que en nuestro país, es una realidad donde las madres afrontan distintos retos día a día.

Tal y como se menciona, la calidad de la relación en pareja va evolucionando; por lo que se puede desarrollar el Burnout Parental el cual en estudios menciona se manifiesta como una respuesta

prolongada al estrés parental crónico (12), el cual genera cambios físicos, emocionales y psicológicos que afectan en la crianza de los hijos. Por lo que se hace hincapié en las madres, ya que ellas están expuestas a mayores desafíos; ya sean laborales por las diferencias de género que existe o parentales por el estigma de “tener que cumplir” con el rol maternal.

Finalmente, el objetivo de esta investigación, ya que es viable por el acceso a la muestra y poder realizar nuevas investigaciones enfocadas en las mujeres y nuevas variables vinculadas, es asociar la Calidad de la relación en pareja con el Burnout parental en madres de del Centro Médico de Aplao, que sabemos ellas pueden ser las mismas usuarias atendidas o madres de usuarios del mismo centro.



HIPÓTESIS

Dado que la calidad de la relación en pareja tiene un impacto significativo en diversos aspectos de la vida, tanto a nivel físico como emocional y sentimental y al ser las madres las principales cuidadoras de sus hijos, es fundamental que cuenten con el apoyo de su pareja en el hogar. Por lo tanto, es probable que si no existe una buena calidad de relación en pareja se presente el síndrome de Burnout Parental en las madres del Centro Médico Aplao, Arequipa.

OBJETIVOS

General

Establecer la correlación que existe entre la calidad de la relación en pareja y el burnout parental de las madres del Centro Médico Aplao, Arequipa -2024.

Específicos:

- Precisar si existe una adecuada o inadecuada calidad de la relación en pareja en las madres del Centro Médico Aplao, Arequipa.
- Precisar el riesgo de burnout parental que existe en las madres del Centro Médico Aplao, Arequipa.
- Determinar la dimensión más recurrente de Calidad de la relación en pareja que existe en las madres del Centro Médico Aplao, Arequipa.
- Determinar la dimensión más recurrente de Burnout parental que existe en las madres del Centro Médico Aplao, Arequipa.



CAPÍTULO I.

MARCO TEÓRICO

1. Bases Teóricas

1.1. La familia y el ciclo de vida familiar

Acerca de la teoría general de sistemas, la organización o cualidades de un objeto no son lo que define un sistema como tal, sino las interacciones que existen con otros objetos (13). Cuando hacemos referencia a los sistemas familiares, los objetos llegarían a ser las personas junto a sus interacciones basadas en la comunicación. Estos mismos patrones y mecanismos de comunicación que existen son los que crean conexiones entre los miembros de la familia y por lo tanto definen el sistema familiar.

Tal y como mencionan Espinal et al. (14) es importante resaltar que la familia es una totalidad, un conjunto, una Gestalt que aporta una realidad más allá de únicamente la suma de las individualidades, más allá de los mismos miembros que componen la familia. Como tal, esta totalidad se construye a través un sistema de valores y creencias que son compartidos, por las experiencias vividas a lo largo de la vida, por las costumbres y rituales que se van transmitiendo de generación en generación. Además, existe una estructura, al igual que cualquier sistema, la familia tiene una, la cual es la organización de la vida diaria la cual incluye unas reglas de interacción específicas y un comportamiento tal que establezca una jerarquización de las relaciones entre sus los mismos miembros.

Además, mencionamos el propósito que tiene una familia, la importancia de las metas del sistema familiar es en principio asignadas por la misma sociedad, y luego cada familia las vuelve suyas; y son básicamente la protección y educación de los hijos y como se integran a la misma comunidad de manera activa. Asimismo, la familia se va organizando con sus reglas y planteando sus propias metas y objetivos para lograr alcanzarlos, plantea sus propias estrategias, tal y como mencionan Espinal et al. (14) la autoorganización de la familia se une a la capacidad de poder lograr una retroalimentación, es decir, de juntar información sobre el

proceso de desarrollo familiar, sobre los mismos niveles de logro de estas metas y sobre la efectividad de las reglas junto a las estrategias utilizadas.

Según la teoría de estos sistemas familiares, los mecanismos de comunicación son en doble dirección (bidireccionales), y como ya se mencionó, estos procesos reaccionan a la retroalimentación; de este modo estos circuitos de retroalimentación positiva producen el cambio, a diferencia de los circuitos de retroalimentación negativa los cuales afirman un status quo, es así como McCubbin y McCubbin (15) describieron que existen características familiares importantes como 1. celebrar eventos especiales, 2. La salud y 3. comunicación, y dieron a conocer cómo las diferentes distribuciones de estas características lograron mejorar o retroceder la resiliencia familiar cuando se presenta una crisis familiar en las etapas del ciclo familiar.

Probablemente el modelo de sistema familiar más difundido es el modelo circumplejo desarrollado por Olson y colegas (16), ya que menciona que las dimensiones familiares sustanciales son la cohesión, flexibilidad y comunicación. La cohesión familiar se define como el vínculo emocional que existe entre los miembros de la familia. La flexibilidad familiar es la capacidad de poder adaptar el liderazgo según circunstancias que se presenten, los cambios de roles, así como las mismas reglas de la familia, según se vea por conveniente. Y la tercera dimensión que es la comunicación familiar, está relacionada con las habilidades y capacidades de escuchar de la familia, nos referimos a lo que es la empatía, atención, habilidades de habla de cada uno, el poder compartir los sentimientos de cada uno, ser claro, escucha activa y respeto, por lo que podemos estar refiriéndonos a la comunicación asertiva. El modelo circumplejo de Olson (16) describe cómo ciertas combinaciones específicas entre los distintos niveles de cohesión y flexibilidad tienen una relación directa con la calidad de la comunicación y cómo afectan en el funcionamiento de la familia. Según el modelo circumplejo, cuando existe una combinación aceptable entre cohesión y flexibilidad pueden llegar a existir sistemas

familiares equilibrados los cuales tienen una comunicación positiva entre los mismos miembros de la familia y una adecuada respuesta frente a situaciones de crisis o estrés. A diferencia de las combinaciones de niveles más fuertes de cohesión, donde están desvinculados o enredados, y flexibilidad que es caótica o estática/rígida, perjudican todo el funcionamiento familiar y logran producir reacciones negativas entre los miembros de la familia. Ambas dimensiones, cohesión y flexibilidad, son importantes ya que determinan el tipo de comunicación que habrá dentro de la familia, y estos patrones de comunicación determinan cómo una familia podría desenvolverse entre la composición de la interacción entre cohesión/flexibilidad. Por lo tanto, si no existe una comunicación adecuada en la familia, el sistema familiar llega a ser alterado frente a una crisis o situación de estrés. En términos generales, las familias, aunque estén equilibradas pueden afrontar eventos de estrés o crisis y regresar a la “normalidad” dentro de su contexto, después de haber superado la crisis; poniendo en práctica sus recursos y herramientas como familia para enfrentar dichas situaciones.

1.1.1. Rol de la madre en la crianza de los hijos

Como fuimos mencionando la familia es el primer contacto que tenemos con la sociedad, juega un papel fundamental en el desarrollo humano, ya que tiene el control de este, como poder reestructurarlo, en promover la formación de personas con valores e ideales, con opiniones propias; hay que tener presente que se enfoca en las madres como las primeras cuidadoras. Después de haber formado una familia y después de la llegada del primer hijo, la distribución de las tareas y los roles familiares tiende a ser conservador y tradicionales. Cuando un niño nace los padres atienden sus necesidades tanto físicas como emocionales, para responder a ello y poder asegurar el sustento económico, normalmente el padre asume el rol de proveedor, quien piensa que tiene que trabajar aún más e invertir más tiempo en su profesión y menos tiempo dedicado a cuidar a los hijos; ya que se supone que la madre debe ocuparse del niño y de las tareas del hogar.

No obstante, esta distribución “tradicional” de los roles en el hogar está empezando a dar un giro y cambiar, donde las esposas también trabajan y tanto el padre como la madre se dedican a las tareas de cuidar el niño y del hogar. Por lo tanto, si se toman en cuenta todas las formas de tarea, que implican la limpieza del hogar, cuidar a los hijos, cocinar, entre otras; se hace necesario observar y hacer hincapié que, en comparación con la madre, el padre realiza pocas tareas, tal y como menciona Amarís (17) se ven más como una colaboración a las tareas del hogar, lo que significa que aún las tareas domésticas están bajo la responsabilidad de la mujer. En la antigüedad se creía que la mujer estaba destinada solamente a dar la vida, criar a los hijos, atender a su esposo y dedicarse a cumplir las tareas del hogar; podemos ser conscientes que ese enfoque estaba desactualizado; porque actualmente en nuestra sociedad, donde vivimos frenéticamente contra reloj y el dinero; una mujer no puede dedicarse únicamente a las tareas del hogar, y más aún, si por diversos motivos de la vida es madre soltera (18).

A pesar de que los roles han ido cambiando, la sociedad, nuestra sociedad está formada en un contexto más clásico, donde estos cambios de roles son más difíciles de aceptar, y que el esposo es más proveedor mientras que la mujer más cuidadora; es verdad que ya muchas familias han asumido este cambio de roles, pero aún se vive con muchos prejuicios y mentalidad antigua. Incluso, la PUCP en el 2022 (19) realizó un estudio: “Familia y Roles de Género” donde se hacían preguntas referentes a los roles de género. La encuesta fue aplicada a una muestra de 1200 personas (muestra rural), que fue mediante entrevistas telefónicas. Las preguntas eran referentes a sus actitudes frente a la diferencia tradicional de los roles de género, en este caso de las labores domésticas, el objetivo era ver que tanto habían cambiado estos estereotipos y prejuicios en 10 años y con los del 2022. Se pudo evidenciar que el 76% del total de las personas encuestadas están de acuerdo o satisfechas con la frase “Una madre que trabaja puede tener con sus hijos una relación tan cálida y estable como una madre que no trabaja”. Esto significa un cambio en la mirada tradicional del rol femenino en el hogar que hace 10 años. Sin embargo,

el 25.1% de las personas encuestadas bastante de acuerdo con la frase “El deber de un hombre es ganar dinero; el deber de una mujer es cuidar de su casa y su familia”, lo cual deja en evidencia que aún existe un porcentaje considerable de personas que aún tienen una idea tradicional de roles de género, lo que significa que aún falta mucho.

1.1.2. Relación de Pareja

Al verse desde una perspectiva que va evolucionando, las relaciones de pareja forman parte importante del desarrollo de las personas y que, en la gran mayoría de veces, son las siguientes: Lograr mantener un ambiente que brinde estabilidad para así poder asegurar una adecuada crianza de los hijos. También encontramos el brindar intimidad, compromiso, amistad, afecto, la satisfacción sexual, compañía, poder crecer personal y emocional, como un ideal de desarrollo de la identidad y la autoestima que ocasionen bienestar en la pareja.

Por lo mismo Ares (20), menciona que la relación de pareja es un subsistema de la familia, que ayuda y permite poder tener sentido de identidad y pertenencia, lo que ocasiona que exista bienestar, autoestima, así como también en el desarrollo social; es por ello, la relación entre la pareja se logra identificar como las más importantes y afectivas que se pueden dar durante la vida, escénicamente en la adultez. Es en este momento de la relación donde los límites empiezan a surgir para que exista un balance entre la individualidad y autonomía de cada uno, gracias a reglas flexibles; y solo se logra cuando cada uno de los miembros identifica y respeta los límites de cada uno y de su relación, creando una conexión segura y estable.

Asimismo, es importante hacer hincapié en que una relación de pareja es brindarse soporte emocional mutuamente, ya que las necesidades emocionales que tienen las personas se satisfacen, así como el hecho de sentirse acompañados en las distintas etapas de la vida, por ejemplo, el caso de convertirse en padre o madre por primera vez, que trae consigo un clima distinto y nuevo pero lleno de amor y aventura donde el apoyo entre ambos es elemental. En este ángulo se mantiene lo que es el hogar y la forma de criar a los hijos, que es parte de las

funciones principales del ser humano, donde cada pareja logra establecer por acuerdo mutuo, prioridades y la toma de decisiones sobre diferentes ámbitos de su vida, como la gestión del tiempo, la funcionalidad y uso del dinero, donde se toma en cuenta las necesidades personales de cada uno; considerando que en la actualidad la mayoría de las parejas, ambos trabajan fuera del hogar y deben compartir más tareas familiares procurando que sean equitativas y posibles. Por lo tanto, la pareja es quien ayuda a afrontar estos retos, asumiendo las responsabilidades y en la medida de lo posible manejar el estrés; solo si hay la estabilidad necesaria y mantener flexibilidad para nuevos retos y lograr la adaptación conjunta. Finalmente, la satisfacción sexual que es necesaria en una pareja ya que es parte de la intimidad como tal, están junto a la comunicación, la pasión y la expresión de afecto que son fundamentales en una relación de pareja y trae consigo el bienestar físico como emocional.

1.1.3. Evolución de la relación de pareja

Al iniciar una relación, tenemos la primera etapa donde la pareja realiza el primer contacto y establece la relación como tal, es la etapa donde se están conociendo y empezando a planificar a futuro, surgiendo las expectativas donde se definen las pautas sobre la intimidad y comunicación que se llevarán durante la relación. Es la etapa donde la pareja está más conectada y pasa mayor tiempo juntos. Posteriormente se da el inicio de vivir en convivencia, la pareja ya está consolidando su relación y establece acuerdos mutuos de convivencia que van acorde a la intimidad emocional y sexual de cada miembro. Al juntarse siendo dos personas con estilos de crianza y costumbres distintas, se irán conciliando acuerdos para poder equilibrar los estilos de vida que cada uno tiene y sus propias expectativas, con el fin de llevar hacia adelante su relación, favorecerla y fortalecerla, antes de que nazcan los hijos.

La siguiente etapa es el cambio hacia la paternidad y maternidad, la que empieza desde que nace el primer hijo/a hasta que se independicen de los padres. Además, es importante resaltar el impacto que potencialmente tienen la maternidad y la paternidad sobre la misma trayectoria

de vida, junto al hecho que es una situación que la vive casi todo el mundo, ocasionan que la etapa de convertirse en madre y padre sea una de las transiciones más normativas y destacadas de la vida adulta (21). Es en este proceso donde la pareja puede desarrollar diversas habilidades parentales, tales como la comunicación asertiva, la negociación y la toma de decisiones, pero sobre todo aprender a trabajar en equipo con su pareja. Bastantes estudios confirman que en esta etapa la pareja y la calidad de la relación va cambiando, ya que existe menos tiempo de calidad juntos, las tareas del hogar empiezan a cambiar, donde se ha demostrado que la mujer comienza a sentirse más agobiada, los hábitos ya no son los mismos, tal y como mencionan Hidalgo y Menéndez (21) es consecuencia mermar la satisfacción que ambos cónyuges perciben acerca de la misma. Para Gillis y Roskam (22) encontraron en su estudio que la relación que tiene la pareja también es afectada por la crianza y viceversa, además que en los resultados se halló que existe mayor burnout parental si la pareja no apoya a la otra persona en el hogar, por lo que puede llegar a ocasionar una relación conflictiva de padres con hijos. Incluso, Prandstetter et al. (23) mencionan la insatisfacción de la pareja se ve vinculada al Burnout parental que puede llegar a existir, y más si no hay el suficiente apoyo entre la pareja. A lo largo de los años como padres, existen diversos cambios, las diferentes etapas de vida que también van atravesando los hijos/as, donde se van transformando de niños, en adolescentes, en jóvenes y en adultos, hasta que dejan la casa, y comienza otra etapa para la pareja, post paternidad, donde les puede permitir volver a conocerse como pareja, pasar más tiempo juntos y dedicarse a nuevos proyectos y metas que puedan tener en mente.

1.1.4. Calidad de Relación de pareja

Sabemos que la calidad de la relación en pareja puede darse a entender como características comunes donde la pareja tiene actitudes conjuntas y se busca un compromiso recíproco para que así se logre generar una sensación que brinde confianza, seguridad o compañía.

También podemos definir la calidad de la relación de pareja como el grado en que cada uno de los miembros de la pareja mantienen su intimidad, sus demostraciones de afecto y apoyo mutuo, tal como lo encontraron diversas investigaciones donde concluyeron que las parejas que tienen una buena calidad y cercanía en sus relaciones muestran mayores niveles de bienestar (1). Sin embargo, a lo largo de los años, la relación de pareja va cambiando, ya sea por diversos factores familiares que se van presentando, como el tener hijos, situaciones desafiantes, etc. Por lo tanto, si no existe un ajuste en la pareja por cada uno de los miembros, este estrés los afecta y más en su relación parental (vínculo de padres con hijos) y aumentan los conflictos en casa; tal y como dicen Casais et al. (24) en su estudio en que las prácticas de crianza la que en los hijos juegan un papel sustancial.

La relación de pareja debe tener en cuenta distintos factores que pueden observarse y a la par se pueden medir lo que logra evidenciar las diferentes dimensiones que fueron planteadas por Sternberg (25) conocido con su modelo de la renombrada teoría triangular del amor: se tiene a la intimidad como fin para promover el bienestar de la persona la cual se ama teniendo una relación cercana donde exista confianza una gran cercanía sentimental y emocional; pasión como una necesidad de entregarse haciendo alusión a la parte carnal y física de la pareja; y compromiso, como la toma de decisión de amar a la otra persona donde se le corresponde y se mantiene la palabra que se ha dado como tal la pareja.

También están las dimensiones planteadas por Montesino (26) dividida en tres grandes ámbitos: primero está el ajuste diádico, referente al grado de armonía que existe en la relación, y compuesta por la capacidad de disfrutar juntos como pareja y la continuidad de esta interacción (actividades cotidianas que son compartidas como comer, salir, ver televisión, etc.), la segunda es la magnitud en la que se tienen acuerdos mutuos en sus objetivos de vida, con sus amigos y tomar decisiones relevantes, junto a la posible aparición de pensamientos y/o ideas que puedan existir de romper la relación; se tiene además a la comunicación que existe en la pareja, la cual

se mide con la frecuencia, la gravedad y la forma de resolver los conflictos; finalmente está el clima emocional, el cual hace referencia al tipo de apego, la pasión, la seguridad que exista en la pareja, el disfrute que tienen juntos, la cohesión y apoyo de pareja, el compromiso o la presencia de los problemas que pueden existir en cualquier relación, los cuales pueden ser: los celos, la posesividad, e incluso el no estar tan implicado en la vida familiar.

