

**UNIVERSIDAD MAYOR DE SAN ANDRÉS**  
**FACULTAD DE HUMANIDADES Y CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN**  
**CARRERA DE PSICOLOGÍA**



**TESIS DE GRADO**

**ESTRÉS PARENTAL Y ESTRATEGIAS DE AFRONTAMIENTO  
EN PADRES CON HIJOS QUE PRESENTAN TRASTORNO DEL  
ESPECTRO AUTISTA DE LA FUNDACIÓN F.I.P.A.**

**POR: LUIS ISRAEL SIRPA MAQUERA**

**TUTORA: M. Sc. ALIDA ROCSANI HUAMAN VALDEZ**

**La Paz - Bolivia**

**2024**

## **DEDICATORIA**

Toda esta vitoria va dedicada primeramente a mi Dios Eterno en su Nombre Nuevo por haber obrado hasta el último momento de esta trayectoria, también va dedica a mi Papá Enrique Sirpa, un Visionario y Tipólogo lleno de conocimiento y una extraordinaria percepción sobre los misterios escondidos, “Mi victoria también es su Victoria”. También un agradecimiento a mi Mamá, hermana y amigas que estuvieron apoyándome en esta etapa de mi vida. Y a mi luly por brindarme una gran alegría incondicional bajo su compañía en estos años de investigación.

**Es una victoria que dejo registrado en esta Tierra probando que no existen límites que no pueda superar. Muchos mundos y experiencias nuevas me esperan.**

## **RESUMEN**

La tesis aborda el impacto emocional y psicológico que enfrentan los padres de niños con Trastorno del Espectro Autista (TEA). Se destaca que la crianza de estos niños puede ser desafiante debido a diversos comportamientos característicos del TEA, como la falta de contacto afectivo, la falta de respuesta a instrucciones verbales y el juego repetitivo. Los padres enfrentan emociones como frustración, impotencia, culpa y enojo, así como estrés debido a la superación de recursos personales para manejar la situación. Además, se mencionan las situaciones de transición que afectan la dinámica familiar, como el diagnóstico del TEA, cambios en la vida diaria y transiciones a la adolescencia y la adultez.

La investigación se centra en la relación entre las estrategias de afrontamiento y el estrés parental en la Fundación F.I.P.A., con el objetivo de comprender cómo el estrés parental afecta las estrategias de afrontamiento utilizadas por los padres en su día a día. Se destaca la importancia de abordar el estrés paterno asociado con el TEA a través de políticas y programas que promuevan la conciencia y la disponibilidad de servicios especializados. La Fundación F.I.P.A. proporciona servicios de atención y apoyo a niños con TEA y sus familias, con el objetivo de mejorar su calidad de vida.

La investigación se lleva a cabo utilizando un enfoque cuantitativo, con una muestra de padres de niños con TEA en la Fundación F.I.P.A. Se recopilan datos sobre el estrés parental, las estrategias de afrontamiento y las características sociodemográficas de los participantes. Se concluye que existe una relación significativa entre el estrés parental y las estrategias de afrontamiento, y se destacan diversos factores que contribuyen al estrés de los padres, así como las dificultades que enfrentan al aceptar el diagnóstico de sus hijos y adaptarse a los cambios en su estilo de vida.

Palabras Clave: Estrés, Impacto psicológico y emocional, Estrategias de Afrontamiento

## **SUMMARY**

The thesis addresses the emotional and psychological impact faced by parents of children with Autism Spectrum Disorder (ASD). It is highlighted that parenting these children can be challenging due to various behaviors characteristic of ASD, such as lack of emotional contact, lack of response to verbal instructions, and repetitive play. Parents face emotions such as frustration, helplessness, guilt and anger, as well as stress due to exceeding personal resources to handle the situation. In addition, transition situations that affect family dynamics are mentioned, such as the diagnosis of ASD, changes in daily life, and transitions to adolescence and adulthood.

The research focuses on the relationship between coping strategies and parental stress at the F.I.P.A. Foundation, with the aim of understanding how parental stress affects the coping strategies used by parents in their daily lives. The importance of addressing parental stress associated with ASD through policies and programs that promote awareness and availability of specialized services is highlighted. The F.I.P.A. Foundation provides care and support services to children with ASD and their families, with the aim of improving their quality of life.

The research is carried out using a quantitative approach, with a sample of parents of children with ASD at the F.I.P.A Foundation. Data are collected on parenting stress, coping strategies, and sociodemographic characteristics of the participants. It is concluded that there is a significant relationship between parental stress and coping strategies, and various factors that contribute to parental stress are highlighted, as well as the difficulties they face when accepting their children's diagnosis and adapting to changes in their Lifestyle.

**Keywords:** Stress, Psychological and Emotional Impact, Coping Strategies

# ÍNDICE

<b>RESUMEN</b> .....	<b>1</b>
<b>INTRODUCCIÓN</b> .....	<b>7</b>
<b>CAPITULO I</b> .....	<b>11</b>
<b>PROBLEMA Y OBJETIVOS DE INVESTIGACIÓN</b> .....	<b>11</b>
<b>I.    ÁREA PROBLEMÁTICA</b> .....	<b>11</b>
<b>II.   PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN</b> .....	<b>11</b>
<b>FORMULACIÓN DEL PROBLEMA</b> .....	<b>14</b>
<b>III.  OBJETIVOS</b> .....	<b>14</b>
Objetivo General .....	<b>14</b>
Objetivos específicos .....	<b>14</b>
<b>IV.  HIPÓTESIS</b> .....	<b>15</b>
<b>V.   JUSTIFICACIÓN</b> .....	<b>15</b>
Justificación Teórica.....	<b>17</b>
Justificación Institucional.....	<b>18</b>
Justificación Social.....	<b>18</b>
<b>CAPITULO II</b> .....	<b>20</b>
<b>MARCO TEÓRICO</b> .....	<b>20</b>
<b>TRASTORNO DE ESPECTRO AUTISTA</b> .....	<b>20</b>
Recepción del diagnóstico .....	<b>21</b>
Reacciones de los padres .....	<b>22</b>
Proceso de duelo familiar tras el diagnóstico .....	<b>26</b>
Afectación a la dinámica familiar.....	<b>27</b>
<b>ESTRÉS</b> .....	<b>32</b>
<b>TEORÍAS ACERCA DEL ESTRÉS</b> .....	<b>34</b>