Asimismo, otro componente indispensable en lo referente a las relaciones de pareja es el apego (26), ya que, se ha encontrado que las parejas con un estilo de apego que no sea el evitativo puede que tengan una mejor relación. Es por ello, que se menciona que, al haber evitación mutua, tanto emocional como de temas importantes al inicio, aparentemente tendrían un sistema matrimonial adecuado y funcional; porque puede que no enfrenten situaciones estresantes, pero la verdad es que el evitar conflictos a la larga trae realmente más consecuencias negativas, ya que provoca desconexión y distanciamiento entre la pareja. Estos resultados demuestran que las parejas que normalmente evitan conflictos son capaces de minimizar los problemas y tener percepciones idealizadas.

Por ello, hace referencia a la estabilidad o el poder tener perspectivas adecuadas para seguir con la relación, y es así como el ajuste marital o diádico, será el evaluado, y la satisfacción diádica que existe entre los miembros, en un ámbito personal y familiar dentro del desarrollo de la vida de una persona; son los sentimientos y las características de la relación que se determinan como positivas (27). Incluso el mismo valor del ajuste diádico en situaciones de riesgo psicosocial fue investigado por Arenas e Hidalgo (28) ellos encontraron que los hombres y mujeres mantenían niveles medios a altos de apoyo mutuo en la relación y realmente la minoría registraba que no existía apoyo en la pareja, haciendo hincapié en el uso de la negociación como estrategia. Por lo tanto, estos resultados pueden significar cuando se encuentran con familias en situación de riesgo psicosocial no llegan a presentar dificultades

graves relacionadas a su ajuste diádico. Sin embargo, sí encontraron que están en desventaja en comparación a la población.

1.1.5. El ajuste diádico. Componente de la calidad de la relación de pareja

El ajuste diádico como tal, se define como la armonía que pueda existir en la pareja y tiene cuatro aspectos que la componen: el consenso, la cohesión, la expresión afectiva y la satisfacción con la relación (5).

- a) El consenso diádico se refiere al nivel en el que la pareja se encuentra de acuerdo en diferentes ámbitos de la vida, por ejemplo, las relaciones con la familia y amigos, el tiempo de calidad juntos, las tareas del hogar, los ideales de vida, el manejo de dinero, la toma de decisiones, la crianza de los hijos, etc. El consenso tiene relación en cómo se resuelven los conflictos, y cómo logran ponerse de acuerdo, si este no existe puede afectar la estabilidad en la relación, a lo que se suma la afectación en los hijos.
- b) La cohesión diádica entre cónyuges hace referencia a que tanto se implican como pareja en tareas conjuntas, como las metas y sueños compartidos, las conversaciones, las actividades; lo que provoca que la relación de pareja se fortalezca y por eso, tiene relación con la satisfacción y estabilidad de la relación, es importante saber que, compartir actividades de relax juntos, como ir a bailar, salir, comer juntos, visitar a familia y amigos, ver películas, practicar deportes, ir al teatro; mejora la satisfacción conyugal, ya que lo importante es la calidad de tiempo que se dedican como pareja, mas no la cantidad.
- c) La expresión afectiva también es otro componente sumamente importante que incluye tanto las demostraciones de cariño y afecto como la satisfacción también en las relaciones sexuales.
- d) La satisfacción diádica en la pareja se puede definir como un estado donde se sienten contentos con las expresiones, experiencias, interacciones y las expectativas que tienen

como pareja, lo que significa que la satisfacción es el resultado de si existe calidad en la relación entre la pareja o no.

En resumen, estos cuatro aspectos del ajuste diádico están totalmente correlacionados, y forman parte sustancial de la calidad de la relación entre la pareja como tal.

2. Burnout Parental

El síndrome de Burnout se ha evidenciado más que nada en el ámbito laboral, es un fenómeno que desgasta de manera continua a las personas y conlleva a un agotamiento físico, mental y emocional producido por las exigencias laborales; como sabemos es sinónimo de un estrés agravado, el cual según Rodríguez (29) se ha logrado identificar como una variable evidenciada una cantidad de veces significativa como diagnóstico y ha sido estudiada aún más en los últimos tiempos.

Sin embargo, mientras más se investiga, se logra evidenciar que este tipo de desgaste va más allá del ámbito laboral. Es así como, el Síndrome de Burnout Parental hace referencia a un síndrome que afecta a los padres los cuales están expuestos a estrés parental crónico y lidiar con ese estrés es muy difícil (30) lo que está relacionado directamente a la paternidad, y ocasiona cuatro síntomas principales: agotamiento del rol parental, sobrecarga y pérdida del placer de la paternidad, distanciamiento emocional de los hijos, la falta de identificados entre los padres y sus expectativas personales. Este síndrome no es muy notorio, pero afecta mucho a los padres de manera física, mental y emocional; especialmente a las madres, tal y como mencionan Márquez y Sotomayor (4) ya que ellas deben cumplir altas demandas en la crianza de sus hijos, los deberes del hogar, trabajar fuera de casa y cumplir en todas estas funciones de la mejor manera, lo que ocasiona un estrés crónico que le provoca malestar y un desajuste continuo.

2.1.1. Precedentes

El término Burnout Parental surgió por primera vez en 1983, cuando Edith Lanstrom publicó *Christian Parent Burnout*, un libro que consistía sobre el agotamiento emocional vivido especialmente por padres cristianos. Ese mismo año, Procaccini y Kiefafer presentaron *Parent Burnout*, en donde argumentaban que el rol parental como tal, podía llegar a ser una fuente significativa de desgaste, especialmente en aquellos padres que estaban involucrados de manera intensa y con altas expectativas (31). Aun así, durante mucho tiempo fue difícil aceptar frente a la gente que muchas veces el deseo profundo de ser padres podía tener consecuencias negativas. Es por ello, que quizá, los pocos estudios que se realizaron en las décadas siguientes se centraron mayormente en padres de hijos con enfermedades crónicas o graves, dejando de lado la posibilidad de que este agotamiento podía ser parte de la vida diaria de muchos padres, sin importar el contexto.

Desde la psicología, el enfoque que dominaba también tendió a dejar en segundo plano a los padres. La mayoría de las investigaciones relacionadas al estrés familiar tenían mayor relación con el desarrollo del niño y sus necesidades, lo cual es comprensible, pero impidió que se pudiera ver como afectaba también a los cuidadores de los niños, es decir, los padres. Durante años, los padres fueron únicamente percibidos como un medio para alcanzar el desarrollo óptimo de los hijos, una idea reforzada incluso por las percepciones de la sociedad como la Convención sobre los Derechos del Niño, que establece que los adultos deben actuar siempre a favor del bienestar del niño. Esta visión ha contribuido a una especie de "instrumentalización" de los padres, como si su rol no tuviera un valor propio como tal, sino únicamente en función de sus hijos y su bienestar (32).

No fue hasta 2015 que Isabelle Roskam y Moïra Mikolajczak, psicólogas y madres, decidieron explorar de manera directa el burnout parental. Desde su propia experiencia personal y profesional, comenzaron a investigar si este fenómeno existía realmente, cuáles eran sus

causas, cómo se manifestaba y qué consecuencias podía tener. Más adelante, en 2017, junto con Marie-Emilie Raes, desarrollaron y validaron una herramienta para medir el burnout parental, lo que permitió demostrar que no se trata simplemente de una adaptación del burnout laboral, sino de una condición con sus propias consecuencias, características y morbilidades. Este avance abrió la puerta a nuevas investigaciones en distintos países, en diferentes contextos y realidades.

Aunque este campo de estudio todavía está en desarrollo, la pandemia del COVID-19 evidenció esta situación sin poder volver atrás. El confinamiento obligatorio en todo el mundo hizo totalmente visible el nivel de estrés que muchos padres ya venían acumulando. En muchos casos, ese estrés se transformó en un síndrome que no solo afectó la salud física y mental de quienes ejercen el rol de ser padres, sino que también ocasionó que las relaciones familiares se vean afectadas de manera negativa. Esto dejó en evidencia algo que muchos padres probablemente ya sabían empíricamente: que cuidar también agota, y que reconocer ese cansancio no nos hace peores padres, sino más humanos y reales.

2.1.2. Consorcio

El Consorcio para la Investigación Internacional del Burnout Parental, conocido por sus siglas en inglés como IIPB (International Investigation of Parental Burnout), fue creado por iniciativa de las investigadoras Isabelle Roskam y Moïra Mikolajczak, con el objetivo de profundizar en el estudio de este fenómeno desde una perspectiva global. Su propósito principal es examinar la validez conceptual del burnout parental, su prevalencia y cómo varía según el contexto cultural en diferentes partes del mundo (30). Actualmente, el IIPB está conformado por distintos especialistas de más de 45 países, quienes forman parte en la identificación de los factores que influyen en el desarrollo del burnout en madres y padres, tomando en cuenta variables como los roles de género, las expectativas sociales, el contexto cultural, los diferentes ideales y tradiciones, etc.

Este enfoque intercultural ha sido sustancial y determinante para comprender que el burnout parental no se presenta de forma homogénea, sino que se ve influenciado por las diferentes condiciones sociales, económicas y culturales en las que se desarrolla la parentalidad. En el caso del Perú, la investigación está a cargo de la Dra. Denisse Manrique, docente e investigadora asociada a la Universidad de Lima, quien es la representante del país, para poder comprender esta realidad, la cual no es muy visible aún y afecta a miles de familias en el país.

2.1.3. Evaluación

El primer intento por desarrollar una herramienta hecha para evaluar el burnout parental se dio a conocer en el 2017 con la creación del Inventario de Burnout Parental (PBI), elaborado por Isabelle Roskam, Marie-Emilie Raes y Moïra Mikolajczak. Este instrumento fue una adaptación del famoso Inventario de Burnout de Maslach (MBI), utilizado normalmente para medir el burnout en el ámbito laboral. Para poder adecuarlo al ámbito de la parentalidad, los ítems del MBI fueron modificados y nuevamente organizados en un cuestionario de 22 preguntas con siete opciones de respuesta, calificadas en una escala de 0 a 6. Al igual que el instrumento original, se mantuvieron las tres dimensiones principales: agotamiento emocional, satisfacción personal y una tercera dimensión que, en este caso, no fue la despersonalización (como en el ámbito laboral), sino distanciamiento emocional.

Este último cambio fue especialmente significativo, ya que al nivel laboral se toma un distanciamiento de los compañeros de trabajo, o se interpretan como números en una ocasión, deshumanizándolos, a diferencia de los padres con los hijos. En lugar de ello, tienden a tomar distancia emocional de los hijos como mecanismo de defensa frente al cansancio. Este cambio fue clave para lograr la adaptación del instrumento con la sensibilidad y experiencia necesaria de la parentalidad (31).

El PBI organizó sus dimensiones de la siguiente manera: 8 ítems para agotamiento emocional, 8 para distanciamiento emocional y 6 para satisfacción personal. Aunque los resultados de su

validación mostraron que el instrumento era confiable y válido para medir el burnout parental, su principal limitación fue que originalmente era un instrumento para medir el burnout laboral. Reconociendo esta limitación, en 2018 las investigadoras Roskam, Maria-Elena Brianda y Mikolajczak decidieron construir un instrumento que sea completamente nuevo, basado desde el inicio en la experiencia subjetiva de ser madre o padre. Así nació el Parental Burnout Assessment (PBA). Para desarrollarlo, realizaron un análisis de fenómenos que se logren interpretar mediante entrevistas profundas con cinco madres voluntarias que habían experimentado agotamiento parental. De estos testimonios surgieron inicialmente 52 ítems que recogían de forma muy cercana pensamientos, emociones y vivencias propias del rol como padre/madre. Dos de esos ítems fueron descartados por razones éticas, y los 50 restantes se utilizaron en una encuesta aplicada a una muestra de 901 padres.

Los resultados permitieron identificar cuatro dimensiones centrales del burnout parental: agotamiento relacionado con el mismo rol como tal, el contraste con uno mismo como padre anteriormente, sentimientos de saturación, y distanciamiento emocional con los hijos. Para eliminar ítems duplicados o ambiguos se revisó nuevamente y así, el instrumento final quedó compuesto por 23 ítems distribuidos en esas cuatro dimensiones: 9 para el agotamiento, 6 para el contraste con el yo parental anterior, 5 para la saturación y 3 para el distanciamiento emocional.

El formato de respuesta y la escala de calificación se mantuvieron igual que en el PBI, facilitando que las investigaciones continúen. La validación de este instrumento confirmó que, si tenía una base psicométrica, lo que ha ocasionado que actualmente el PBA pueda ser el instrumento de referencia para el estudio del burnout parental en diversas investigaciones a nivel internacional.

2.1.4. Dimensiones

La Escala Parental Burnout Assessment (PBA), desarrollada por Roskam et al. (7), evalúa el síndrome de agotamiento parental a partir de cuatro dimensiones fundamentales que reflejan el deterioro progresivo del bienestar psicológico en el ejercicio de la parentalidad. En el contexto peruano, esta escala fue adaptada y validada por Manrique-Millones (8), conservando sus propiedades psicométricas y estructura factorial original. A continuación, se describen las dimensiones que la componen:

- a) **Agotamiento emocional relacionado con el rol parental:** Esta dimensión evalúa el cansancio extremo y la sensación de estar emocionalmente desbordado(a) debido a las exigencias constantes de la crianza. Las madres o padres experimentan una pérdida de energía que afecta su capacidad para enfrentar el día a día con sus hijos (7,8).
- b) **Contraste con el yo parental anterior:** Hace referencia a la percepción de un cambio negativo en la forma de ejercer la maternidad o paternidad, en comparación con el pasado. Los progenitores sienten que han dejado de ser los padres que solían ser, lo que puede generar culpa y frustración (7).
- c) **Pérdida de placer en el rol parental:** Evalúa la disminución o desaparición del disfrute que antes se experimentaba al estar con los hijos. Esta dimensión se manifiesta en una relación marcada por el deber y la rutina, más que por la alegría o la satisfacción emocional (7).
- d) **Distanciamiento emocional de los hijos:** Describe el proceso por el cual el padre o madre comienza a desconectarse afectivamente de sus hijos como una estrategia para protegerse del agotamiento. Este distanciamiento se expresa en una menor implicación emocional, acompañada de sentimientos de indiferencia o apatía (7,8).

2.1.5. Parentalidad

Ser padre o madre se ha tomado como parte de la vida, que como tal realmente no necesita de una preparación previa, porque tampoco la hay ciertamente; es por ello que la gente suele esperar que la paternidad sea sencilla, única y excepcional (33); lo que es verdad, ya que las emociones positivas aumentan, el énfasis en las recompensas, el sentido que se le da a la vida e incluso la integración social. También es sabido que la llegada de un hijo es un acontecimiento que cambia la vida de una persona de forma permanente.

Entonces, la parentalidad como tal es el conjunto de acciones y las responsabilidades que toman los padres o cuidadores al momento de criar y velar por los hijos. Fuera de la organización, la estructura o composición familiares, realmente lo que define la parentalidad son las actitudes que adoptan los padres y la calidad de relación que se establece con los hijos (34). De esta forma, se entiende que las competencias parentales nacen del equilibrio entre diversos factores: las condiciones psicosociales que rodean a la familia, la educación que los padres han brindado a sus hijos, y las propias características individuales de los niños (35).

Hablar de parentalidad implica, que el concepto de dinámica familiar es el conjunto de relaciones y organización que hay dentro de las familias. Esta dinámica se interpreta con la comunicación, el afecto, la autoridad, los roles y la composición familiar que existen. Estas son dimensiones que están profundamente influenciadas por factores al nivel psicológico, biológico y social, y de esta forma se determina como las familias interactúan entre sí, resuelven conflictos y construyen vínculos afectivos y funcionales.

Cada familia, según sus propias características, costumbres y contextos; establece normas, límites, jerarquías y roles específicos que rigen en su convivencia diaria. Estas reglas no solo permiten que exista armonía en el ámbito familiar, sino que también definen lo que se espera de cada uno de sus miembros. Cuando estos roles no se cumplen adecuadamente, o cuando las

reglas se rompen sin causa o porque no están bien definidas, pueden generarse tensiones o conflictos que afectan directamente la estabilidad emocional y bienestar en el núcleo familiar.

2.1.6. Causas del Burnout Parental

Aunque el burnout parental nace del resultado de un desequilibrio entre las demandas parentales y las respuestas psicológicas disponibles para afrontarlas, de esta forma se analiza con mayor precisión y así poder identificar los factores que predisponen a los padres a desarrollar este síndrome. En este sentido, resulta relevante destacar el caso particular de las madres, quienes, según diversos estudios, presentan una mayor vulnerabilidad frente a los efectos del estrés parental.

Numerosas investigaciones han evidenciado que las mujeres son más propensas a experimentar altos niveles de ansiedad (36), lo que las vuelve probablemente más sensibles a situaciones estresantes y con una mayor tendencia a querer evitarlas. Además, existe un ideal social de la “madre perfecta”, que está bastante arraigado a ciertas culturas, el cual impone una presión constante que genera sentimientos de insuficiencia o fracaso cuando no se alcanzan dichas expectativas (37). Este modelo inalcanzable no solo intensifica la carga emocional, sino que también impide que muchas madres no puedan ser capaces de identificar su propio agotamiento, ya que hacerlo podría interpretarse como una forma de “debilidad” frente a ese ideal que se ha impuesto.

Por otro lado, investigaciones como la de Le Vigouroux y Scola (38) sostienen que no existe una causa específica que explique el burnout parental, sino una combinación de factores de riesgo. Entre estos, se encuentran la baja autoestima, la presencia de niños menores de cinco años, una alta necesidad de control, una escasa inteligencia emocional y patrones de apego evitativo.

De manera complementaria, el estudio realizado por Mikolajczak et al. (12) mencionan que si bien el burnout parental es un fenómeno con diversas causas, los factores que más inciden en

su aparición no son tanto los sociodemográficos ni las características de los niños, sino más bien aquellos que están relacionados con las características personales de los padres, su estilo de parentalidad y el funcionamiento que tiene la familia.

No obstante, es importante señalar que esta investigación fue desarrollada en Bélgica, por lo que es fundamental considerar las diferencias culturales existentes con respecto a nuestro país. La influencia de la cultura en los distintos modelos de crianza, las expectativas parentales y el acceso a redes de apoyo puede modificar significativamente la manera en que el burnout parental se manifiesta. Por ello, es necesario seguir investigando, para poder entender bien cómo afecta este síndrome en nuestra realidad.

a. Organización de labores en el hogar. Existen componentes importantes en la organización familiar tal y como los patrones de comportamiento y la interacción que existe entre los miembros de la familia, la distribución de roles y las tareas que se logran repartir entre los miembros de la familia, lo que define tres características importantes que forman parte de la organización familiar. Primero tenemos la percepción de la distribución equitativa de las tareas, lo que significa como la familia se va desarrollando, teniendo en cuenta las cualidades y debilidades de cada miembro, las tareas y el tiempo de cada uno. Después, está la dimensión de acción de coordinar y definir cada una de las tareas del hogar y la ejecución de estas. Por último, se tiene la dimensión de la corresponsabilidad, que tiene que ver con la ejecución de las tareas, el repartir y dividir las tareas del hogar según corresponda a cada uno. La distribución de estas responsabilidades y la ejecución de las tareas del hogar puede ser el motivo principal de estrés para los padres. Estas responsabilidades pueden ser divergentes según las situaciones y contextos de cada familia, las cuales van de acuerdo con las cualidades específicas y únicas de los miembros que la integran, como la cantidad de hijos que hay o si hay personas adultas mayores que necesitan cuidados constantes o que no tienen los recursos necesarios que permitan realizar con facilidad sus tareas.

Incluso, el Instituto Nacional de Estadística en el 2008, dio a conocer la desigualdad de género que existe en cuanto los roles de género en el hogar. Según Gómez y Jiménez (39) la desigualdad se vio reflejada en la diferencia que existen entre el trabajo de hombres y mujeres, así como en sus salarios, resaltando que las mujeres siguen asumiendo la gran mayoría de las tareas del hogar, las cuales son preparar la comida, limpiar la casa, lavar la ropa y servicios, etc.

b. Diferencias en las responsabilidades de acuerdo con el género. En el Perú, al igual que en otros países de América Latina, persiste aún la desigualdad en la manera en que se trata a las personas según su género. Esta diferencia no recae únicamente en las mujeres, sino que también impacta en los hombres, quienes se ven atrapados por las mismas expectativas sociales que les exigen fortaleza, control y el rol de proveedores, entre otras responsabilidades. Esta brecha se relaciona con los llamados roles de género, los cuales integran aspectos psicológicos, sociales y culturales ligados tanto a la feminidad como a la masculinidad, y que se ha mantenido a lo largo de la historia. Bajo esta perspectiva, el género trasciende lo biológico o anatómico, ya que incluye pautas sobre cómo “debería” comportarse cada persona. A pesar del paso del tiempo, estos roles siguen profundamente arraigados en nuestra sociedad.

En este sentido, Calventi y Despradel (40) encontraron en su investigación en República Dominicana que el burnout parental se presenta con mayor frecuencia en las madres que en los padres, lo cual evidencia que ellas se enfrentan a mayores niveles de estrés parental crónico que repercuten en su vida cotidiana y en su maternidad. De manera similar, en Chile, la doctora Daniela Oyarce y el psicólogo Pablo Pérez-Díaz, en el marco del consorcio IIPB, identificaron que este país presenta una de las tasas más altas de desgaste parental al nivel latinoamericano, con un 6% frente a cifras considerablemente menores como la de Ecuador (0,2%). Nuevamente, son las mujeres quienes reportan mayor desgaste y estrés, pues sobre ellas recae de manera principal la responsabilidad de la crianza (3).

Este fenómeno se explica porque, culturalmente, la madre es vista como la encargada principal de la educación y el cuidado de los hijos: revisar tareas, ir a reuniones escolares, educar a los hijos, entre muchas otras labores. Por el contrario, cuando los padres participan en estas actividades, su involucramiento suele interpretarse como un “apoyo” o “favor” a la madre, en lugar de reconocerse como parte de sus deberes parentales. Esta inequidad en la distribución de responsabilidades aumenta el riesgo de burnout parental en las madres, quienes además suelen expresar con menor frecuencia su agotamiento.

Por lo tanto, todo este desgaste, las altas expectativas, las responsabilidades y los estereotipos de la sociedad con los que cargan las madres, tomando en cuenta sus propias expectativas que son altas; hay que aumentarle las exigencias que tienen las madres que trabajan y muy aparte de cumplir en casa, tienen que hacerlo en el trabajo; donde son expuestas a la crítica social y familiar, ya que si trabajan mucho y se dedican y ascienden en buenos puestos, se les insinúa que son “malas madres” y no están cumpliendo con su deber y por otro lado, si responden con todo lo del hogar, el mismo mundo laboral es difícil y es más difícil conseguir las metas como mujer, por ejemplo la desigualdad salarial, la falta de oportunidad, entre otras. Todo esto, como podemos ver, es claro que terminará en un burnout parental o desgaste como tal, llevándolas al distanciamiento y agotamiento emocional junto a la insatisfacción personal.

- c. **Estilo de vida.** La Organización Mundial de la Salud (41) describe el estilo de vida como la manera en que cada persona organiza y expresa sus hábitos y comportamientos, resultado de la interacción entre factores individuales, sociales, económicos y ambientales. Aspectos como la cultura, el entorno social, el nivel de ingresos y la dinámica familiar influyen en cómo se vive el día a día.

Desde esta perspectiva, el estilo de vida de los padres puede aumentar el riesgo de burnout parental. Los rasgos perfeccionistas, las dificultades para regular las emociones o la pobre gestión del estrés hacen que algunos progenitores sean más vulnerables al agotamiento. A esto se añaden

condiciones como la falta de apoyo emocional, ciertos estilos de crianza, la presencia de hijos con necesidades especiales, la carga laboral, la dedicación exclusiva al hogar o la ausencia de ocio, que también pueden favorecer la aparición del síndrome.

No obstante, no todos los padres con factores de riesgo desarrollan burnout. Este surge cuando las demandas externas exceden los recursos emocionales y psicológicos disponibles. Por ejemplo, una madre perfeccionista podría no llegar al desgaste si tiene tiempo para ella misma; o un padre con un hijo con necesidades especiales puede sobrellevar mejor la situación si cuenta con un apoyo real de su pareja.

d. Equilibrio entre la familia y el trabajo. En la actualidad, los cambios sociales y la incorporación progresiva de la mujer al mundo laboral han hecho que resulte cada vez más común que las madres trabajen fuera del hogar. Sin embargo, existen excepciones, como sucede cuando las condiciones económicas de la familia no lo necesitan o cuando las responsabilidades de cuidado y las tareas domésticas restringen la posibilidad de acceder a un empleo. Pese a estos avances, la desigualdad en las labores del hogar y el cuidado de los hijos continúan siendo un obstáculo para muchas mujeres, quienes enfrentan la dificultad de equilibrar las exigencias de su vida profesional con las expectativas sociales vinculadas a la maternidad. En un escenario ideal, existiría equilibrio entre el trabajo y la vida y así la madre podría dedicarse a cada uno de sus papeles como tal, reduciendo así las consecuencias negativas tanto en la dinámica familiar como en lo laboral.

Cabe señalar que el empleo no siempre constituye una carga adicional; en diversas ocasiones puede representar una oportunidad de “distracción” frente a las demandas del hogar, permitiendo a las madres interactuar con otros adultos, cambiar de ambiente y disminuir el nivel de estrés. El problema surge cuando los límites entre lo laboral y lo familiar se difuminan, como ocurrió durante la pandemia del COVID-19 en 2020, donde la coincidencia de ambos roles en un mismo espacio intensificó el riesgo de burnout, tanto parental como ocupacional.

2.1.7. Consecuencias del Burnout Parental

Así como el estrés como tal, el burnout parental no solo afecta la salud mental como tal, sino que llega a afectar la salud física, el desenvolvimiento en la familia y en el ámbito social. Las consecuencias más comunes son:

- a. Físicas.** El estrés se reconoce como un factor que deteriora significativamente la salud física, ya sea agravando enfermedades previas o contribuyendo a la aparición de nuevos problemas. En un estudio realizado en Bélgica por Córdova (42), mediante el análisis de muestras de cabello de padres con burnout parental, se encontró que sus niveles de cortisol (la hormona relacionada con el estrés) eran hasta el doble de los registrados en padres sin este síndrome, e incluso superaban los niveles observados en personas que padecían dolor crónico severo. Además, el estrés asociado al burnout puede manifestarse en diferentes alteraciones de la salud, tales como dolores de cabeza, problemas relacionados al sueño, hipertensión, depresión, gastritis que es un claro ejemplo de estrés, debilitamiento del sistema inmunológico, entre otras complicaciones.
- b. Psicológicas.** Los padres que atraviesan burnout parental suelen experimentar sentimientos intensos de culpa y vergüenza, ya que sienten que no cumplen con las expectativas de ser “buenos padres”, presión que se acentúa por el deseo constante de que sus hijos sean mejores que ellos, como suelen desear los padres. Este nivel de agotamiento puede que termine en conductas de escape, como lo son las adicciones o fantasías de evasión, así como el descuidar su propia apariencia, descuidar a los hijos e incluso ser más violentos con la familia, ya sea de manera física, psicológica o verbal, tanto hacia los hijos como en la dinámica con la pareja. A diferencia de lo que ocurre con el burnout laboral, en el que un trabajador puede elegir solicitar licencia/permiso o incluso renunciar, los padres no cuentan con la posibilidad de poder pedir “permiso/descanso” de su rol. Esta imposibilidad de

desvincularse como padres puede que, en los casos más graves, llevarlos a considerar salidas extremas, como abandono del hogar o incluso llegar a pensamientos suicidas (12).

c. Familiares. El agotamiento en uno o ambos padres puede desencadenar episodios de descuido o violencia que repercuten directamente en los hijos y en la pareja. En el caso de los niños, estos pueden reaccionar sintiéndose responsables de la situación familiar o respondiendo con conductas similares, lo que genera un círculo vicioso en la familia entre el padre o madre con burnout parental y sus hijos. Cuando el nivel de agotamiento es tan alto que se pierde la implicación emocional, pueden aparecer respuestas de violencia física o psicológica, lo que significa que los padres no pueden gestionar la situación. Para los niños, estas experiencias se ven como sentimientos de culpa, baja autoestima, desánimo e incluso síntomas depresivos, que evidencian un claro cambio de conducta en ellos. Por lo tanto, pueden aparecer conductas disruptivas, como berrinches o comportamientos desafiantes, que en muchos casos representan una forma de expresar que “algo no está bien” en la relación con sus padres y quieren hacerse escuchar de alguna manera.

En cuanto a la pareja, la relación conyugal también se ve afectada. La falta de apoyo en las responsabilidades parentales suele ocasionar los famosos reclamos y resentimientos, que pueden terminar en conflictos más severos, manifestados en violencia psicológica o emocional por la sobrecarga. Estos enfrentamientos pueden ser tanto del padre o madre con burnout que percibe que su pareja no le apoya realmente ni en las tareas del hogar ni en la crianza de los hijos, como también del malestar que la pareja presenta hacia quien padece burnout y hacia los hijos (32).

3. Análisis de antecedentes Investigativos

3.1. Antecedentes Internacionales

Calventi C. Gabriela y Despradel V. Diana. **Burnout Parental en la Pandemia del COVID-19. República Dominicana. 2021. (40)** El presente estudio tuvo como finalidad analizar en

qué sexo se presentan mayores niveles de burnout parental en parejas heterosexuales con hijos durante los periodos de confinamiento. Para ello, se empleó el instrumento Parental Burnout Assessment, al cual se le sumó una pregunta abierta orientada a explorar la dinámica familiar. La hipótesis planteada era que las madres presentarían niveles más elevados de burnout parental en comparación con los padres. Los resultados confirmaron la hipótesis evidenciando que las madres dominicanas obtuvieron puntuaciones significativamente más altas que los padres, lo que refleja que existe mayor exposición de las mujeres al estrés parental crónico, el cual posiblemente tiene repercusiones en su rol materno.

Pérez-Díaz Pablo A. y Oyarce C. Daniela. **Burnout parental en Chile y género: un modelo para comprender el burnout en madres chilenas. 2020 (3).** El presente estudio tuvo de muestra la base de datos chilena de la investigación internacional en parental burnout (IIPB), enfocándose en diferenciar el género en la población ($N = 430$). Para esto, se comparó entre ambos padres (madres y padres) a través de las escalas de evaluación de agotamiento parental (PBA). Las comparaciones de medias de rangos resultaron significativamente más altas en las mujeres a comparación de los hombres, a excepción de la dimensión de distanciamiento emocional.

Dubois A-C, Roberti-Lintermans M, Mallien Z, François A, Lahaye M, De Mol J y Aujoulat I. **How do exhausted parents experience their interactions with their children? A qualitative and participative study. (Cómo es la experiencia de los padres exhaustos en sus interacciones con sus hijos) Bélgica. 2024 (43).** Se realizó un estudio cualitativo mediante entrevistas que eran semiestructuradas, con padres exhaustos ($n=21$). El objetivo era comprender mejor sus aspectos generales. Las interacciones con sus hijos, así como la forma en que se comunican con ellos sobre su estado de agotamiento, sabiendo que lidiar con el sufrimiento de los padres puede tener un impacto a largo plazo en el niño. Los resultados revelan que los padres exhaustos experimentan una pérdida generalizada de control en todas

las áreas de sus vidas, particularmente en su interacción con sus hijos, lo que genera sentimientos de culpa y vergüenza.

Moreno P. Gilda Marianela y Moreta C., Marcos David. **Estilos de apego y calidad de la relación de pareja en adultos de la ciudad de Quito. 2023 (44)**. El apego como bien sabemos tiene su origen en la infancia y se va formando como tal y lo que tiene relación en cómo serán las relaciones; especialmente en pareja, puesto que el apego está relacionado directamente con el nivel de seguridad, autoestima y bienestar en la pareja; el objetivo principal de este estudio fue analizar la relación que existe entre los estilos de apego y la calidad de la relación de pareja. Para esta investigación participaron 80 parejas adultas entre los 18 y 60 años de edad, que tienen una relación de pareja. Se determinó que sí existe una correlación entre el estilo de apego y la calidad de relación de la pareja.

2.2. Antecedentes Nacionales

Illich B. Alexandra. **Calidad de la Relación de Pareja y el Bienestar Psicológico en una muestra de madres de Niños entre 1 y 5 años. Lima. 2020 (2)**. La presente investigación abordó la relación entre la calidad de la relación de pareja y el bienestar psicológico en una muestra de madres de niños de 1 a 5 años residentes en Lima. La muestra tuvo 221 madres cuyos hijos iban a instituciones privadas de educación inicial en un distrito de Lima. Para la recolección de datos se aplicó la Escala de Ajuste Diádico y la Escala de Bienestar Psicológico, respectivamente. Posteriormente, se analizó la correlación entre ambas variables, confirmando las hipótesis de la investigación. Los resultados lograron evidenciar la existencia de una relación directa y significativa entre las dimensiones del ajuste diádico y las áreas que conforman el bienestar psicológico.

Chavez E. Alejandra. **Relación entre la Maternidad intensiva y Burnout parental en madres que trabajan. Lima. 2021 (45)**. El objetivo de esta revisión fue identificar la relación entre la maternidad intensa y el burnout parental en madres trabajadoras de distintas

instituciones públicas y privadas. Los hallazgos demostraron que la maternidad intensiva tiene relación directa con mayores niveles de burnout, lo cual repercute de manera negativa tanto en como se perciben de manera personal como en el ámbito laboral dentro de la organización. Estos resultados ponen en evidencia la necesidad de diseñar e implementar políticas específicas orientadas a esta población.

Aguilar V. Carla. **Conductas parentales y estrés parental en padres de niños con 1 a 3 años de edad de Lima, Metropolitana. 2022 (46).** El presente estudio tuvo como objetivo principal determinar la relación entre las conductas como padres y el estrés parental en padres de niños de 1 a 3 años que viven en Lima Metropolitana. La investigación tuvo un diseño predictivo/asociativo y empleó un muestreo no probabilístico por conveniencia. La muestra estuvo conformada por 236 participantes, de los cuales el 11.01% fueron padres y el 88.98% madres, con edades entre los 21 y 57 años. Para la recolección de datos se aplicaron los instrumentos Inventario de Competencias Parentales (ICP; Lovejoy, 1999) y la Escala de Estrés Parental (PSI-1; Abidin, 1995). Los resultados afirmaron la hipótesis planteada, evidenciando que existe una relación negativa entre las dimensiones de las conductas parentales y los niveles de estrés parental.

2.3. Antecedentes Locales

Márquez A. Brenda y Sotomayor M. Karol. **Exploración del Burnout Parental en Madres de Familia de una Institución Educativa Pública, El Pedregal, 2021 (4). Arequipa.** La muestra estuvo conformada por cinco madres de la ciudad de El Pedregal, las cuales fueron evaluadas con el Parental Burnout Assessment (PBA) y elegidas al presentar indicadores positivos de este síndrome. Después, se realizaron entrevistas, cuyos resultados, analizados a través de un enfoque cualitativo, evidenciaron que el machismo y los roles de género que son fuertemente marcados generan una sobrecarga en las labores que se le encargan exclusivamente a la madre. Por el contrario, la figura paterna continúa siendo percibida principalmente como

proveedor. Esta situación ocasiona, que cuando existe ausencia de la madre por motivos laborales u otras responsabilidades, la responsabilidad recaiga en los hijos mayores. Asimismo, las clases virtuales representaron una carga mayor para estas mujeres, convirtiéndose en una causa significativa de preocupación y ansiedad.