Teoría Fisiológica.....	34
Teoría de los sucesos vitales.....	36
Teoría de la evaluación cognitiva.....	37
Modelos Integradores .....	39
<b>FACTORES ESTRESANTES .....</b>	<b>41</b>
<b>ESTRÉS PARENTAL .....</b>	<b>42</b>
Estrés por la crianza de niños con TEA.....	45
<b>FAMILIAS CON HIJOS CON TEA.....</b>	<b>49</b>
<b>SALUD MENTAL EN PADRES CON NIÑOS CON TEA .....</b>	<b>51</b>
<b>TEORÍA MULTIDIMENSIONAL RELACIÓN PADRE – HIJO .....</b>	<b>52</b>
Dimensión del Padre: .....	52
Dimensión del Hijo: .....	53
Dimensión de la Relación Padre-Hijo: .....	53
Deterioro de la Relación Padre-Hijo: .....	53
Impacto en la Conducta del Niño: .....	53
Ciclo de Retroalimentación: .....	54
Importancia de la Intervención: .....	54
Efectos a Largo Plazo: .....	54
<b>TEORÍA DE SUCESOS COTIDIANOS .....</b>	<b>54</b>
<b>AFRONTAMIENTO Y ESTRÉS PARENTAL EN EL MARCO DE LOS</b>	
<b>TRASTORNOS DEL ESPECTRO AUTISTA (TEA).....</b>	<b>56</b>
<b>IMPLICANCIAS DEL ROL PARENTAL ANTE LA PRESENCIA DE UN</b>	
<b>TRASTORNO DE ESPECTRO AUTISTA.....</b>	<b>57</b>
<b>DIMENSIONES DEL ESTRÉS PARENTAL.....</b>	<b>58</b>
Malestar paterno .....	58
Interacción disfuncional padre – hijo .....	59
Estrés derivado del cuidado del niño (Niño Difícil).....	60
<b>GRUPOS SOCIALES Y DE APOYO ANTE EL ESTRÉS .....</b>	<b>61</b>

<b>AFRONTAMIENTO</b> .....	62
<b>ESTRATEGIAS DE AFRONTAMIENTO</b> .....	63
Estilos y estrategias de afrontamiento .....	68
<b>AFRONTAMIENTO DEL ESTRÉS DESDE LA PERSPECTIVA PARENTAL</b>	
81	
<b>AFRONTAMIENTO DEL ESTRÉS</b> .....	82
<b>MARCO INSTITUCIONAL</b> .....	83
<b>CAPITULO III</b> .....	86
<b>METODOLOGÍA</b> .....	86
ENFOQUE DE INVESTIGACIÓN: .....	86
TIPO DE INVESTIGACIÓN.....	86
DISEÑO DE INVESTIGACIÓN .....	86
<b>B. VARIABLES</b> .....	87
ESTRÉS PARENTAL (V1) .....	87
ESTRATEGIAS DE AFRONTAMIENTO (V2).....	87
OPERACIONALIZACIÓN DE VARIABLES.....	88
<b>C. POBLACIÓN Y MUESTRA</b> .....	90
Unidad de Observación: .....	90
Tamaño de la Población: .....	90
Características: .....	90
Muestra: .....	90
<b>D. TÉCNICAS E INSTRUMENTOS DE INVESTIGACIÓN</b> .....	91
Cuestionario de Estrés parental versión abreviada.....	91
Cuestionario de Estrategias de afrontamiento COPE-28.....	93
Ficha Sociodemográfica .....	95
<b>E. ANÁLISIS DE RESULTADOS</b> .....	95
<b>F.PROCEDIMIENTO</b> .....	96
<b>CAPITULO IV</b> .....	97

<b>PRESENTACION Y ANALISIS DE RESULTADOS .....</b>	<b>97</b>
<b>DATOS ESTADISTICOS DE LA POBLACION DE ESTUDIO.....</b>	<b>97</b>
<b>ANALISIS DE LA CORRELACION DE PEARSON.....</b>	<b>97</b>
<b>RESULTADOS DE LAS VARIABLES DE ESTUDIO .....</b>	<b>100</b>
<b>DIMENSIONES DE LA VARIABLE ESTRÉS PARENTAL.....</b>	<b>101</b>
<b>DIMENSIONES DE LA VARIABLE ESTRATEGIAS DE AFRONTAMIENTO</b>	
105	
<b>DATOS SOCIODEMOGRAFICO.....</b>	<b>108</b>
<b>CAPITULO V .....</b>	<b>112</b>
<b>CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES.....</b>	<b>112</b>
<b>CONCLUSIONES.....</b>	<b>112</b>
<b>RECOMENDACIONES.....</b>	<b>117</b>
<b>BIBLIOGRAFÍA DE REFERENCIA .....</b>	<b>119</b>
<b>ANEXOS.....</b>	<b>126</b>

## INTRODUCCIÓN

Paniagua (1999) menciona, que tener un hijo es una experiencia vital significativa para cualquier persona, llena de emociones intensas y vínculos afectivos. Sin embargo, ser padre no es fácil, y cuando el hijo enfrenta dificultades graves, todo puede volverse especialmente desafiante.

El hecho de que los padres de un niño con trastorno del espectro autista (TEA) experimenten inicialmente felicidad y luego se enfrenten a comportamientos desconcertantes es una situación común. A medida que el niño crece, pueden notar el rechazo al contacto afectivo, la falta de respuesta a las instrucciones verbales y el juego repetitivo, lo que puede generar una creciente preocupación y confusión en los padres. Es natural que busquen respuestas y orientación en los profesionales de la salud, especialmente en los pediatras, pero a menudo se encuentran con dificultades para obtener las respuestas y el apoyo que necesitan en relación con el TEA. Es importante que los profesionales estén capacitados y sean conscientes de las características y necesidades específicas del TEA para brindar un adecuado apoyo y orientación a los padres en esta situación.

La mayoría de los niños con autismo no presentan alteraciones físicas evidentes, lo que dificulta la toma de conciencia del problema. Esto puede generar frustración en los padres, ya que las expectativas y emociones intensas asociadas con la crianza y la reproducción no se cumplen de la manera esperada (Rivière, 1997a). La falta de comprensión y conciencia sobre el autismo puede amplificar esta frustración, ya que no se ven manifestaciones visibles del trastorno que justifiquen las dificultades y los desafíos que enfrentan los padres. Es importante reconocer y comprender la complejidad del autismo para brindar un apoyo adecuado a las familias que tienen hijos con este trastorno.

El Trastorno del Espectro Autista (TEA) afecta a toda la familia del niño o niña diagnosticado, tanto de manera directa como indirecta. El diagnóstico del TEA genera una gran tensión en la familia, provocando sentimientos de impotencia, culpa, negación, enojo e incluso duelo, que se experimentan de manera intensa al recibir la noticia. Esta experiencia devastadora para los padres aumenta significativamente los niveles de estrés.

Lazarus y Folkman (1986) proponen que el estrés se produce cuando una situación supera los recursos de una persona y afecta su bienestar. Según esta perspectiva, la relación entre el individuo y su entorno es crucial, ya que no basta con la situación estresante en sí, sino que la forma en que el individuo enfrenta el estrés puede llevar a resultados no deseados, generando una respuesta disfuncional a las demandas del entorno. Esta definición de estrés también destaca que es un proceso evaluativo en el que se determina el grado de estrés en función de factores personales y situacionales.

Como Camargo señala (Camargo, 2004) “durante el desarrollo de nuestra vida, el ser humano busca adaptarse continuamente a los cambios que le acontecen, tratando de lograr un equilibrio entre el medio ambiente y el organismo de la persona originando una respuesta al estrés necesaria para afrontar nuevas situaciones”.

Muchas familias de la Fundación F.I.P.A. que tienen hijos con TEA experimentan altos niveles de estrés, lo cual puede depender de variables como la gravedad del trastorno y los problemas de conducta. Estos dos aspectos han mostrado tener una relación directa con el estrés experimentado por los padres.

En el contexto de la crianza de un hijo con Trastorno del Espectro Autista (TEA) u otras situaciones estresantes, es comprensible que los padres puedan experimentar niveles elevados de estrés. Las demandas adicionales de atención y cuidado, las preocupaciones sobre el bienestar y el futuro del hijo, los desafíos emocionales y las alteraciones en la dinámica familiar pueden contribuir al estrés.

En la vida familiar, pueden ocurrir situaciones de transición que afectan la homeostasis familiar, provocando cambios en la estructura y las funciones de cada miembro de la familia (Gonzales, 2007).

En el caso específico de padres con hijos con Trastorno del Espectro Autista (TEA), existen varias situaciones de transición que pueden afectar la homeostasis familiar. Algunas de estas situaciones incluyen:

El diagnóstico del TEA: El momento en que se recibe el diagnóstico de TEA en un hijo puede ser una transición significativa para la familia. Puede generar un impacto emocional y desencadenar la necesidad de ajustar las expectativas y adaptarse a las necesidades especiales de su hijo.

El inicio de terapias y tratamientos: Después del diagnóstico, es probable que los padres inicien terapias y tratamientos específicos para su hijo, como terapia ocupacional, terapia del lenguaje, terapia conductual u otros enfoques. Estos cambios en la rutina y las demandas adicionales de tiempo y energía pueden afectar la dinámica familiar y la distribución de roles.

Las transiciones escolares: El inicio de la educación preescolar o el paso a una nueva etapa educativa pueden ser momentos de transición importantes para el niño y para la familia en general. Los padres pueden enfrentar decisiones educativas complejas y deben adaptarse a las nuevas rutinas y desafíos que la escolarización implica.

Los cambios en la vida diaria: Las necesidades y preferencias de los niños con TEA pueden requerir adaptaciones y cambios en la vida diaria de la familia. Esto puede incluir ajustes en la organización del tiempo, actividades sociales y recreativas, cuidado de la salud y otros aspectos de la vida cotidiana.

La adolescencia y transición a la adultez: A medida que los niños con TEA crecen, la transición a la adolescencia y la posterior transición a la adultez pueden generar cambios significativos en la dinámica familiar. Los padres pueden enfrentar desafíos adicionales al planificar la educación, la independencia y el futuro de su hijo.

El estrés parental es un fenómeno común en padres que tienen hijos con Trastorno del Espectro Autista (TEA). Las demandas y desafíos asociados con el cuidado de un niño con TEA pueden generar altos niveles de estrés en los padres.

Estos cambios pueden ser estresantes para los padres, ya que requieren ajustes emocionales, logísticos y de estilo de vida. Es importante que los padres se brinden apoyo mutuo, busquen recursos profesionales y comunitarios, y se cuiden a sí mismos para enfrentar estas situaciones de manera efectiva. La comunicación abierta y la planificación cuidadosa pueden ayudar a minimizar los impactos negativos y promover la adaptación y el bienestar familiar.

Es así como las situaciones de transición en la vida familiar pueden tener un impacto significativo en la dinámica familiar y en los roles y funciones de cada miembro. Estas transiciones pueden ser eventos importantes como el nacimiento de un hijo, el diagnóstico de una enfermedad, el divorcio, la pérdida de un ser querido, mudanzas,

cambios de trabajo, entre otros.

Cuando una familia atraviesa una transición, la estabilidad y la homeostasis familiar pueden verse afectadas. La estructura familiar puede cambiar, surgiendo nuevas dinámicas y relaciones entre los miembros. Por ejemplo, en el caso del diagnóstico de un trastorno como el Trastorno del Espectro Autista (TEA), la familia puede tener que adaptarse a nuevas demandas y necesidades para apoyar al miembro afectado.