Seperak V. Rosa. **Agotamiento parental, percepción del rol paterno y trabajo no presencial: Un estudio en madres peruanas en el contexto de la COVID-19. 2022.**

Arequipa (47). El presente estudio tuvo como objetivo analizar si existe agotamiento materno, el rol paterno y la percepción acerca del trabajo no presencial en una muestra de 426 madres peruanas entre 18 y 60 años. Para ello, se aplicaron el Parental Burnout Assessment, la Escala de Maternal Gatekeeping o control materno, una ficha sociodemográfica y un conjunto de preguntas abiertas. Entre los hallazgos, se identificaron niveles medios de agotamiento, los cuales se relacionan con el control materno. Asimismo, se observaron niveles medios de dichos comportamientos, dado que muchas madres consideran que los varones no tienen competencias para la crianza; sin embargo, de manera contradictoria, reconocen que el papel del padre podría contribuir a reducir el agotamiento de la madre. Finalmente, también se encontró que las variables como la edad y el nivel educativo tienen un papel importante.

Mamani Q. Gabriela. **Influencia de la calidad de vida de pareja en la asertividad de los adolescentes en la I.E N°40193 Florentino Portugal – Arequipa. 2013. Publicado en 2016**

(48). La muestra de estudio estuvo conformada por 133 adolescentes (entre 3° y 5°). Los resultados evidenciaron que la calidad de vida de pareja influye en la asertividad de los adolescentes como tal, siendo la expresión de afecto en las situaciones diarias el factor con mayor impacto. Asimismo, se encontró que la expresión afectiva en la relación de pareja ocasiona mayor asertividad en los adolescentes, destacando especialmente la capacidad de poder negociar. Del mismo modo, se observó que la cohesión, junto con la autoestima y la satisfacción de pareja, también tienen relación.



CAPÍTULO II. METODOLOGÍA

1. Tipo y nivel de investigación

1.1. Tipo de investigación

Investigación de tipo correlacional cuantitativa de cohorte transversal.

1.2. Nivel de investigación

Correlacional

2. Técnicas, instrumentos y materiales de verificación

2.1. Técnicas

Se utilizó la técnica de encuestas y evaluación psicométrica para recolectar datos y poder medir las características psicológicas de las variables Calidad de la relación y Burnout Parental. Además, se utilizó la técnica documental para poder tener información sobre las variables del estudio.

2.2. Instrumentos

2.2.1. Escala de Ajuste Diádico

La calidad de la relación de pareja se evaluó mediante la Escala de Ajuste Diádico (EAD), versión adaptada en España de la Dyadic Adjustment Scale (DAS) elaborada por Spanier en 1976. Este instrumento fue creado para poder medir el nivel de ajuste en matrimonios y otras diadas, y puede ser aplicado a toda persona que tenga una relación en pareja y convivan (5). Spanier interpreta el ajuste diádico como un proceso que varía a lo largo del tiempo y tiene cuatro dimensiones principales:

Primero está la Satisfacción diádica: evalúa el nivel de satisfacción que existe en la relación de pareja y también el grado de compromiso para su continuidad.

La segunda es el Consenso diádico: hace referencia al nivel de acuerdo entre los miembros de la relación en cuanto a los diversos aspectos relevantes en la relación.

Como tercera es la Cohesión diádica: la cual mide el grado en que la pareja realiza actividades conjuntas y se involucra.

La última es la Expresión afectiva: la cual valora la satisfacción con la expresión de afecto que existe dentro de la relación, incluyendo el ámbito sexual.

La escala, es decir el DAS, está compuesta por 32 ítems, distribuidos en: 13 para consenso diádico, 10 para satisfacción diádica, 5 para cohesión diádica y 4 para expresión afectiva. Los ítems se responden en formato Likert, con opciones de cuatro, cinco o seis puntos, además de dos ítems de tipo dicotómico. Doce reactivos están redactados de forma directa y veinte de manera inversa. El puntaje total se obtiene a través de la suma simple de los ítems, alcanzando valores entre 0 y 151, donde una mayor puntuación refleja un mayor nivel de ajuste. Aunque la escala no cuenta con baremos oficiales, diversos autores proponen **un punto de corte de 107, comúnmente utilizado para diferenciar entre parejas con buen o mal ajuste (5).**

En cuanto a la confiabilidad, Spanier y Thompson (49) reportaron un alfa de Cronbach entre .91 y .96 para la escala global, y entre .73 y .94 para las subescalas. Respecto a la validez de estructura interna, el análisis factorial exploratorio reveló que las cuatro dimensiones explicaban el 94% de la covarianza entre ítems. Posteriormente, Bornstein y Bornstein (50) realizaron la adaptación al español del instrumento (DAS). Asimismo, Ortiz, Gómez y Apodaca (51) emplearon esta versión, obteniendo un alfa de Cronbach de .80 para la escala total.

En el contexto peruano, Gadea (6) desarrolló un estudio psicométrico de la Escala de Ajuste Diádico, con una muestra de 588 mujeres entre 18 y 65 años, usuarias de centros de salud en Nuevo Chimbote. El análisis factorial confirmatorio, realizado mediante el método de mínimos cuadrados no ponderados, confirmó la presencia de una estructura de cuatro factores, con un índice de bondad de ajuste superior a .90, lo que respalda que la muestra es representativa. En este estudio, las correlaciones de la dimensión consenso oscilaron entre .21 y .80, .53 a .83 en la dimensión satisfacción, .46 a .81 en cohesión,

y .68 a .84 en expresión afectiva. Las cargas factoriales estandarizadas variaron entre .382 y .914 en el Factor 1, .819 y .919 en el Factor 2, .535 y .945 en el Factor 3, y .841 y .926 en el Factor 4. En general, las correlaciones entre factores se ubicaron en un rango de .840 a .929.

Finalmente, en relación con la confiabilidad del cuestionario, los índices de consistencia interna obtenidos mediante el estadístico omega que fue corregido oscilaron entre .847 y .967. De igual manera, los valores de alfa de Cronbach de su consistencia interna se situaron entre .905 y .968, lo que respalda la validez del instrumento en el contexto peruano.

2.2.2. Parental Burnout Assessment (PBA) – Burnout Parental

La construcción de la escala tuvo como base diversos análisis que partieron del modelo tridimensional de agotamiento laboral propuesto por Maslach y Jackson (52). Dicho modelo incluía una escala de 23 ítems con tres dimensiones, en la cual la principal modificación consistió en reemplazar la dimensión de despersonalización por la de distanciamiento emocional. A partir de ello, surgió el Parental Burnout Inventory (PBI) (31).

No obstante, para profundizar acerca del burnout parental, se realizaron dos estudios adicionales con una muestra total de 901 padres y madres procedentes de Bélgica, Inglaterra, Francia, Estados Unidos, Canadá, Irlanda, Escocia y otros países europeos. De estas investigaciones se desarrolló la propuesta de Roskam (7), quien identificó cuatro dimensiones que explicaban el 66.59% de la varianza gracias a un análisis factorial exploratorio (AFE). Posteriormente, al someter la escala a un análisis factorial confirmatorio (AFC), se obtuvieron resultados estadísticamente significativos ($p = 0.001$), lo cual indica cierta diferencia entre el modelo teórico e hipótesis y los datos. Sin embargo, otras medidas de ajuste evidenciaron una muy buena adecuación del modelo:

CFI = 0.94, TLI = 0.93, RMSEA = 0.07, SRMR = 0.04. Estos resultados respaldan la validez de la estructura interna de los cuatro factores del instrumento, denominado finalmente Parental Burnout Assessment (PBA).

En el contexto peruano, en el año 2022, se llevó a cabo un análisis de la estructura interna del PBA (8), por lo tanto, la muestra estuvo conformada por padres y madres que tenían al menos un hijo, residentes en Lima Metropolitana, Arequipa, Cajamarca, Trujillo y San Martín, específicamente en zonas urbanas. Los resultados mostraron índices de ajuste adecuados para las cuatro dimensiones: S-B $X^2 = 380.65$, RMSEA = 0.059, CFI = 0.99, SRMR = 0.072. Aunque el instrumento no tiene baremos propios, se ha establecido **un punto de corte de 60 para identificar el riesgo significativo de burnout parental**.

En términos de confiabilidad, los coeficientes alfa de Cronbach obtenidos en la muestra peruana ($n = 386$; muestra internacional $N = 2,668$) fueron los siguientes: EX = 0.921; CO = 0.898; SA = 0.834; ED = 0.739; Total = 0.957, lo que demuestra una alta consistencia interna.

Cabe resaltar que el Consorcio Internacional para la Investigación de Burnout Parental (IIPB) continúa desarrollando estudios sobre la estructura interna del PBA en distintos países del mundo. El instrumento está compuesto por 23 ítems, con un formato de respuesta tipo Likert: con puntaje del 1 al 7 puntos, y sus reactivos son: Nunca, Algunas veces al año o menos, Una vez al mes o menos, Algunas veces por mes, Una vez por semana, Algunas veces a la semana y Cada día.

2.3. Cuadro de Coherencias

Variables	Indicadores	Técnica	Instrumento	Estructura del instrumento (Ítem)
Calidad de la relación en Pareja	Consenso	Cuestionario Evaluación Psicométrica	Escala de Ajuste diádico adaptada por Spanier. (5) En Perú por Gadea (6).	1, 2, 3, 5, 7, 8, 9, 10, 11, 12, 13, 14 y 15
	Satisfacción			16, 17, 18, 19, 20, 21, 22, 23, 31 y 32
	Cohesión			24, 25, 26, 27 y 28
	Expresión de Afecto			4, 6, 29 y 30
Burnout parental	Agotamiento emocional	Cuestionario Evaluación Psicométrica	Escala Parental Burnout Assessment (PBA) por Roskam, I. (7). En Perú por Manrique-Millones (8).	1, 3, 4, 8, 9, 10, 15, 21 y 23
	Contraste con el yo paterno			2, 5, 13, 17, 18 y 19
	Distanciamiento emocional			14, 20 y 22
	Saturación			6, 7, 11, 12 y 16

3. Campo de verificación

3.1. Ubicación espacial:

Esta investigación se realizó en la Región Arequipa que encuentra al sur del Perú, específicamente en la provincia de Castilla, donde se encuentra el Centro Médico Aplao – Essalud.

La presente investigación fue llevada a cabo en el consultorio de Psicología del Centro Médico Aplao, Arequipa.

3.2. Ubicación temporal:

Periodo de realización de investigación fue realizado del mes de octubre 2024 – diciembre 2024.

3.3. Unidades de estudio:

3.3.1. Población

La población consta de las personas que son madres y son usuarias en el Centro Médico de Aplao o son madres de los usuarios del mismo Centro Médico, que se encuentran entre los 18 y 60 años de edad.

3.3.2. Muestra

La muestra fue de tipo no probabilístico por conveniencia y donde se utilizó la técnica por cuotas, ya que los participantes del estudio fueron según su accesibilidad y sus criterios de inclusión (53). La medición muestral estuvo conformada por 100 madres del Centro Médico de Aplao, Arequipa.

Criterios de Inclusión

Madres mayores de 18 a 60 años de edad.

Madres que sean usuarias del Centro Médico Aplao.

Madres de usuarios que son atendidos en el Centro Médico Aplao.

Madres que den su consentimiento para participar en la investigación.

Madres que respondan todas las preguntas de ambos instrumentos.

Criterios de Exclusión

Madres menores de 18 años y mayores a 60 años.

Madres que no sean usuarias o tengan hijos que no sean usuarios del Centro Médico Aplao.

Madres que no brinden su consentimiento para participar en la investigación.

3. Estrategia de recolección de datos

Para llevar a cabo la recolección de datos se realizaron diversas acciones organizadas en tres etapas: preparación, coordinación y aplicación.

En primer lugar, en la fase de preparación, se inició la gestión administrativa ya que se presentó la solicitud correspondiente al jefe de la Red Aplao-Pedregal-La Joya, con el fin de obtener la aprobación directa necesaria para la ejecución del proyecto en el Centro Médico Aplao. Asimismo, se elaboró el consentimiento informado, cuya finalidad es que sea una participación anónima y voluntaria, además de brindar información exacta sobre los objetivos y los mismos alcances del estudio. Paralelamente, se diseñaron y adecuaron los instrumentos de evaluación que eran físicos a también en formato digital a través de Google Forms, junto con la base de datos y el programa estadístico correspondiente para el análisis. Esta etapa incluyó también la planificación mediante un cronograma de actividades, considerando la posibilidad de ajustes en los tiempos previstos.

En segundo lugar, se llevó a cabo las acciones de coordinación con el personal encargado y los profesionales del Centro Médico Aplao. En esta etapa se explicó el fin del estudio con sus objetivos y el procedimiento de aplicación, lo que permitió gestionar el permiso formal para el uso de los espacios pertinentes, el cual fue el consultorio de Psicología, donde se ejecutó la investigación.

Finalmente, en la fase de aplicación y recolección de datos, las evaluaciones se realizaron de manera presencial en el Centro Médico Aplao, aprovechando el acceso a la población

objetivo por la condición de la investigadora como psicóloga de la institución. Antes de cada evaluación se explicaron de forma precisa los objetivos y procesos que se llevaran a cabo, resolviendo dudas de las participantes y presentando el consentimiento informado. Posteriormente, se aplicaron los instrumentos: el Parental Burnout Assessment (PBA) y la Escala de Ajuste Diádico (DAS), ambos implementados en Google Forms. Una vez culminada la recolección, los datos fueron trasladados, codificados y preparados para el análisis estadístico mediante las pruebas correspondientes.

3.4.Consideraciones éticas

En este estudio se consideró fundamental la aplicación del consentimiento informado, requisito indispensable en toda investigación. Este procedimiento aseguró que las participantes dieran su autorización de manera libre y voluntaria para su colaboración, luego de recibir la información necesaria sobre los objetivos, alcances y beneficios del estudio. Entre estos beneficios se mencionó la posibilidad de contribuir a futuras investigaciones sobre el tema específico y así poder generar conocimiento útil, además se responde a todas las preguntas o dudas que tengan las participantes, para garantizar así su comprensión e incentivando su participación consciente.

Asimismo, se respaldó en todo momento el anonimato para proteger la identidad de quienes formaron parte del estudio. Es importante señalar que el consentimiento se obtuvo solamente después de confirmar que la participan tenía conocimiento sobre el estudio, se había respondido sus preguntas y se le brinde tiempo para tomar una decisión. Finalmente, se dejó en claro que una se podía retirar del estudio en cualquier momento, sin consecuencias negativas.

3.5.Análisis de Datos

Para el análisis de datos, primero se transcribió toda la información obtenida al programa de Microsoft Excel para poder sistematizar la información de ambos instrumentos tanto

Parental Burnout Assessment (PBA) como la Escala de Ajuste Diádico (DAS). La base de datos se transfirió completa al software estadístico JAMOV 2.3.18.

Para ambas variables numéricas se usó estadística descriptiva, los cuales fueron: los estadísticos de la Media y la Desviación Estándar, en este caso las puntuaciones de ambos instrumentos tanto PBA (Parental Burnout Assessment) como el DAS (Escala de Ajuste Diádico). Al ser una muestra mayor de 50 se utilizó Kolmogorov-Smirnov, una prueba no paramétrica, para determinar normalidad, donde los resultados indicaron que la variable de Ajuste diádico (DAS) presenta una distribución normal ($p=0.111$), mientras que la variable Burnout parental (PBA) no sigue una distribución normal ($p=0.003$). Por lo que se decidió usar la prueba de correlación de Spearman (ρ), ya que no se cumplía con el supuesto de normalidad en ambas variables.



CAPÍTULO III.

RESULTADOS Y DISCUSIÓN

Resultados

Características demográficas

Tabla 1

Rango de edad según las madres del Centro Médico Aplao

Rango de edad	N	%
Entre 18 a 30 años	15	15.00
Entre 31 a 45 años	58	58.00
Entre 46 a 60 años	27	27.00
Total	100	100.0

La Tabla 1 refleja que madres menores a 30 años representan el 15%, entre el rango de 31 a 45 años son el 58% y entre 46 a 60 años son el 27%; evidenciando que la mayor frecuencia presente son las madres del rango de edad entre 31 a 45 años.

Figura 1

Rango de edad según las madres del Centro Médico Aplao

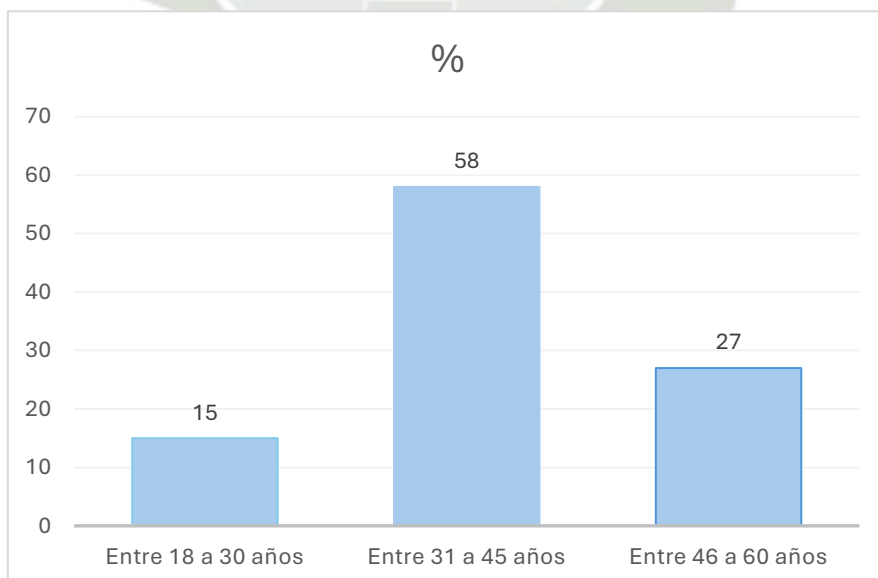


Tabla 2

Distribución de madres según rango de edad, nivel de Ajuste Diádico (DAS) y riesgo de Burnout Parental (PBA)

Rango de edad	Nivel DAS		Riesgo PBA	
	Adecuado	Inadecuado	Alto	Bajo
Entre 18 a 30 años	8	7	3	12
Entre 31 a 45 años	13	45	18	40
Entre 46 a 60 años	7	20	9	18
Total	100		100	

La Tabla 2 se observa que el grupo etario de 31 a 45 años concentra la mayor cantidad de madres con un nivel inadecuado de Ajuste Diádico (45 madres), lo cual representa el valor más alto dentro de esta categoría. Este mismo grupo también presenta una cifra considerable de riesgo alto de Burnout Parental (18 madres), aunque el mayor número en esta dimensión se ubica en el grupo de 31 a 45 años con bajo riesgo (40 madres).