Esos cambios pueden generar estrés y desafíos adicionales para los miembros de la familia. Cada miembro puede reaccionar de manera diferente y adaptarse de distintas formas a la situación. Es común que haya un proceso de ajuste y adaptación que puede llevar tiempo.

Por lo tanto, la presente investigación tiene como objetivo medir la relación entre las Estrategias de Afrontamiento y el Estrés Parental en padres de niños y niñas con TEA en la ciudad de La Paz. Se abordan teóricamente los conceptos de Trastorno del Espectro Autista, estrés y estrategias de afrontamiento familiar.

La investigación se enmarca en un enfoque cuantitativo de tipo correlacional, utilizando un diseño no experimental de tipo transeccional correlacional. Se emplea un muestreo probabilístico y la unidad de análisis son los padres y madres de niños con diagnóstico de TEA.

# **CAPITULO I**

## **PROBLEMA Y OBJETIVOS DE INVESTIGACIÓN**

En este apartado se presentan el área en la que se enmarca este estudio investigativo, el problema del mismo y la formulación del problema de investigación.

### **I.     ÁREA PROBLEMÁTICA**

La presente investigación hace referencia a la problemática de la relación entre las estrategias de afrontamiento y el estrés parental de los padres de niños con trastorno del espectro autista de la Fundación F.I.P.A., enmarcándose dentro del área clínica de la psicología, como el Consejo General de Colegios Oficiales de Psicólogos de Madrid, España (2003) señala que: “la misma aplica los conocimientos y técnicas de ésta al estudio del comportamiento anómalo, aquél que supone algún trastorno para la propia persona y/o para otros”.

### **II.    PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN**

Los padres de un niño con trastorno del espectro autista (TEA) suelen experimentar inicialmente la felicidad de tener un hijo, que aparentemente se desarrolla como cualquier otro. Sin embargo, a partir del primer año de edad, comienzan a notar ciertos comportamientos que les desconciertan y les generan preocupación creciente con el tiempo. El rechazo al contacto afectivo, la falta de respuesta a las instrucciones verbales y el juego repetitivo son aspectos que impactan profundamente. En muchas ocasiones, los padres buscan respuestas en los profesionales, especialmente en los pediatras, pero no encuentran las respuestas que necesitan.

Una gran cantidad de familias de la Fundación F.I.P.A. que tienen hijos con esta condición presentan un grado de estrés alto, también dependerá de las variables que se presente en el niño, como ser la gravedad del trastorno y los

problemas de conducta. Estos dos puntos podrían ser los factores que han mostrado tener una relación más directa con el estrés sufrido por los padres de familia.

Como Paniagua (1999) lo menciona, tener un hijo es una experiencia vital significativa para cualquier persona, llena de emociones intensas y vínculos afectivos. Sin embargo, ser padre no es fácil, y cuando el hijo enfrenta dificultades graves, todo puede volverse especialmente desafiante.

La mayoría de los niños con autismo no presentan alteraciones físicas evidentes, lo que dificulta la toma de conciencia del problema. Esto puede generar frustración en los padres, ya que las expectativas y emociones intensas asociadas con la crianza y la reproducción no se cumplen de la manera esperada (Rivière, 1997). La falta de comprensión y conciencia sobre el autismo puede amplificar esta frustración, ya que no se ven manifestaciones visibles del trastorno que justifiquen las dificultades y los desafíos que enfrentan los padres. Es importante reconocer y comprender la complejidad del autismo para brindar un apoyo adecuado a las familias que tienen hijos con este trastorno.

Los padres de los niños y niñas con trastorno del espectro autista de la fundación aparentemente se sienten desbordados ante las demandas que implica la crianza y el cuidado de sus hijos en su papel de madres o padres, su estrés pareciera no estar relacionado únicamente con el comportamiento de sus hijos y con las dificultades que ellos presentan, sino también con las complicaciones que pueden presentarse en su papel como padres, esto los lleva a experimentar elevados niveles de frustración, sumándose a las dificultades que implica su rol.

Es posible que el nivel elevado de estrés en los padres por la crianza de sus hijos tenga relación con la disminución del esfuerzo de los mismos para hacer frente a las demandas internas y ambientales que les implica el cuidado de sus hijos con este síndrome, pareciera que esta situación excede los recursos de afrontamiento en ellos.

Tener un hijo con autismo puede tener un impacto significativo en la vida familiar y distorsionar el ambiente familiar. Los padres enfrentan graves dificultades al criar a un hijo con autismo. El autismo puede causar frustración,

estrés y confusión en la familia. Los padres pueden experimentar problemas emocionales especiales, ya que el diagnóstico a menudo se realiza después de los primeros años de vida, cuando el desarrollo físico del niño parece normal y a veces incluso muestra habilidades que no sugieren ningún problema aparente (Wing, 1998).

No es lo mismo tener conocimiento de que un hijo está enfermo que convivir con él a diario, enfrentándose constantemente a sus dificultades de lenguaje, comportamiento agresivo, falta de habilidades sociales, dificultades de comunicación, estereotipias y conductas autolesivas y destructivas. La interacción con el hijo puede verse interrumpida (Polaino-Lorente, 1997).

Además de todo esto, se suman muchas otras circunstancias que aumentan el sufrimiento y la falta de comprensión de los padres, especialmente de la madre. Estas circunstancias incluyen la pérdida de expectativas de controlar la conducta del hijo, las atribuciones negativas hacia él, el miedo al futuro, la renuncia al trabajo, las cargas económicas adicionales que esto conlleva, la escasez de recursos económicos, entre otros.

El riesgo de estrés en estas familias es muy alto, lo que genera un clima constante de tensión y angustia. El estrés tiene un efecto negativo en el clima emocional, las relaciones sociales de la familia, las actividades de ocio, la economía familiar, la participación laboral de la madre fuera del hogar, las interacciones dentro de la familia y, en general, el equilibrio psicológico y físico de los adultos del hogar (Bebko, Konstantareas y Springer, 1987).

Aparentemente las estrategias cognitivas y conductuales de los padres con hijos que presentan síndrome de espectro autista de la fundación F.I.P.A. que utilizan para manejar las demandas internas o externas que tienen, las perciben como excesivas frente a los recursos que tienen para darles una solución.

Es comprensible que los padres con hijos que presentan el Trastorno del Espectro Autista (TEA) puedan sentir que las demandas internas o externas que enfrentan son excesivas en comparación con los recursos que tienen disponibles para hacerles frente. Esta percepción puede generar estrés y dificultades para

manejar las demandas y desafíos asociados con el cuidado y la crianza de un niño con TEA.

Podría ser una forma de adaptarse a la situación que ven y viven con sus hijos, siendo para ellos esta una situación difícil de afrontar en su diario vivir, sin embargo, esto conlleva dificultad en el momento de gestionar sus emociones y un elevado estrés frente a la situación que viven, siendo que los mismos ven de manera negativa el síndrome que presentan sus hijos.

## **FORMULACIÓN DEL PROBLEMA**

¿Cuál es el nivel de relación que tiene el estrés parental con las estrategias de afrontamiento en padres de niños con trastorno espectro autista de la fundación F.I.P.A.?

### **III. OBJETIVOS**

#### **Objetivo General**

Determinar la relación entre el estrés parental y las estrategias de afrontamiento en padres de niños y niñas con trastorno espectro autista de la fundación F.I.P.A.

#### **Objetivos específicos**

- Identificar los niveles de estrés parental en los padres de familia de la fundación F.I.P.A
- Identificar el nivel de estrategias de afrontamiento en los padres de familia de la fundación F.I.P.A.
- Describir las características sociodemográficas de los padres de familia de la fundación F.I.P.A.

#### **IV. HIPÓTESIS**

Hi: El nivel de estrés parental tiene relación significativa con las estrategias de afrontamiento en padres de niños con trastorno espectro autista de la fundación F.I.P.A.

Ho: El nivel de estrés parental no tiene relación significativa con las estrategias de afrontamiento en padres de niños con trastorno espectro autista de la fundación F.I.P.A.

#### **V. JUSTIFICACIÓN**

La falta de una cifra precisa sobre la cantidad de personas con Trastorno del Espectro Autista (TEA) en Bolivia es preocupante, ya que dificulta la planificación y asignación de recursos para la atención y apoyo adecuados a esta población. Dependiendo principalmente de estimaciones de asociaciones de padres o fundaciones sin fines de lucro puede resultar en datos incompletos o sesgados.

La situación se complica aún más cuando el Sistema de Información del Programa de Registro Único Nacional de Personas con Discapacidad no registra el autismo como un trastorno independiente, sino que lo incluye dentro de otras categorías. Esto podría llevar a una subestimación de la prevalencia real del TEA y a una falta de atención específica a las necesidades de las personas con autismo en el país.

Nicol Saavedra (abril, 2023) señala que, en Bolivia, no se cuenta con una cifra precisa sobre la cantidad de personas que sufren del Trastorno del Espectro Autista (TEA). Esta información se basa principalmente en estimaciones proporcionadas por asociaciones de padres o fundaciones sin fines de lucro. Según la Fundación TEA, alrededor de 40 mil estudiantes tienen este diagnóstico, pero solo el 30% ha sido evaluado correctamente, mientras que el 70% restante tiene diagnósticos incorrectos o incompletos. También indica que, el Sistema de Información del Programa de Registro Único Nacional de Personas con Discapacidad (Siprum), del Ministerio de Salud, no registra el autismo como un trastorno independiente, sino que lo agrupa junto con otros datos relacionados con discapacidad intelectual u otras condiciones. Según la Organización Mundial de la Salud, aproximadamente uno de cada 100 niños en el mundo

sufre del Espectro Autista en algún grado.

Es crucial enfrentar la carencia de información precisa y mejorar los mecanismos de registro y monitoreo para asegurar una comprensión más completa de la prevalencia y las necesidades de las personas con TEA en Bolivia. Esto facilitará una planificación más eficaz de políticas y programas de intervención destinados a brindar el apoyo requerido a esta comunidad.

Es importante fomentar la conciencia y la comprensión del TEA en Bolivia, promoviendo la inclusión, la aceptación y el acceso a servicios y recursos necesarios para el desarrollo y bienestar de las personas con TEA. Además, es esencial que se realicen investigaciones y se generen datos específicos sobre el TEA en Bolivia para informar y mejorar la planificación de políticas y la provisión de servicios en el país.

La Ley N° 223 Ley general para personas con Discapacidad, la Red de Padres con Autismo estima que existen 40 mil casos en Bolivia de personas con diagnóstico de Trastorno del Espectro Autista.

Esta ley y la estimación de la Red de Padres con Autismo sobre la cantidad de casos de Trastorno del Espectro Autista (TEA) en Bolivia proporciona un marco legal y una cifra concreta sobre la situación de las personas con TEA en el país. Sin embargo, es importante considerar que estas estimaciones pueden variar según la fuente y los métodos utilizados para recopilar los datos.

Lo que permite ver que hay un reconocimiento legal de la importancia de abordar las necesidades de las personas con discapacidad, incluyendo aquellas con TEA, lo cual debería traducirse en políticas y programas específicos para brindar el apoyo adecuado a esta comunidad y sus familias.

Aunque esta estimación puede ser útil como punto de partida, es esencial seguir trabajando en la mejora de los sistemas de recopilación de datos para obtener cifras más precisas y actualizadas sobre la prevalencia del TEA en Bolivia. Esto permitirá una planificación más efectiva de recursos y programas destinados a mejorar la calidad de vida de las personas con TEA y sus familias.