Tabla 3

Prevalencia de la Escala de Ajuste Diádico (DAS) en la muestra evaluada

Escala de Ajuste Diádico	N
Media	80.7
Mediana	87.0
Desviación estándar	34.1
Mínimo	1
Máximo	141
Total	100

Se observa que la media del puntaje general fue de 80.7, mientras que la mediana alcanzó los 87 puntos, lo que indica una leve asimetría negativa, ya que la mediana es mayor a la media.

Tabla 4

Prevalencia de los niveles de la Escala de Ajuste Diádico (DAS) en la muestra evaluada

Nivel de Ajuste Diádico	N	%
Inadecuado	72	72.0
Adecuado	28	28.0
Total	100	100.0

En la Tabla 4 se observa que la mayoría de los evaluados muestran un nivel inadecuado de Ajuste Diádico con un 72%, seguido de un 28% de nivel adecuado.

S

Figura 2

Gráfico de frecuencias para los niveles de Escala de Ajuste Diádico (DAS).

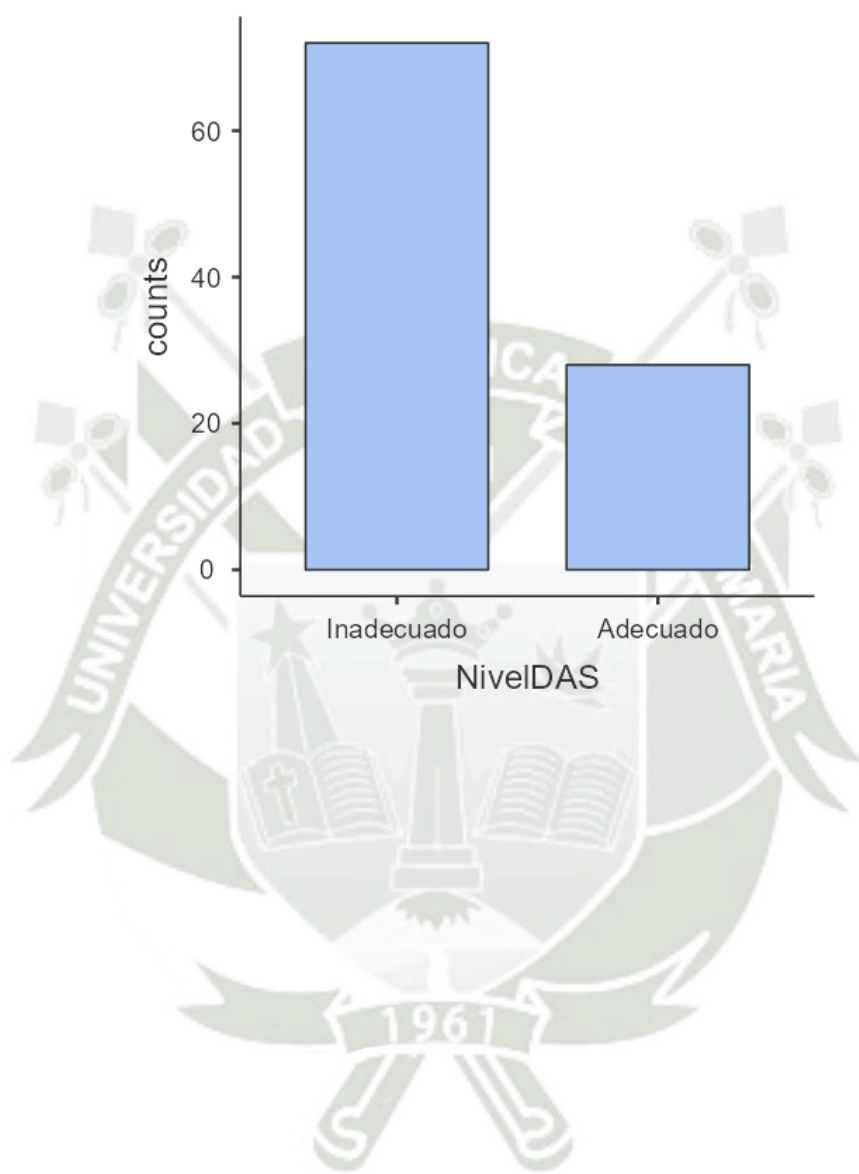


Tabla 5

Prevalencia según dimensiones de la Escala de Ajuste Diádico (DAS) en la muestra evaluada.

	Consenso	Satisfacción	Cohesión	Expresión de Afecto
N	100	100	100	100
Media	37.1	26.1	10.9	6.54
Mediana	41.0	28.0	10.0	7.0

Se observa que la mayoría de los evaluados muestran mayor prevalencia en la dimensión de Consenso, con una Media de 37.1 y una Mediana de 41.

Figura 3

Prevalencia según dimensiones de la Escala de Ajuste Diádico (DAS) en la muestra evaluada.

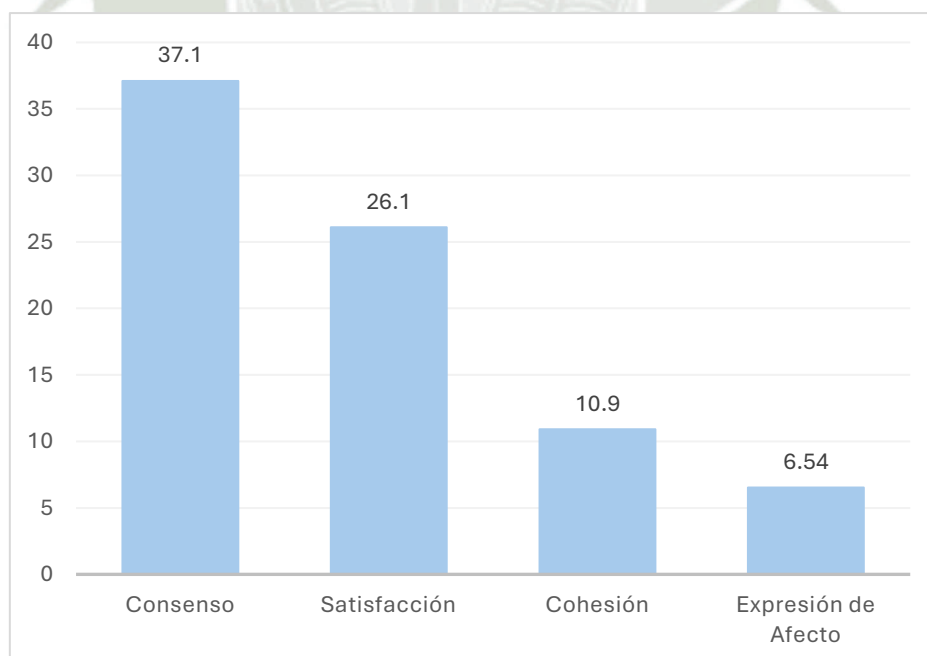


Tabla 6

Prevalencia de riesgo de Burnout Parental (PBA) en la muestra evaluada

Riesgo de Burnout Parental	N
Media	53.6
Mediana	43.0
Desviación estándar	31.0
Mínimo	23
Máximo	157
Total	100

Los resultados indican que el puntaje promedio fue de 53.6, con una mediana de 43.0, lo que sugiere una asimetría positiva en la distribución: es decir, un grupo reducido de madres obtuvo puntajes significativamente más altos que la mayoría.

Tabla 7

Prevalencia de los niveles de riesgo de Burnout Parental (PBA) en la muestra evaluada

Nivel de Riesgo de PBA	N	%
Alto	30	30.0
Bajo	70	70.0
Total	100	100.0

En la Tabla 7 se observa que la mayoría de los evaluados muestran un nivel de riesgo bajo con un 70% de Burnout Parental, seguido del nivel Alto con 30%.

Figura 4

Gráfico de frecuencias para los niveles de riesgo de Burnout Parental (PBA).

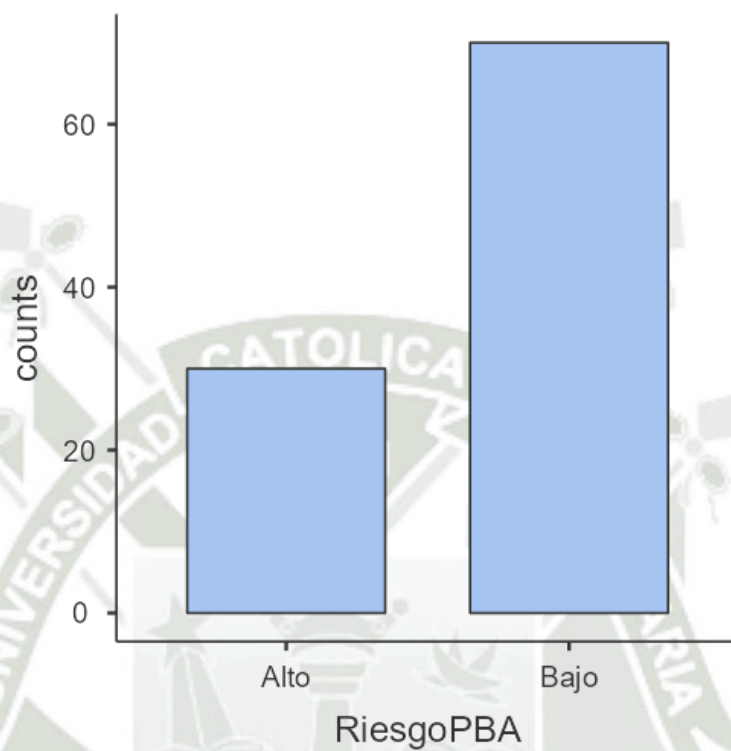


Tabla 8

Prevalencia según dimensiones de Evaluación de Burnout Parental (PBA) en la muestra evaluada.

	Agotamiento Emocional	Contraste con el yo paterno	Distanciamiento Emocional	Saturación
N	100	100	100	100
Media	22.9	13.2	6.84	10.6
Mediana	19.5	10.0	5	8.0
Desviación Estándar	12.8	8.77	4.55	6.7

Se observa que la mayoría de los evaluados muestran mayor prevalencia en la dimensión de Agotamiento Emocional, con una Media de 22.9 y con una Mediana de 19.5.

Figura 5

Prevalencia según dimensiones de Evaluación de Burnout Parental (PBA) en la muestra evaluada.

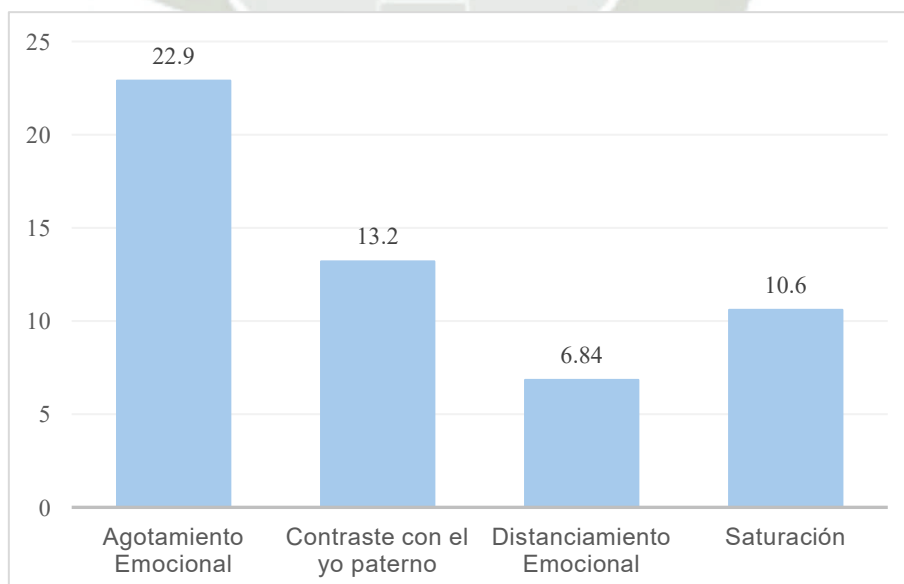


Tabla 9
Prueba de Normalidad

Variables	N	M	DE	D	p
Total DAS	100	80.7	34.1	0.120	0.111
Total PBA	100	53.6	31.0	0.181	0.003

En la Tabla 9 se comprueba con la prueba Kolmogorov-Smirnov que existe normalidad en la variable DAS ($p=0.111$) y no existe normalidad en la variable PBA ($p<0.05$).

Figura 6

Normalidad de la variable DAS y variable PBA

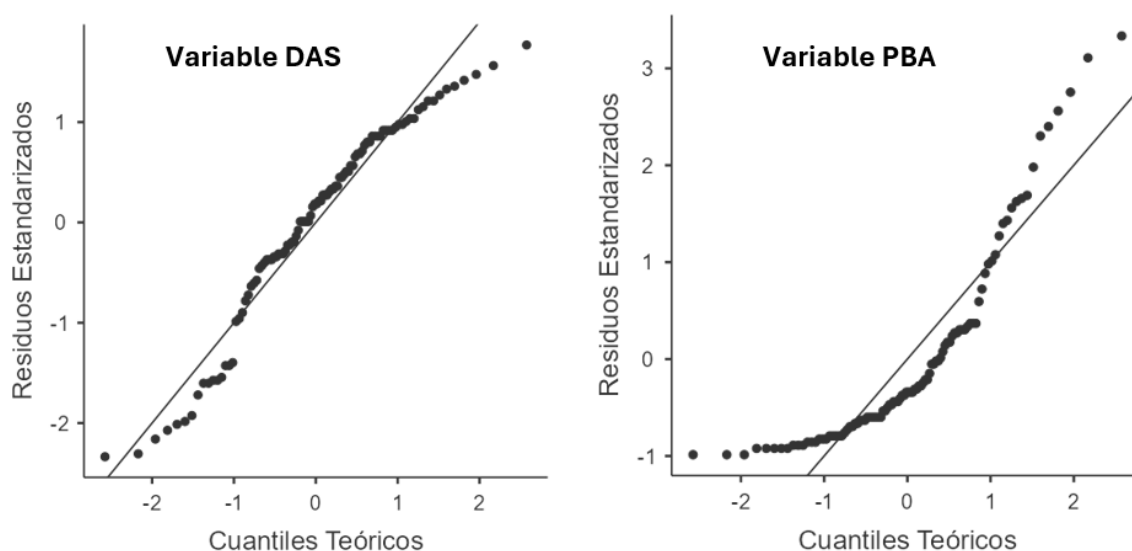


Tabla 10

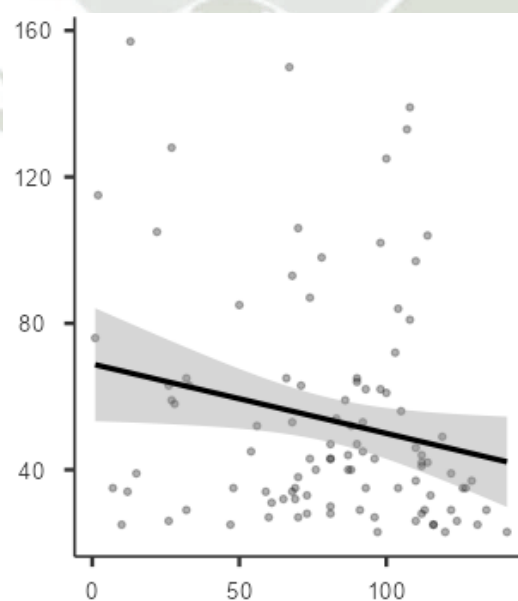
Correlación entre el puntaje total de la Escala de Ajuste Diádico (DAS) y Evaluación de Burnout Parental (PBA).

Variables	ρ	P
Total DAS	-0.213	0.033
Total PBA		

En la Tabla 10 se comprueba que existe una correlación significativa ya que $p < 0.05$; por otro lado, el estadístico Spearman (-0.213) muestra que existe una correlación negativa baja, lo que significa que a mayor Calidad en la Relación (DAS), menor riesgo de Burnout Parental (PBA) y, por el contrario, a menor Calidad en la Relación (DAS), existirá mayor Burnout Parental (PBA).

Figura 7

Correlación entre el puntaje total de la Escala de Ajuste Diádico (DAS) y Evaluación de Burnout Parental (PBA).



Discusión

Esta investigación tuvo como objetivo principal establecer la correlación que existe entre la calidad de la relación en pareja y el burnout parental de las madres del Centro Médico Aplao, en la cual se descubrió según los datos obtenidos en la investigación que a mayor Calidad en la relación (DAS), existe menor Burnout Parental (PBA) ya que el estadístico de Spearman (-0.213) reveló una correlación negativa baja, pero a la vez significativa ($p < 0.05$) por lo que se comprueba estadísticamente que ambas variables tienen correlación.

Por lo tanto, el resultado del objetivo general, al igual que en el estudio de Moreno et al. (44), se encontró que existe correlación entre la calidad de relación en la pareja como en los estilos de apego, por lo que sabemos que se forman en durante la niñez y adolescencia de una persona; lo que significa, que a la par, una maternidad intensiva, tal y como dice Chavez (45) está vinculada al Burnout Parental y cansancio parental como tal, ya que al final se termina en extremos, como un apego ansioso o evitativo, o por el contrario una maternidad intensiva que a la vez trae consecuencia no solo en la relación de pareja si no también en el ámbito laboral, personal y social.