Se debe considerar que las familias tras recibir el diagnóstico de que su hijo posee

capacidades de aprendizajes distintas a las demás, sufren elevaciones en su nivel de estrés desde la inscripción, búsqueda de instituciones o colegios, la aceptación en los mismos también, y hasta esperar que los docentes o profesores sean personas con experiencia en estos casos, las escasas fundaciones públicas para tratar con terapia, es solo la punta del iceberg de la gran falta de espacios de inclusión para el que sufre esta condición.

Bruce L. Baker, es un psicólogo clínico conocido por su trabajo en el campo del TEA y la familia. Ha publicado varios estudios sobre el estrés parental y los factores de riesgo asociados con tener un hijo con TEA. En su estudio "Preschool children with and without developmental delay: behaviour problems and parenting stress over time", realizado en 1993, Baker y sus colegas examinaron el comportamiento de niños en edad preescolar con y sin retraso en el desarrollo, así como el estrés parental a lo largo del tiempo. Descubrieron que los padres de niños con retraso en el desarrollo experimentaban niveles más altos de estrés parental en comparación con los padres de niños sin retraso, y que este estrés se mantenía a lo largo del tiempo.

Es esencial abordar estos desafíos a través de políticas y programas que promuevan la conciencia, la capacitación de profesionales, la disponibilidad de servicios especializados y la creación de entornos inclusivos. Esto ayudaría a reducir el estrés y mejorar la calidad de vida de las familias y personas afectadas por el TEA en Bolivia.

### **Justificación Teórica**

En Europa, investigadores como Fernández et al. (2014) realizaron un estudio que exploró la relación entre el estrés y las estrategias de afrontamiento en padres de niños con trastorno del espectro autista (TEA). La muestra consistió en 81 padres, de los cuales 39 eran progenitores de niños con TEA de entre 5 y 9 años, y el resto conformaba un grupo de control. Los resultados mostraron niveles altos de estrés en los 39 padres de niños con TEA, y se encontró que cuando el trastorno del espectro autista estaba presente con el trastorno por déficit de atención e hiperactividad (TDAH), el estrés parental aumentaba aún más.

En cuanto a las estrategias de afrontamiento, se identificaron indicadores

estresantes y amortiguadores. En los estresantes, los padres tendían a recurrir a la negación y al control emocional, lo que implicaba una expresión limitada de sus sentimientos, lo cual generaba más estrés. Por otro lado, en los indicadores amortiguadores, los padres utilizaban estrategias de planificación y buscaban apoyo social. Al tener patrones adecuados de solución y contar con apoyo social, experimentaban menos estrés.

Es importante destacar que, al revisar esta investigación, se observa que se abordó el tema en diferentes países, pero no en el país mencionado. Por lo tanto, este estudio se fundamenta en la necesidad de explorar la relación entre ambas variables en la ciudad de La Paz, reconociendo la importancia de este conocimiento específico para dicha localidad.

### **Justificación Institucional**

En Bolivia, la investigación sobre el estrés en padres con hijos con Trastorno del Espectro Autista (TEA) puede ser más limitada en comparación con otros países. Por lo que, este trabajo busca aportar conocimientos relacionados a estrategias de afrontamiento utilizados por los padres con niños con trastorno espectro autista y los niveles de estrés que estos muestran. También explorar las estrategias de mayor efectividad utilizada por los padres de niños con TEA en la ciudad de La Paz, que dará un inicio a nuevos diseños de intervención que busquen el control sobre los niveles de estrés ofreciendo estrategias de mayor efectividad, todo esto para facilitar una mayor implementación de normas en las políticas de apoyo familiar dentro de las instituciones y fundaciones que brinden este servicio.

### **Justificación Social**

Los padres de familia que tienen hijos con trastorno del espectro autista experimentan un alto nivel de estrés al tener que monitorear los patrones de comportamiento repetitivos de sus hijos, así como vigilar sus actividades e intereses limitados y estereotipados. La restricción de intereses y la repetición constante de ciertos comportamientos son solo algunos de los detalles que generan estrés en los padres.

Martínez y Bilbao (2008) indican que cuando se les comunica que su hijo tiene autismo, es común que los padres pasen por un proceso de aceptación conocido como

"respuesta a la crisis". Este proceso va desde un estado inicial de shock hasta llegar a superarlo y enfrentar la realidad de manera racional.

Es fundamental que los padres sean conscientes de que las rabietas de sus hijos pueden ser desencadenadas por cambios mínimos en el entorno, como el reordenamiento de sus juguetes o la introducción de una nueva cortina en la sala. Además, los estereotipos corporales pueden manifestarse no solo en el hogar, sino también en la escuela o el colegio. Todo esto añade una carga adicional de estrés para los padres de familia.

Por todo esto, estudiar el nivel de estrés y las tácticas para lidiar con él en padres de niños con Trastorno del Espectro Autista (TEA) en Bolivia no solo ofrecería datos cruciales sobre las demandas y obstáculos que enfrentan estas familias, sino que también podría contribuir a la mejora de los servicios, fomentar el bienestar mental y respaldar la creación de políticas y programas más eficaces.

## **CAPITULO II MARCO TEÓRICO**

### **TRASTORNO DE ESPECTRO AUTISTA**

El trastorno del espectro autista (TEA) tiene un origen cerebral y afecta principalmente las habilidades sociales de las personas que lo padecen. Estas personas enfrentan dificultades para socializar y tienen dificultades en la forma en que piensan, resuelven problemas, se adaptan a los cambios y procesan nueva información. Esto se manifiesta en diferentes conductas.

Núñez, 2007; citado en Basa, 2010 señala que es un trastorno del desarrollo infantil que presenta características clínicas complejas y diversas en el pensamiento, comportamiento y cognición de los niños afectados. Estas características pueden generar una constante fuente de estrés para los padres y las madres debido a la gran demanda física, psicológica y económica que la situación conlleva.