También, es importante resaltar que de los hallazgos, fue el 72% de evaluados mostró un nivel inadecuado del DAS (Escala de Ajuste Diádico) y la dimensión más prevalente fue la de Consenso con una media de 37.1; que hace referencia a la comunicación y acuerdos en pareja, siendo crucial y de suma importancia en una relación, es así como menciona Mamani (48) en su estudio, que si existe mayor Calidad de relación en pareja, también habrá mayor asertividad en los adolescentes, lo que significa que les de suma importancia la comunicación como padres y pareja para fomentar un mejor ambiente para los hijos, especialmente los adolescentes.

Otro hallazgo importante fue que de la muestra se encontró que el 70% de evaluados muestra un riesgo bajo en la Evaluación de Burnout Parental (PBA) y la dimensión con mayor prevalencia fue el agotamiento emocional con una media de 22.9, tal y como descubrió Dubois

(43) en su investigación mencionó lo difícil y lo culpables que se sienten los padres al estar frecuentemente cansados y no poder interactuar como quisieran con sus hijos, incluso Aguilar (46) refiere que las conductas parentales están vinculadas al estrés parental, lo que quiere decir que a mayor estrés y preocupaciones, el agotamiento tanto físico como mental aumenta y es muchas veces fuente del mismo Burnout Parental; así como, Buitron y Manrique (54) encontraron que el perfeccionismo puede predecir el Burnout Parental en una muestra de padres de Lima Metropolitana.

Además, es necesario hacer hincapié en que la muestra fue únicamente de madres, donde se encontró que en los rangos de edades entre 31 a 45 años, fueron 45 quienes obtuvieron un nivel inadecuado en el DAS (Escala de Ajuste Diádico) y 18 con un riesgo Alto en la Evaluación de Burnout Parental (PBA), es así como en el estudio de Pérez-Díaz (3) que encontró que las madres de Chile muestran mayor burnout parental que los padres, ya que tienen más preocupaciones y necesidades de cumplir tanto en casa como en el trabajo; del mismo modo Ilich (2) encontró la importancia de la calidad de relación en pareja con el bienestar psicológico en madres debido a que es conocido que la mujer aún tiene socialmente el “deber” de cumplir como madre pero a la vez es necesario que sea proveedora del hogar, tal y como encontraron Márquez y Sotomayor (4) en su estudio, que las Madres tenían un alto riesgo de Burnout parental debido a los roles de género impuestos por la sociedad y la necesidad de querer cumplir; es por ese motivo que la muestra al ser de puras madres corrobora los estudios ya mencionados, ya que las madres tienen que cumplir con distintos roles, como ser madres, trabajar y más, exponiéndose a un riesgo alto de Burnout parental y más cuando no se cuenta con el apoyo de la pareja ni existe una buena calidad en la relación.

CONCLUSIONES

Primera. Se logró demostrar la correlación que existe entre la Calidad de la Relación en Pareja (DAS) y el Burnout Parental (PBA), además que es una correlación negativa, aunque baja, ya que cuando una aumenta la otra disminuye y viceversa.

Segunda. La mayoría de las madres evaluadas muestran una Inadecuada Calidad de la relación en pareja, seguido de una Adecuada Calidad.

Tercera. Existe un riesgo bajo de Burnout Parental en la mayoría de las madres que fueron evaluadas.

Cuarta. La dimensión Consenso de la Escala de Ajuste Diádico (DAS) fue con la que mayor puntaje salió, lo que quiere decir que existe una buena comunicación en la mayoría de las madres evaluadas con su pareja.

Quinta. La dimensión Cansancio Emocional de la evaluación de Burnout Parental (PBA) fue la que más puntaje obtuvo, lo que significa que el riesgo es mayor en la dimensión relacionada al ámbito emocional.

RECOMENDACIONES

Primera. Se recomienda al director del Centro Médico brindar campañas de prevención acerca del Burnout Parental enfocadas en la población local ya que es un síndrome que se está presentando mucho en este último tiempo, debido a los nuevos estilos de paternidad y a los cambios de roles, especialmente en las mujeres que son madres, además de charlas de promoción acerca de la importancia de una buena relación en pareja.

Segunda. Se sugiere al área de Psicología del Centro Médico brindar psicoeducación a sus usuarios acerca de la importancia de la calidad de la relación en pareja, junto a estrategias como la importancia de la comunicación asertiva en la familia en diferentes etapas de la vida, tanto en la pareja, como también con los hijos; por medio de charlas informativas, talleres dinámicos y campañas.

Tercera. Se recomienda a la encargada de Atención Primaria, acompañada del equipo multidisciplinario del Centro Médico, realizar actividades dirigida a los usuarios, tanto madres como padres, para prevenir el Burnout Parental y la afectación en la vida de los padres a lo largo del ciclo de la vida.

Cuarta. Se sugiere para futuras investigaciones, tomar en cuenta también otras variables para así lograr identificar diferentes causas y consecuencias del Burnout Parental y la importancia de la Calidad de relación en pareja en las familias.

Quinta. Se recomienda a los diferentes profesionales del Centro Médico, tanto como los médicos, enfermeras, psicóloga, nutricionista y obstetra, dar a conocer medidas de autocuidado personal a las usuarias y también usuarios; como pasatiempos personales, mantener estilos de vida saludable, tiempo para uno mismo, actividad física y demás; con el fin de disminuir y prevenir el agotamiento emocional.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. Collins WA, Welsh DP, Furman W. Adolescent romantic relationships. *Annu Rev Psychol* [Internet]. 2009 [citado el 18 de abril de 2024];60(1):631-52. Disponible en: <https://doi.org/10.1146/annurev.psych.60.110707.163459>
2. Illich A. *Calidad de la Relación de Pareja y el Bienestar Psicológico en una Muestra de Madres de Niños entre 1 y 5 años* [Internet]. Lima: Universidad de Lima; 2020 [citado el 20 de abril de 2024]. Disponible en: https://repositorio.ulima.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12724/11320/Illich_Bravo_Alexandra.pdf?sequence=1&isAllowed=y
3. Pérez-Díaz PA, Oyarce D. Burnout parental en Chile y género: un modelo para comprender el burnout en madres chilenas. *Revista de Psicología* [Internet]. 2020 [citado el 20 de abril de 2024];29(1):1-14. Disponible en: <https://doi.org/10.5354/0719-0581.2020.57987>
4. Márquez B, Sotomayor K. *Exploración del Burnout Parental en Madres de familia de una Institución Educativa Pública, El Pedregal, 2021* [Internet]. Arequipa: Universidad Nacional de San Agustín; 2021 [citado el 21 de abril de 2024]. Disponible en: <https://repositorio.unsa.edu.pe/server/api/core/bitstreams/14acfe29-fc1a-4e3f-b9a1-b188f6271dd2/content>
5. Spanier G. Measuring Dyadic Adjustment: New Scales for Assessing the Quality of Marriage and Similar Dyads. *J Sex Marital Ther* [Internet]. 1976 [citado el 21 de abril de 2024];2(1):15-28. Disponible en: <https://doi.org/10.2307/350547>
6. Gadea G. *Propiedades psicométricas de la escala ajuste diádico en usuarias de los puestos de salud de Nuevo Chimbote* [Internet]. Chimbote: Universidad César Vallejo; 2017 [citado el 21 de abril de 2024]. Disponible en: https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/12484/gadea_ga.pdf?sequence=1&isAllowed=y

7. Roskam I, Brianda ME, Mikolajczak M. A step forward in the conceptualization and measurement of parental burnout: The Parental Burnout Assessment (PBA). *Front Psychol* [Internet]. 2018 [citado el 21 de abril de 2024]; 9:758. Disponible en: <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2018.00758>
8. Manrique-Millones D, Vasin GM, Dominguez-Lara S, Millones-Rivalles R, Ricci RT, Abregu Rey M, et al. Parental Burnout Assessment (PBA) in Different Hispanic Countries: un enfoque exploratorio de modelado de ecuaciones estructurales. *Front Psychol* [Internet]. 2022 [citado el 21 de abril de 2024]; 13:827014. Disponible en: <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2022.827014>
9. Feinberg ME, Damon EJ, Hostetler ML, Roettger ME, Paul IM, Ehrenthal DB. Couple-Focused Prevention at the Transition to Parenthood, a Randomized Trial: Effects on Coparenting, Parenting, Family Violence, and Parent and Child Adjustment. *Soc Prev Res* [Internet]. 2016 [citado el 13 de mayo de 2024]; 22:16-20. Disponible en: <https://doi.org/10.1007/s11121-016-0674-z>
10. Instituto Nacional de Estadística e Informática (INEI). *Perú: brechas de género 2019: Avances hacia la igualdad de mujeres y hombres* [Internet]. Lima: INEI; 2019 [citado el 13 de mayo de 2024]. Disponible en: https://www.inei.gob.pe/media/MenuRecursivo/publicaciones_digitales/Est/Lib_1716/Libro.pdf
11. Gestión. Día de la Madre: Las principales estadísticas de las madres peruanas [Internet]. Lima: Gestión; 2018 mayo 13 [citado el 23 de mayo de 2024]. Disponible en: <https://gestion.pe/economia/dia-madre-principales-estadisticas-madres-peruanas-233563-noticia/?ref=gesr>

12. Mikolajczak M, Brianda ME, Avalosse H, Roskam I. Consequences of parental burnout: Its specific effect on child neglect and violence. *Child Abuse Negl* [Internet]. 2018 [citado el 23 de mayo de 2024]; 80:134-45. Disponible en: <https://doi.org/10.1016/j.chiabu.2018.03.025>
13. Minuchin S. *Familias y terapia familiar*. Madrid: Gedisa; 2009.
14. Espinal I, Gimeno A, Gonzales F. El enfoque sistémico en los estudios sobre la familia. *Rev Int Sist* [Internet]. 2006 [citado el 24 de mayo de 2024]; 14:21-33. Disponible en: <https://www.uv.es/jugar2/Enfoque%20Sistemico.pdf>
15. Minuchin P, Colapinto JP. *Pobreza, institución, familia*. 2.^a ed. España: Amorrortu; 2009.
16. Olson DH. Circumplex model of marital and family systems. *J Fam Ther* [Internet]. 2000 [citado el 23 de mayo de 2024]; 22(2):144-67. Disponible en: <https://doi.org/10.1111/1467-6427.00144>
17. Amarís M. Roles parentales y el trabajo fuera del hogar. *Psicología desde el Caribe* [Internet]. 2004 [citado el 23 de mayo de 2024]; (13):15-28. Disponible en: <https://www.redalyc.org/pdf/213/21301303.pdf>
18. González JA, González SA, Quiroga N. Las madres y su rol educador: una experiencia de cambio desde la educación popular. *Infancias Imágenes* [Internet]. 2017 [citado el 24 de mayo de 2024]; 16(1):25-42. Disponible en: <https://doi.org/10.14483/16579089.10751>
19. Pontificia Universidad Católica del Perú. *Familia y roles de género en el Perú* [Internet]. Perú; 2022 [actualizado el 3 de agosto de 2023; citado el 25 de mayo de 2024]. Disponible en: <https://pulso.pucp.edu.pe/reportes-estadisticos/familia-y-roles-de-genero-en-el-peru>
20. Ares P. *Psicología de la familia, una aproximación a su estudio*. La Habana: Félix Varela; 2002.
21. Hidalgo V, Menéndez S. La pareja ante la llegada de los hijos e hijas. Evolución de la relación conyugal durante el proceso de convertirse en padre y madre. *Infancia Aprendizaje*

- [Internet]. 2003 [citado el 25 de mayo de 2024];26(4):469-83. Disponible en: <https://journals.sagepub.com/doi/epdf/10.1174/021037003322553851>
22. Gillis A, Roskam I. Daily Exhaustion and Support in Parenting: Impact on the Quality of the Parent-Child Relationship. *J Child Fam Stud* [Internet]. 2019 [citado el 25 de mayo de 2024]; 28:2007-16. Disponible en: <https://ezproxy.ucsm.edu.pe:2089/10.1007/s10826-019-01428-2>
23. Prandstetter K, Murphy H, Moran H. The Role of Intimate Partner Violence, Couple Dissatisfaction and Parenting Behaviors in Understanding Parental Burnout. *J Child Fam Stud* [Internet]. 2023 [citado el 25 de mayo de 2024]; 32:343-55. Disponible en: <https://doi.org/10.1007/s10826-021-02218-5>
24. Casais D, Flores M, Rodríguez A. Percepción de prácticas de crianza: análisis confirmatorio de una escala para adolescentes. *Acta Investig Psicol* [Internet]. 2017 [citado el 25 de mayo de 2024];7(2):2717-26. Disponible en: <https://www.redalyc.org/pdf/3589/358953728008.pdf>
25. Sternberg R. *A duplex theory of love*. New Haven: Yale University Press; 2006.
26. Montesino MLC. Ajuste diádico en la pareja: revisión teórica. *Psicopatología Clínica Legal Forense* [Internet]. 2013 [citado el 25 de mayo de 2024];13(1):177-89. Disponible en: <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=6380089>
27. Castillo JA, Pérez C, Davins M, Mirabent V. Adopción y parentalidad: aportaciones de la investigación. *Rev Psicopatol Salud Ment Niño Adolesc* [Internet]. 2006 [citado el 25 de mayo de 2024];6:55-64. Disponible en: <https://www.fundacioorienta.com/wp-content/uploads/2020/09/Castillo-Jose-8.pdf>
28. Arenas ÁV, Hidalgo MV. Calidad de la relación de pareja en familias en situación de riesgo psicosocial: un estudio descriptivo. *Apuntes Psicol* [Internet]. 2016 [citado el 25 de mayo de 2024];34(3):231-9. Disponible en: <https://idus.us.es/handle/11441/64571>

29. Rodríguez G. *Estrés parental y afrontamiento en padres de niños con síndrome de Down* [Internet]. Lima: Pontificia Universidad Católica del Perú; 2018 [citado el 30 de mayo de 2024]. Disponible en: <http://tesis.pucp.edu.pe/repositorio/handle/20.500.12404/13195>
30. Roskam I, Mikolajczak M. The slippery slope of parental exhaustion: A process model of parental burnout. *J Appl Dev Psychol* [Internet]. 2021 [citado el 30 de mayo de 2024]; 77:101354. Disponible en: <https://doi.org/10.1016/j.appdev.2021.101354>
31. Roskam I, Raes ME, Mikolajczak M. Exhausted Parents: Development and Preliminary Validation of the Parental Burnout Inventory. *Front Psychol* [Internet]. 2017 [citado el 30 de mayo de 2024]; 8:163. Disponible en: <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2017.00163>
32. Mikolajczak M, Roskam I. Parental burnout: Moving the focus from children to parents. *New Dir Child Adolesc Dev* [Internet]. 2020 [citado el 30 de mayo de 2024];(174):7-13. Disponible en: <https://doi.org/10.1002/cad.20376>
33. Feldman SS, Nash S. The transition from expectancy to parenthood: Impact of the firstborn child on men and women. *Sex Roles* [Internet]. 1984 [citado el 30 de mayo de 2024]; 11:61-78. Disponible en: <https://doi.org/10.1007/BF00287441>
34. Sallés C, Ger S. Las competencias parentales en la familia contemporánea: descripción, promoción y evaluación. *Educación Social: Rev Interv Socioeducativa* [Internet]. 2011 [citado el 30 de mayo de 2024]; 49:25-47. Disponible en: <https://core.ac.uk/download/pdf/39107518.pdf>
35. Sahuquillo P, Ramos G, Pérez A, Camino de Salinas A. Las competencias parentales en el ámbito de la identificación/evaluación de las altas capacidades. *Rev Currículum Formación Profesorado* [Internet]. 2016 [citado el 30 de mayo de 2024];20(2):200-17. Disponible en: <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=56746946011>
36. Mazza C, Ricci E, Biondi S, Colasanti M, Ferracuti S, Napoli C, Roma P. A nationwide survey of psychological distress among italian people during the COVID-19 pandemic: immediate psychological responses and associated factors. *Int J Environ Res Public Health*

[Internet]. 2020 [citado el 30 de mayo de 2024];17(9):3165. Disponible en: <https://doi.org/10.3390/ijerph17093165>

37. Henderson A, Harmon S, Newman H. The price mothers pay, even when they are not buying it: mental health consequences of idealized motherhood. *Sex Roles* [Internet]. 2016 [citado el 12 de junio de 2024];74(11-12):512-26. Disponible en: <https://doi.org/10.1007/s11199-015-0534-5>

38. Le Vigouroux S, Scola C. Differences in parental burnout: Influence of demographic factors and personality of parents and children. *Front Psychol* [Internet]. 2018 [citado el 12 de junio de 2024]; 9:887. Disponible en: <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2018.00887>

39. Gómez V, Jiménez A. Corresponsabilidad familiar y el equilibrio trabajo-familia: medios para mejorar la equidad de género. *Polis (Santiago)* [Internet]. 2015 [citado el 12 de junio de 2024];14(40):377-96. Disponible en: <https://dx.doi.org/10.4067/S0718-65682015000100018>

40. Calventi G, Despradel D. Burnout parental en la pandemia del COVID-19 [Internet]. Santo Domingo: Universidad Iberoamericana (UNIBE); 2021 [citado el 12 de junio de 2024]. Disponible en: <https://repositorio.unibe.edu.do/jspui/handle/123456789/523>

41. Organización Mundial de la Salud. Promoción de la Salud: Glosario [Internet]. Ministerio de Sanidad y Consumo; 1998 [citado el 12 de junio de 2024]. Disponible en: <http://www.msssi.gob.es/profesionales/saludPublica/prevPromocion/docs/glosario.pdf>

42. Córdova M. Burnout Parental: el síndrome que se agudizó durante la pandemia. *La Tercera* [Internet]. 2021 enero 29 [citado el 12 de junio de 2024]. Disponible en: <https://www.latercera.com/tendencias/noticia/burnout-parental-elsindrome-que-se-agudizo-durante-la-pandemia/I7HZQR7PXFH3BCSFKVJC52KVNQ/>

43. Dubois A-C, Roberti-Lintermans M, Mallien Z, François A, Lahaye M, De Mol J, ¿Aujoulat I. How do exhausted parents experience their interactions with their children? A qualitative and participative study. *Front Public Health* [Internet]. 2024 [citado el 12 de junio de 2024]; 12:1340748. Disponible en: <https://doi.org/10.3389/fpubh.2024.1340748>

44. Moreta Cedillo M. *Estilos de apego y calidad de la relación de pareja en adultos de la ciudad de Quito* [Internet]. Quito: Universidad Tecnológica Indoamérica; 2023 [citado el 12 de junio de 2024]. Disponible en: <https://repositorio.uti.edu.ec//handle/123456789/5673>
45. Chavez A. *Relación entre la Maternidad intensiva y Burnout parental en madres que trabajan, Lima, 2021* [Internet]. Lima: Universidad de Lima; 2021 [citado el 12 de junio de 2024]. Disponible en: https://repositorio.ulima.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12724/13199/Chavez_Esquivel.pdf?sequence=1&isAllowed=y#:~:text=Se%20encontr%C3%B3%20que%20la%20presencia,necesidad%20de%20orientar%20pol%C3%ADticas%20espec%C3%ADficas
46. Aguilar C. *Conductas parentales y estrés parental en padres de niños con 1 a 3 años de edad de Lima, Metropolitana* [Internet]. Lima: Universidad de Ciencias Aplicadas; 2022 [citado el 12 de junio de 2024]. Disponible en: <http://hdl.handle.net/10757/661951>
47. Seperak R. *Agotamiento Parental, percepción del rol paterno y trabajo no presencial: Un estudio en madres peruanas en el contexto de la Covid-19* [Internet]. Arequipa: Universidad Nacional de San Agustín; 2022 [citado el 12 de junio de 2024]. Disponible en: <http://hdl.handle.net/20.500.12773/14460>
48. Mamani G. *Influencia de la calidad de vida de pareja en la asertividad de los adolescentes en la I.E N°40193 Florentino Portugal – Arequipa* [Internet]. Arequipa: Universidad Alas Peruanas; 2016 [citado el 12 de junio de 2024]. Disponible en: <https://hdl.handle.net/20.500.12990/7229>
49. Spanier G, Thompson LA. A Confirmatory Analysis of the Dyadic Adjustment Scale. *J Marriage Fam.* 1982;44(3):731-8.
50. Bornstein Ph, Bornstein M. *Terapia de pareja: Enfoque conductual sistémico*. Madrid: Pirámide; 1988.