La Asociación Americana de Psiquiatría (APA) define el TEA como una alteración en el neurodesarrollo que afecta las funciones cognitivas superiores, la comunicación, la conducta y la interacción social. Según el Manual Diagnóstico y Estadístico de los Trastornos Mentales (DSM-V), el TEA se caracteriza por problemas persistentes en la comunicación y la interacción social en diversos contextos. Esto implica dificultades en las relaciones sociales y emocionales, falta de habilidades comunicativas no verbales y dificultades para mantener relaciones apropiadas según el nivel de desarrollo de la persona.

El TEA también afecta el ámbito social y familiar de los niños y niñas que lo padecen. Tienen dificultades para adaptarse a los cambios en su entorno y en situaciones nuevas, lo que puede dar lugar a comportamientos de resistencia y dificultades en el manejo de dichas situaciones.

Según Artigas y Pérez, el trastorno implica "una conducta de separación de la realidad y un predominio patológico de la vida interior". Esto indica que los pensamientos autistas están relacionados con las necesidades afectivas, pero también parecen existir una fragmentación en la percepción del mundo, entre el mundo real y un

mundo fantasioso.

Por tanto, el Trastorno del Espectro Autista (TEA) es una condición del neurodesarrollo que afecta la comunicación, la interacción social y el comportamiento de una persona. Se caracteriza por una amplia gama de síntomas y niveles de gravedad, lo que lleva a la clasificación del trastorno en un "espectro".

Los síntomas del TEA generalmente aparecen durante la primera infancia y pueden variar en cada individuo. Algunos de los síntomas comunes incluyen:

- Dificultades en la comunicación verbal y no verbal: Los niños con TEA pueden tener dificultades para iniciar o mantener una conversación, comprender el lenguaje no verbal (como expresiones faciales o gestos) y utilizar el lenguaje de manera funcional.
- Dificultades en la interacción social: Pueden tener dificultades para establecer y mantener relaciones sociales, mostrar poco interés en compartir experiencias con otros y tener dificultades para comprender las emociones y perspectivas de los demás.
- Patrones de comportamiento repetitivos y estereotipados: Los niños con TEA tienden a mostrar patrones de comportamiento repetitivos, intereses restringidos y resistencia al cambio. Pueden ser atraídos por rutinas y rituales específicos.
- Sensibilidad sensorial: Muchas personas con TEA tienen sensibilidades sensoriales atípicas. Pueden ser hiper o hiposensibles a los estímulos sensoriales, como el sonido, la luz, el tacto o el olor.

El TEA es un trastorno crónico que puede afectar la vida diaria, la educación y las relaciones sociales de una persona. Sin embargo, cada individuo con TEA es único y tiene sus propias fortalezas y desafíos. El apoyo temprano, el acceso a intervenciones especializadas, como terapias conductuales y educativas, y la comprensión y aceptación por parte de la sociedad son cruciales para promover el bienestar y el desarrollo de las personas con TEA.

### **Recepción del diagnóstico**

La recepción del diagnóstico de un hijo con trastorno del espectro autista (TEA)

puede ser un momento emocionalmente desafiante para los padres. Cada familia reacciona de manera diferente, pero es común experimentar una gama de emociones que van desde la confusión y el shock hasta la tristeza, la preocupación y la incertidumbre sobre el futuro.

En un primer momento, los padres pueden sentirse abrumados por la noticia y pueden pasar por un proceso de duelo, ya que pueden tener que ajustar sus expectativas y sueños para el futuro de su hijo. Es importante permitirse tiempo para procesar y aceptar las emociones que surgen, y buscar apoyo emocional de ser necesario.

Además de las emociones, los padres pueden tener preguntas y preocupaciones sobre el TEA y cómo afectará a su hijo y a la familia en general. Pueden buscar información y recursos para comprender mejor el trastorno y cómo pueden apoyar a su hijo en su desarrollo y bienestar.

Es importante recordar que el diagnóstico de TEA no define a un niño, y que cada niño es único y tiene sus propias fortalezas y desafíos. Los padres pueden encontrar apoyo en grupos de padres, organizaciones especializadas, terapeutas y profesionales de la salud que pueden brindar orientación y recursos para ayudar en el proceso de crianza de un niño con TEA.

A medida que avanzan, los padres pueden aprender a enfocarse en las fortalezas de su hijo y buscar intervenciones y terapias que sean adecuadas para sus necesidades individuales. Con el tiempo, muchos padres encuentran formas de adaptarse y desarrollar una relación fuerte y amorosa con su hijo, encontrando nuevas perspectivas y celebrando los logros y avances en su desarrollo.

Es fundamental que los padres comprendan que no están solos y que hay una comunidad de apoyo disponible para ellos. Buscar ayuda, compartir experiencias y conectarse con otros padres en situaciones similares puede ser un gran recurso para afrontar el diagnóstico y el camino que sigue en la crianza de un niño con TEA.

### **Reacciones de los padres**

Los padres de niños con TEA pueden experimentar una sensación de desbordamiento y estrés debido a las demandas internas y externas que enfrentan. Las

demandas internas pueden incluir la necesidad de comprender y responder a las necesidades únicas de su hijo con TEA, lidiar con las emociones y preocupaciones relacionadas con el diagnóstico, y adaptarse a los cambios en la dinámica familiar.

Por otro lado, las demandas externas pueden incluir la necesidad de coordinar múltiples terapias y tratamientos, asistir a citas médicas y terapéuticas, lidiar con las demandas escolares y educativas, y enfrentar los desafíos sociales y de comunicación que pueden presentarse en el entorno familiar y comunitario.

La sensación de que las demandas superan los recursos disponibles puede generar estrés y dificultades para manejar la situación. Los padres pueden sentirse abrumados, agotados y con poca capacidad para hacer frente a todas las responsabilidades y desafíos que implica criar a un niño con TEA.