51. Ortiz M, Gómez J, Apodaca P. Apego y satisfacción afectivo-sexual en la pareja. *Psicothema* [Internet]. 2002 [citado el 15 de junio de 2024];14(2):469-75. Disponible en: <https://www.psicothema.com/pdf/750.pdf>
52. Maslach C, Jackson SE. The measurement of experienced burnout. *J Organ Behav* [Internet]. 1981 [citado el 15 de junio de 2024]; 2:99-113. Disponible en: <https://doi.org/10.1002/job.4030020205>
53. Otzen T, Manterola C. Técnicas de Muestreo sobre una Población a Estudio. *Int J Morphol* [Internet]. 2017 [citado el 15 de junio de 2024];35(1):227-32. Disponible en: <https://doi.org/10.4067/S0717-95022017000100037>
54. Buitron-Huillca E, Manrique-Millones D. Burnout parental, perfeccionismo y autocompasión en una muestra de padres peruanos: Parental burnout, perfectionism and self-compassion in a sample of Peruvian parents. *RPPC* [Internet]. 2025 marzo 27 [citado el 5 de agosto de 2025];30(1):13-21. Disponible en: <https://revistas.uned.es/index.php/RPPC/article/view/40522>

ANEXOS

Anexo 1: Consentimiento Informado

CONSENTIMIENTO INFORMADO

Fecha: _____

Título del Proyecto de Tesis: “CALIDAD DE LA RELACIÓN EN PAREJA Y BURNOUT PARENTAL DE LAS MADRES DEL CENTRO MÉDICO APLAO, AREQUIPA - 2024”.

Investigadora a cargo: Psicóloga Yuliá A. Urday Cardaña

Yo,
identificado/a con el DNI N° _____

Declaro que:

- He podido formular las preguntas que he considerado necesarias acerca del estudio.
- He recibido información adecuada sobre:
 - Los objetivos del estudio y sus procedimientos.
 - Los beneficios e inconvenientes del proceso.
 - Que mi participación es voluntaria y altruista
 - La confidencialidad de mis datos personales y los fines académicos e investigativos con los que se utilizarán mis datos.
 - Que en cualquier momento puedo revocar mi consentimiento (sin necesidad de explicar el motivo y sin que ello afecte a mi atención médica) y solicitar la eliminación de mis datos personales.

CONSIENTO EN LA PARTICIPACIÓN EN EL PRESENTE ESTUDIO

☐ Acepto participar

Para dejar constancia de todo ello, firmo a continuación:

Firma del participante



Anexo 2: Escala de Ajuste Diádico

ESCALA DE AJUSTE DIÁDICO

Nombre: _____

La mayoría de las personas tienen desacuerdos con sus relaciones. Por favor indique a continuación la medida o extensión apropiada del acuerdo o desacuerdo entre usted y su pareja para cada reactivo de la siguiente lista:

- 5= Siempre estamos de acuerdo
- 4= Casi siempre estamos de acuerdo
- 3=Ocasionalmente estamos de acuerdo
- 2=Frecuentemente estamos de acuerdo
- 1=Casi siempre estamos en desacuerdo
- 0=Siempre estamos en desacuerdo

- ___ 1. El manejo de las finanzas familiares
- ___ 2. Cuestiones de entretenimiento
- ___ 3. Asuntos religiosos
- ___ 4. Demostración de afecto
- ___ 5. Amigos
- ___ 6. Relaciones sexuales
- ___ 7. Convencionalidad (conducta correcta o propia)
- ___ 8. Filosofía de la vida
- ___ 9. Manera de enfrentar las normas internas
- ___ 10. Objetivos, metas y cosas consideradas importantes
- ___ 11. Cantidad de tiempo que pasan juntos
- ___ 12. Toma de decisiones importantes
- ___ 13. Tareas del hogar
- ___ 14. Intereses de tiempo libre
- ___ 15. Decisiones de carrera

Por favor indique a continuación la frecuencia aproximada con que las siguientes cosas ocurren entre usted y su pareja.

- 0=Todo el tiempo
- 1=La mayor parte del tiempo
- 2=Mas bien frecuentemente
- 3=Ocasionalmente
- 4=Rara vez
- 5=Nunca

- ___ 16. ¿Con que frecuencia discuten acerca o han considerado el divorcio, la separación o la terminación de la relación?
- ___ 17. ¿Con que frecuencia usted o su pareja abandonan la casa después de una pelea?
- ___ 18. En general ¿Con qué frecuencia piensa que las cosas entre usted y su pareja van bien?
- ___ 19. ¿Le hace confidencias a su compañero?
- ___ 20. ¿Alguna vez se ha sentido arrepentido por haberse casado?
- ___ 21. ¿Con qué frecuencia pelea usted y su pareja?
- ___ 22. ¿Con qué frecuencia hace cada uno que el otro se desespere?

23. ¿Besa usted a su compañero?

Todos los días	Casi todos los días	Ocasionalmente	Rara vez	Nunca
4	3	2	1	0

24. ¿Se involucran juntos en intereses externos?

En todos ellos	En la mayoría	En algunos	En muy pocas	En ninguno
4	3	2	1	0

¿Con qué frecuencia diría usted que los siguientes eventos ocurren entre usted y su compañero?

0=Nunca
1=Menos de una vez al mes
2=Una o dos veces al mes
3=Una o dos veces por semana
4=Una vez al día
5=Con mayor frecuencia

- ___ 25. Tiene un estimulante intercambio de ideas
- ___ 26. Se ríen juntos
- ___ 27. Discuten las cosas con calma
- ___ 28. Trabajan juntos en un proyecto

Hay algunas cosas acerca de las cuales las parejas a veces están de acuerdo y a veces en desacuerdo. Indique si cualquiera de los reactivos que se presentan a continuación fue causa de diferencias de opiniones o problemas en su relación durante las últimas semanas (Circule Sí o No).

SI	NO	29. Estar demasiado cansados para el sexo.
SI	NO	30. No demostrar amor.

31. Los números en la siguiente línea presentan diferentes grados de felicidad en su relación. El punto medio, "feliz", representa el grado de felicidad de la mayoría de las relaciones. Por favor, circule el número que mejor describa, considerándolo todo, el grado de felicidad en su relación. El 0 indica extrema infelicidad, y el 6 una relación perfecta.

0	1	2	3	4	5	6
Bastante infeliz		Un poco feliz	Feliz		Muy feliz	Extremadamente feliz

32. Por favor, circule el número de una de las siguientes afirmaciones, de la que mejor describa como se siente acerca del futuro de su relación.

5. Deseo con desesperación que mi relación tenga éxito y llegaría hasta casi cualquier extremo para asegurarme de que así sea.
4. Deseo mucho que mi relación tenga éxito y hare todo lo que pueda para asegurarme de que así sea.
3. Deseo mucho que mi relación tenga éxito y pondré de mi parte para que así sea.
2. Sería bueno que tuviera éxito, pero no puedo hacer mucho más de lo que estoy haciendo para que mi relación tenga éxito.
1. Sería bueno que mi relación tuviera éxito, pero me rehúso a hacer nada más de lo que ya estoy haciendo para que la relación siga funcionando.
0. Mi relación jamás tendrá éxito, y ya nada puedo hacer para que siga funcionando.



Anexo 3: Burnout Parental

PBA

Los niños son una fuente importante de satisfacción y alegría para sus padres. Al mismo tiempo, también pueden ser una fuente de agotamiento para algunos (y esto no es contradictorio: la satisfacción y el agotamiento pueden coexistir, uno puede amar a los hijos y, sin embargo, sentirse agotado en su rol como padre/madre). El siguiente cuestionario es sobre el agotamiento que se puede sentir como padre/madre. Elija la respuesta que mejor se adapte a sus sentimientos personales. No hay una respuesta buena o mala. Si nunca ha tenido este sentimiento, elija "Nunca". Si ha tenido este sentimiento, indique con qué frecuencia lo siente eligiendo la respuesta que mejor se ajuste. Marque con una X el casillero según su opinión en cada caso.

1. Estoy tan cansado(a) por mi rol de padre/madre que tengo la impresión que dormir no es suficiente para recuperarme.	Nunca	Algunas veces al año o menos	Una vez al mes o menos.	Algunas veces por mes	Una vez por semana	Algunas veces a la semana	Cada día
2. Siento que ya no me reconozco como padre/madre.							
3. Siento que estoy al límite de mis fuerzas a causa de mi rol de padre/madre.							
4. No tengo energía para cuidar a mis hijos.							
5. No creo que sea el buen padre/madre que solía ser para mi (s) hijo (s).							
6. No puedo soportar más mi rol de padre/madre.							



7. Tengo la sensación de estar sobrecargado como padre/madre.							
8. Tengo la impresión de ocuparme de mis hijos en piloto automático.							
9. Siento que realmente no puedo más como padre/madre.							
10. Cuando me levanto por la mañana y tengo que enfrentar otro día con mis hijos, me siento de antemano agotado(a).							
11. No siento placer estando con mis hijos.							
12. Me siento saturado(a) como padre/madre.							
13. Me digo a mí mismo que ya no soy el padre/la madre que solía ser.							
14. Solo hago justo lo que hace falta para mis hijos pero no más.							
15. Mi rol de padre/madre agota todos mis recursos.							
16. Ya no soporto más mi rol de padre/madre.							
17. Estoy avergonzado(a) del padre/madre en que me he convertido.							
18. Ya no estoy orgulloso(a) de mí como padre/madre.							
19. Tengo la impresión de que ya no soy el/la mismo(a) cuando me relaciono con mis hijos.							
20. Ya no logro mostrarles a mis hijos cuanto los amo.							
21. Me agota pensar en todo lo que tengo que hacer para mis hijos.							
22. Tengo la impresión que, aparte de las rutinas (trasladar, hora de sueño, comidas), no logro involucrarme más con mis hijos.							
23. Estoy en modo de supervivencia en mi rol como padre/madre.							

Anexo 4: Comité de ética

COMITÉ DE ÉTICA INSTITUCIONAL DE INVESTIGACIÓN UCSM



DICTAMEN COMITÉ DE ETICA DE INVESTIGACION UNIVERSIDAD CATOLICA DE SANTA MARIA

Arequipa, 17 de setiembre de 2024

Investigadora Urday Cardaña, Yuliá Anais

Presente. –

De mi especial consideración.

Me dirijo a usted para hacerle llegar el resultado de la evaluación de su proyecto de investigación y dictamen del Comité Institucional de Ética de Investigación.

TÍTULO: “Calidad de la relación en pareja y burnout parental de las madres de un Centro Comunitario de Salud Mental de Arequipa - 2024”.

Investigadora: Urday Cardaña, Yuliá Anais.

.

TIPO Y DISEÑO: De campo, descriptivo, relacional, de corte transversal.

OBJETIVO: La investigación tiene como objetivo: Establecer la correlación que existe entre la calidad de la relación en pareja y el burnout parental de las madres de un Centro Comunitario de Salud Mental de Hunter en Arequipa.



PROCEDIMIENTOS: Cuestionarios.

COMITÉ DE ÉTICA INSTITUCIONAL DE INVESTIGACIÓN UCSM



DICTAMEN COMITÉ DE ETICA DE INVESTIGACION UNIVERSIDAD CATOLICA DE SANTA MARIA

SUJETOS DE ESTUDIO:

Madres usuarias en el Centro de Salud Mental Comunitario de Hunter o son madres de los usuarios del mismo Centro De Salud Mental, que se encuentran entre los 18 y 60 años de edad.

RIESGO DEL ESTUDIO:

Mínimo.

OBSERVACIONES, SUGERENCIAS:

Debe proteger confidencialidad de la data sensible.

DICTAMEN:

DICTAMEN FAVORABLE
207 - 2024



Agueda Muñoz Del Carpio Toia
Comité Institucional de Ética de la Investigación UCSM

Cualquier duda comunicarse a: comiteeticainvestigacionucsm@gmail.com

**“ Año del Bicentenario de la consolidación de
nuestra Independencia y de la conmemoración de
las heroicas batallas de Junín y Ayacucho”**

SOLICITO: EVALUACIÓN Y DICTAMEN DEL COMITÉ DE ÉTICA

SR: DR MÁXIMO ORLANDO RONDÓN RONDÓN

VICERRECTOR DE INVESTIGACIÓN PRESENTE. -

Yo, **Yuliá Anaís Urday Cardeña**, identificada con el número de DNI 72798551, estudiante de la escuela de postgrado de la Maestría de Salud Mental del niño, del adolescente y de la familia, con el código estudiantil 2023002272, ante usted con el debido respeto me presento y expongo:

De mi consideración, es muy grado dirigirme a usted para presentar los formatos requeridos, el recibo TUPA, del proyecto de tesis titulado **“CALIDAD DE LA RELACIÓN EN PAREJA Y BURNOUT PARENTAL DE LAS MADRES DE UN CENTRO COMUNITARIO DE SALUD MENTAL DE AREQUIPA - 2024”** y solicitar la evaluación ética por parte del Comité Institucional de Ética. Es propicia la ocasión para reiterarle mi estima y consideración personal,

POR LO EXPUESTO

Ruego a usted acceder a mi solicitud

Arequipa, 12 de septiembre de 2024



ANEXO N° 01: FORMATO 1 DECLARACIÓN JURADA DE AUTORÍA

TÍTULO DEL ESTUDIO: "CALIDAD DE LA RELACIÓN EN PAREJA Y BURNOUT PARENTAL DE LAS MADRES DE UN CENTRO COMUNITARIO DE SALUD MENTAL DE AREQUIPA – 2024"

El que suscribe, Yuliá Anais Urday Cardeña, investigador principal y líder del equipo de investigación, asume la responsabilidad total del proyecto de investigación, sometido a Comité Institucional de Ética de la Investigación de la Universidad Católica de Santa María y afirma que los datos consignados en esta declaración jurada son correctos, y que somos autores del proyecto, asumiendo que para su posterior informe y publicación de resultados se determinará la autoría según cumplimiento de los criterios de autoría:

- Contribuciones sustanciales a la concepción o el diseño de la investigación
- Recojo de datos, análisis o interpretación de datos para el proyecto.
- Redacción del informe final y/o artículo, revisión crítica del contenido y aprobación final de la versión que se publicará.



Yuliá Anais Urday Cardeña
DNI 72798551

Fecha: 12/09/2024



ANEXO N° 02: FORMATO 2 DECLARACIÓN DE INTERESES FINANCIEROS

(Presentado de conformidad con la Política de conflicto de intereses financieros de la Universidad Católica de Santa María)

Nombre del Investigador: Yulía Anaís Urday Cardeña

Título del Proyecto: "CALIDAD DE LA RELACIÓN EN PAREJA Y BURNOUT PARENTAL DE LAS MADRES DE UN CENTRO COMUNITARIO DE SALUD MENTAL DE AREQUIPA – 2024"

Reporte de actividades: por el año

SI	☒	1. Compensación (incluidos los gastos de viaje). ¿Ha recibido usted o algún miembro de su familia compensación de una entidad por actividades como consultorías, experto, como miembro de una junta asesora y similares? En caso afirmativo, proporcione información en una página adicional.
SI	☒	2. Equidad. ¿Usted o algún miembro de su familia posee acciones o tiene opciones sobre acciones en una empresa que cotiza en bolsa o de propiedad privada? En caso afirmativo, proporcione información en una página adicional.
SI	☒	3. Rol. ¿Usted o algún miembro de su familia se desempeña como director, fideicomisario, funcionario o empleado clave en una corporación, sociedad, empresa u otra entidad con fines de lucro fuera de la UCSM? En caso afirmativo, proporcione información en una página adicional.
SI	☒	4. Propiedad intelectual. ¿Tiene usted o algún miembro de su familia derechos y/o recibe regalías de propiedad intelectual (incluidos derechos de autor de patentes y marcas comerciales, pero excluyendo trabajos académicos) con licencia o propiedad de una entidad con fines de lucro? NO incluya aquí la propiedad intelectual de su autoría o administrada por

Certificación:

He leído y entiendo la política de la Universidad Católica de Santa María sobre conflicto de intereses en proyectos de fondos internos y fondos concursables externos, y especialmente en fondos financiados por servicios de salud pública y he completado este formato según mi leal saber y entender. Si es necesario, cumpliré con las condiciones o restricciones impuestas por la Universidad Católica de Santa María para administrar cualquier conflicto real o percibido. Si mis intereses financieros o administrativos externos, o los de mi familia, cambian de una manera que resulte en respuestas diferentes a cualquiera de las preguntas formuladas en este informe, me comprometo a enviar una corrección.

Declaro que la información proporcionada es verdadera y verificable¹¹:



(Firma)

Nombre: Yulía Anaís Urday Cardeña

**ANEXO N° 03: FORMATO 3 DECLARACIÓN JURADA DE COMPROMISO DE DESARROLLO DE
INVESTIGACIÓN Y PUBLICACIÓN DE RESULTADOS CON INTEGRIDAD CIENTÍFICA**

Título del proyecto: "CALIDAD DE LA RELACIÓN EN PAREJA Y BURNOUT PARENTAL DE LAS MADRES DE UN CENTRO COMUNITARIO DE SALUD MENTAL DE AREQUIPA – 2024"

BUENAS PRÁCTICAS DE INTEGRIDAD CIENTÍFICA	SI	NO
Me comprometo a no cometer actos considerados como mala conducta científica	X	
Fabricación de datos: "Declaración de haber realizado procedimientos que no se realizaron o de haber obtenido datos y resultados que no se obtuvieron" *	X	
Destrucción de experimento: Eliminación intencional, ya sea parcial o total, de los experimentos, sea esto de terceros o del propio equipo de investigación.	X	
Falsificación de datos: "Presentación de datos, procedimientos o resultados de la investigación científica de una forma sustancialmente modificada, inexacta o incompleta, que podría interferir con la evaluación o conclusiones del trabajo de investigación científica" *	X	
Plagio: "Uso de ideas o formulaciones verbales, orales o escritas de otras personas, sin dar a éstos, de modo claramente expresado, su debido crédito, ocasionando así, la percepción de que son ideas o formulaciones de autoría propia" *.	X	
Compra de artículos o de autoría: Presentación de publicación o carta de aprobación por editor, que haya sido producto de la compra de artículo sin una participación efectiva en su redacción, para obtener una ventaja indebida.	X	
Venta de artículos: Venta de una publicación con el fin de ofrecer el artículo completo o posiciones de autoría.	X	
Compra de autoría para presentación en evento científico: Presentación de carta de aprobación de resumen u otros por organizadores de Congresos, seminarios u otros eventos científicos, que haya sido producto de la compra de resultados de investigación o autoría sin una participación efectiva en su redacción.	X	
Simulación del proceso de investigación: Presentación de resultados o publicación de manuscritos que no son el resultado de un proceso previo de investigación según corresponda.	X	
Otras faltas a la integridad científica: que determine el Comité de ética de investigación e integridad científica u otros similares, así como el CONCYTEC, el Ministerio de Educación o normativa vigente.	X	
Me comprometo a someterme a cualquier investigación: sobre presunta falta a la integridad científica.	X	
Me comprometo a presentar toda la documentación al comité institucional de ética de investigación y similares: requerida en proceso de investigación sobre presunta falta a la integridad científica.	X	
Me comprometo a cumplir con las sanciones: que se me impongan luego de finalizada la investigación y se compruebe alguna falta a la integridad científica según el Código de ética de la investigación e integridad científica de la UCSM, así como la normativa de la UCSM, y Código de integridad científica CONCYTEC u otra disposición nacional relacionada.	X	
Me comprometo a participar en las capacitaciones: permanentes sobre integridad científica	X	
Me comprometo a prevenir y notificar cualquier mala conducta científica: en el equipo de investigación y en los semilleros de investigación, a lo largo de la ejecución del proyecto.	X	

* Código Nacional de la Integridad Científica, 2019 del Concyte

Nombres y Apellidos de los investigadores	Rol en la investigación y en la publicación científica	DNI	Firma
Yulía Anaís Uday Cardoza	Autora	72798331	

Boleta de venta



Universidad Católica de Santa María

Oficina de Contabilidad - Tesorería
Urbanización San José s/n Umacollo
Arequipa - Arequipa - Arequipa
<http://www.ucsm.edu.pe> (054)382038 ucsm@ucsm.edu.pe

RUC 20141637941

**BOLETA DE VENTA
ELECTRONICA**

B045 - 0238021

Señor(es) : URDAY CARDEÑA, YULIA

DNI : 72798551

Dirección : URB.CASA CAMPO K-13

Fecha : 13-SET-2024

Moneda : SOLES

Condiciones : CONTADO

Forma pago : EFECTIVO

Cant.	Unidad	Descripción	P.Unitario	P.Total
1.00	UNIDAD	EVAL.DE PROT.INVEST.X COMITE ETICA V.INV	50.000000	50.00

SON : CINCUENTA CON 00/100 SOLES

S/ 50.00



Esta es una representación impresa de
la BOLETA DE VENTA
ELECTRONICA
Puede verificarla utilizando su clave
SOL

g6Ug7HfyAJLtTPZjx2XDsmox/nY=

La Universidad Católica de Santa María es Agente de Retención por R.S.
228-2012/SUNAT
Cta.Detracciones S/ 00-101-067009 B.NACION

Punto:BANC Operador:43101409

Anexo 5: Solicitud de Ejecución

" Año del Bicentenario de la consolidación de
nuestra Independencia y de la conmemoración de
las heroicas batallas de Junín y Ayacucho"

SOLICITO: EJECUCIÓN DE INSTRUMENTOS DE LA
INVESTIGACIÓN "CALIDAD DE LA RELACIÓN EN PAREJA Y
BURNOUT PARENTAL DE LAS MADRES DEL CENTRO MÉDICO
APLAO, AREQUIPA – 2024"

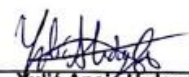
SR: DR REYNALDO CARBAJAL CAMACHO

MÉDICO JEFE DE LA RED APLAO-PEDREGAL-LA JOYA CIUDAD

Yo, Yuliá Anaís Urday Cardeña, identificada con el número de
DNI 72798551, licenciada en Psicología con el N° de colegiatura
56532 y estudiante de la escuela de postgrado de la Maestría
de Salud Mental del niño, del adolescente y de la familia, con
el código estudiantil 2023002272, de la Universidad Católica
de Santa María – Arequipa, ante usted con el debido respeto
me presento y expongo:

Me es grato dirigirme a usted, el motivo del presente es para hacer de su conocimiento que me
encuentro en la etapa de desarrollo de mi Proyecto de Tesis con el nombre: "CALIDAD DE LA
RELACIÓN EN PAREJA Y BURNOUT PARENTAL DE LAS MADRES DEL CENTRO MÉDICO APLAO,
AREQUIPA - 2024", tengo el dictamen favorable del Comité de Ética de Investigación de la
UCSM, solicito a usted el permiso y las facilidades para ejecutar los instrumentos de
investigación correspondiente en el Centro Médico Aplao.

Agradezco por anticipado la atención a la presente, en espera de la respuesta; aprovecho de
la oportunidad para reiterar los sentimientos de mi especial consideración.
Atentamente,


Yuliá Anaís Urday Cardeña

POR LO EXPUESTO

Ruego a usted acceder a mi solicitud

Arequipa, 02 de diciembre de 2024

OK
Dr. Reynaldo
12/12
Dr. Reynaldo Carbajal Camacho
C.M.P. 10150
Jefe de Red Salud Pedregal La Joya
Arequipa

Anexo 6: Matriz de datos

Nro	Edad	Lugar	Consenso	Satisfacción	Cohesión	Expresión	TOTALDAS	NivelDAS	Agotamiento	Contraste	Distanciamiento	Saturación	TOTALPBA	RiesgoPBA
1	46	2	36	34	15	5	90	Inadecuado	27	14	8	16	65	Alto
2	43	2	45	15	9	5	74	Inadecuado	18	11	5	9	43	Bajo
3	32	1	39	31	8	3	81	Inadecuado	18	10	6	9	43	Bajo
4	27	2	52	31	17	8	108	Adecuado	45	11	12	13	81	Alto
5	33	2	44	34	24	12	114	Adecuado	38	40	18	8	104	Alto
6	48	2	50	35	19	12	116	Adecuado	10	6	3	6	25	Bajo
7	45	2	18	29	8	1	56	Inadecuado	23	10	5	14	52	Bajo
8	35	2	29	25	13	2	69	Inadecuado	14	12	4	5	35	Bajo
9	33	2	46	24	13	7	90	Inadecuado	21	10	6	10	47	Bajo
10	36	2	29	14	3	2	48	Inadecuado	11	7	5	12	35	Bajo
11	36	3	53	30	9	6	98	Inadecuado	51	24	9	18	102	Alto
12	36	4	47	28	21	7	103	Inadecuado	32	26	9	5	72	Alto
13	55	2	10	12	0	0	22	Inadecuado	57	16	14	18	105	Alto
14	53	2	58	32	12	8	110	Adecuado	25	9	4	8	46	Bajo
15	51	2	39	24	15	3	81	Inadecuado	10	11	3	6	30	Bajo
16	47	2	63	33	20	11	127	Adecuado	15	6	7	7	35	Bajo
17	54	2	11	14	0	1	26	Inadecuado	30	15	10	8	63	Alto
18	38	2	30	23	7	8	68	Inadecuado	33	27	11	22	93	Alto
19	52	2	39	35	13	5	92	Inadecuado	21	12	7	5	45	Bajo
20	44	2	57	35	15	5	112	Adecuado	22	12	5	5	44	Bajo
21	27	4	58	39	24	10	131	Adecuado	10	6	3	6	25	Bajo
22	41	2	35	27	10	9	81	Inadecuado	18	13	5	7	43	Bajo
23	47	2	62	34	13	10	119	Adecuado	19	11	7	12	49	Bajo
24	28	2	57	37	11	9	114	Adecuado	22	9	4	7	42	Bajo
25	27	2	0	45	0	2	47	Inadecuado	10	7	3	5	25	Bajo
26	41	2	5	16	4	2	27	Inadecuado	30	11	8	10	59	Bajo
27	55	4	45	37	16	12	110	Adecuado	9	9	3	5	26	Bajo
28	30	2	53	38	22	11	124	Adecuado	9	8	3	6	26	Bajo
29	56	3	36	23	5	1	65	Inadecuado	11	9	7	5	32	Bajo
30	33	2	64	36	19	10	129	Adecuado	14	8	3	12	37	Bajo
31	33	2	55	37	22	8	122	Adecuado	14	6	3	6	29	Bajo
32	33	4	0	11	2	0	13	Inadecuado	61	42	20	34	157	Alto
33	58	2	14	8	1	4	27	Inadecuado	52	31	18	27	128	Alto
34	41	2	57	34	23	12	126	Adecuado	17	8	3	5	35	Bajo
35	25	2	50	38	15	9	112	Adecuado	20	6	4	10	41	Bajo
36	59	2	31	39	10	7	87	Inadecuado	18	10	6	5	40	Bajo
37	48	2	60	17	6	9	92	Inadecuado	23	9	7	13	53	Bajo
38	33	2	65	34	23	12	134	Adecuado	14	7	3	5	29	Bajo
39	49	2	40	34	16	7	97	Inadecuado	9	6	3	5	23	Bajo
40	38	2	24	20	12	4	60	Inadecuado	12	7	3	5	27	Bajo
41	32	2	32	32	10	7	81	Inadecuado	22	11	5	8	47	Bajo
42	34	2	26	26	10	6	68	Inadecuado	29	9	7	7	53	Bajo
43	35	2	59	27	12	10	108	Adecuado	55	38	16	31	139	Alto
44	44	3	0	37	20	2	59	Inadecuado	12	10	5	7	34	Bajo
45	38	2	44	30	8	6	88	Inadecuado	17	10	6	6	40	Bajo
46	43	2	50	33	23	7	113	Adecuado	14	6	4	5	29	Bajo
47	27	3	64	42	23	12	141	Adecuado	9	6	3	5	23	Bajo
48	24	2	42	31	22	10	105	Inadecuado	23	11	14	9	56	Bajo
49	33	4	0	2	0	0	2	Inadecuado	47	32	10	23	115	Alto
50	39	1	57	35	18	12	122	Adecuado	20	7	5	7	39	Bajo
51	39	2	15	33	9	4	61	Inadecuado	15	7	4	5	31	Bajo
52	39	2	34	27	5	5	71	Inadecuado	29	16	5	13	63	Alto
53	60	2	20	22	7	1	50	Inadecuado	36	25	10	14	85	Alto
54	44	1	44	34	8	7	93	Inadecuado	15	9	5	6	35	Bajo
55	33	2	49	28	5	9	91	Inadecuado	15	6	3	5	29	Bajo
56	26	2	57	15	7	11	90	Inadecuado	24	14	9	17	64	Alto
57	54	2	0	31	0	2	33	Inadecuado	20	17	13	13	63	Alto
58	32	2	48	35	10	7	100	Inadecuado	55	30	17	23	125	Alto
59	28	1	54	28	20	8	110	Adecuado	38	24	16	19	97	Alto
60	47	2	57	38	15	10	120	Adecuado	9	6	3	5	23	Bajo
61	37	2	26	25	10	8	69	Inadecuado	16	6	3	7	32	Bajo
62	33	1	5	20	1	0	26	Inadecuado	12	6	3	5	26	Bajo
63	30	2	12	13	1	2	28	Inadecuado	22	20	6	10	58	Bajo
64	39	2	56	37	13	10	116	Adecuado	10	6	4	5	25	Bajo
65	53	2	18	26	16	8	68	Inadecuado	15	7	4	8	34	Bajo
66	45	1	57	13	8	9	87	Inadecuado	19	14	4	7	44	Bajo
67	57	2	0	1	0	0	1	Inadecuado	28	24	15	9	76	Alto
68	45	2	65	15	10	10	100	Inadecuado	25	16	6	14	61	Alto
69	40	4	46	30	18	10	104	Inadecuado	35	19	9	21	84	Alto
70	40	2	60	29	13	10	112	Adecuado	12	6	4	6	28	Bajo
71	37	2	8	18	5	1	32	Inadecuado	13	6	3	7	29	Bajo
72	44	2	54	25	8	9	96	Inadecuado	12	6	3	6	27	Bajo
73	54	2	39	28	6	8	81	Inadecuado	12	6	3	7	28	Bajo
74	52	2	49	8	5	8	70	Inadecuado	20	7	3	8	38	Bajo
75	36	2	32	28	9	5	74	Inadecuado	37	24	9	17	87	Alto
76	36	4	55	24	8	9	96	Inadecuado	19	9	6	9	43	Bajo
77	37	2	47	28	15	8	98	Inadecuado	24	18	7	13	62	Alto
78	41	2	26	31	12	4	73	Inadecuado	12	7	3	6	28	Bajo
79	34	2	35	25	15	8	83	Inadecuado	24	12	8	10	54	Bajo
80	46	2	45	37	13	9	104	Inadecuado	19	6	3	7	35	Bajo
81	35	2	32	25	9	7	73	Inadecuado	15	7	4	7	33	Bajo
82	40	2	38	37	13	5	93	Inadecuado	24	14	11	13	62	Alto
83	36	2	54	17	0	7	78	Inadecuado	39	21	13	25	98	Alto
84	42	2	65	9	4	10	88	Inadecuado	24	8	4	16	52	Bajo
85	29	2	0	5	2	0	7	Inadecuado	15	10	4	6	35	Bajo
86	35	2	26	25	12	7	70	Inadecuado	39	27	16	24	106	Alto
87	30	2	53	26	22	11	112	Adecuado	21	10	4	7	42	Bajo
88	38	2	24	28	9	6	67	Inadecuado	58	40	21	31	150	Alto
89	34	2	6	6	3	0	15	Inadecuado	18	8	4	9	39	Bajo
90	40	2	5	4	1	2	12	Inadecuado	14	8	5	7	34	Bajo
91	37	2	3	4	1	2	10	Inadecuado	10	6	3	6	25	Bajo
92	30	2	26	28	12	10	76	Inadecuado	20	8	5	7	40	Bajo
93	34	2	52	28	16	11	107	Adecuado	53	34	19	27	133	Alto
94	43	2	24	25	13	8	70	Inadecuado	11	6	5	5	27	Bajo
95	27	2	49	20	7	10	86	Inadecuado	24	15	8	12	59	Bajo
96	36	2	17	29	7	1	54	Inadecuado	15	18	5	7	45	Bajo
97	57	4	47	35	18	10	110	Adecuado	14	10	4	9	37	Bajo
98	43	2	49	36	19	11	115	Adecuado	16	6	4	7	33	Bajo
99	49	2	18	11	2	1	32	Inadecuado	29	15	6	15	65	Alto
100	46	2	27	27	8	4	66	Inadecuado	24	18	8	15	65	Alto

Anexo 7: Matriz de consistencia

Variables	Indicadores	Subindicadores
Calidad de la relación en Pareja <i>Definición.</i> conjunto de características donde la pareja tiene actitudes conjuntas y se busca un compromiso recíproco para que así se genere una sensación de seguridad, compañía o de confianza	Consenso	Escala Likert: Puntuación de 0 a 4 o 5 a excepción de dos ítems con 0 o 1 y un ítem de 0 o 6 Puntaje total de 0 a 151. Punto de corte en 107.
	Satisfacción	
	Cohesión	
	Expresión de Afecto	
Burnout parental <i>Definición.</i> Síndrome que afecta a los padres que están expuestos a estrés parental crónico y no tienen los recursos	Agotamiento emocional	Escala de Likert: Puntuación al 7 Punto de corte 60<
	Contraste con el yo paterno	
	Distanciamiento emocional	
	Saturación	