Los padres de niños con trastorno del espectro autista (TEA) pueden experimentar una amplia gama de reacciones emocionales y psicológicas al recibir el diagnóstico de su hijo. Estas reacciones pueden variar de una persona a otra, pero aquí hay algunas respuestas comunes que los padres pueden experimentar:

- Shock y negación: El diagnóstico de TEA puede ser impactante para los padres, y muchos pueden experimentar una sensación de incredulidad o negación inicial. Pueden tener dificultad para aceptar la realidad de la situación y procesar la idea de que su hijo tiene una condición de desarrollo.
- Tristeza y duelo: Es común que los padres experimenten sentimientos de tristeza, especialmente cuando se dan cuenta de que los sueños y expectativas que tenían para su hijo pueden necesitar ser ajustados. Pueden sentir la pérdida de la imagen idealizada de la crianza y enfrentar un proceso de duelo por las expectativas no cumplidas.
- Preocupación y ansiedad: Los padres pueden sentir preocupación por el futuro de su hijo, incluyendo cómo se desenvolverá socialmente, su educación y su independencia. También pueden experimentar ansiedad relacionada con la necesidad de acceder a servicios, terapias y apoyos adecuados para su hijo.
- Culpa y autorreflexión: Algunos padres pueden culparse a sí mismos o a otros por el diagnóstico de su hijo, cuestionando si hicieron algo mal o si podrían haber

prevenido el TEA. También pueden reflexionar sobre su propio papel en la crianza y buscar formas de mejorar.

- **Determinación y búsqueda de información:** Muchos padres se sienten motivados para aprender más sobre el TEA, buscar información, recursos y apoyo. Pueden involucrarse activamente en la búsqueda de terapias, programas educativos y oportunidades de intervención temprana para su hijo.
- **Amor incondicional y aceptación:** A pesar de las dificultades y desafíos, los padres de niños con TEA suelen demostrar un amor incondicional hacia sus hijos y una aceptación inquebrantable de quienes son. Pueden encontrar fuerza y resiliencia en su amor por su hijo y trabajar para brindarles el mejor apoyo posible.

Es importante tener en cuenta que estas reacciones pueden evolucionar y cambiar con el tiempo a medida que los padres se adaptan a la realidad del TEA y encuentran estrategias eficaces para apoyar a su hijo. Cada padre y cada familia tiene su propio proceso único de adaptación y es fundamental ofrecerles apoyo emocional, recursos y acceso a una red de apoyo para ayudarles en este camino.

Existen numerosas investigaciones que han explorado las reacciones de los padres de hijos con Trastorno del Espectro Autista (TEA). Estos estudios han examinado diversos aspectos, incluyendo el impacto emocional, el estrés, las necesidades de apoyo y las estrategias de afrontamiento de los padres. A continuación, te presentaré algunos hallazgos destacados de estas investigaciones:

- *Impacto emocional:* Muchas investigaciones han encontrado que los padres de niños con TEA experimentan una amplia gama de emociones, que incluyen tristeza, preocupación, ansiedad, frustración y estrés. Estas emociones a menudo están relacionadas con la incertidumbre sobre el futuro de su hijo, las dificultades en la comunicación y el impacto en la dinámica familiar.
- *Estrés:* Los padres de niños con TEA tienden a experimentar niveles más altos de estrés en comparación con los padres de niños sin discapacidad. El estrés puede estar relacionado con las demandas adicionales de atención y cuidado, las dificultades en la comunicación, la necesidad de coordinar

múltiples terapias y servicios, y la preocupación por el bienestar y el futuro de su hijo.

- *Necesidades de apoyo:* Los padres de niños con TEA a menudo informan una necesidad de apoyo adicional. Esto puede incluir apoyo emocional, información sobre el TEA y las mejores prácticas de crianza, orientación en la toma de decisiones relacionadas con la educación y los tratamientos, y acceso a recursos y servicios adecuados.
- *Estrategias de afrontamiento:* Los padres utilizan una variedad de estrategias de afrontamiento para hacer frente a los desafíos que enfrentan. Estas estrategias pueden incluir buscar apoyo social, participar en grupos de apoyo de padres, adquirir conocimientos sobre el TEA, utilizar técnicas de manejo del estrés, practicar el autocuidado y buscar ayuda profesional cuando sea necesario.
- *Impacto en la relación de pareja:* Algunas investigaciones han destacado el impacto del TEA en la relación de pareja de los padres. La crianza de un hijo con TEA puede generar tensiones y desafíos adicionales en la relación, pero también puede fortalecer la comunicación y la colaboración entre los padres.

De acuerdo al análisis que realizaron Laura Gabriela Ráudez Chiong, Lisseth Carolina Rizo Aráuz y Franklin Jesús Solís Zúniga el 2017 en Nicaragua acerca de las experiencias vividas en madres/padres cuidadores de niños/niñas con Trastorno del Espectro Autista, se observa que cada una de las madres o padres, al recibir el diagnóstico del trastorno del espectro autista en sus hijos e hijas, tienen sentimientos y reacciones similares como, confusión al no saber de lo que se trata el trastorno, tristeza, dejaron de trazar metas, pérdida, culpa, dolor, depresión, negación, desesperación, impotencia, baja autoestima y preocupación.

Esos hallazgos coinciden con lo que se ha observado en otros estudios y respaldan la idea de que los padres de niños con Trastorno del Espectro Autista (TEA) experimentan una variedad de emociones y reacciones tras recibir el diagnóstico de sus hijos.

La confusión es una respuesta común, ya que muchos padres pueden no estar familiarizados con el TEA y pueden sentirse abrumados por la cantidad de información y términos nuevos que deben aprender. La tristeza, la pérdida y la culpa son emociones comprensibles, ya que los padres pueden lamentar la idea de que el desarrollo y las metas que habían imaginado para su hijo pueden ser diferentes debido al TEA.

La depresión, la negación, la desesperación, la impotencia y la baja autoestima también son reacciones comunes, ya que los padres pueden enfrentar desafíos emocionales y prácticos en el cuidado y la crianza de un niño con TEA. La preocupación constante por el bienestar y el futuro de su hijo también puede ser una carga adicional para los padres.

Es importante tener en cuenta que estos sentimientos y reacciones son parte del proceso de ajuste y adaptación a la situación. Cada padre puede experimentarlos de manera diferente y a diferentes intensidades. Es fundamental que los padres reciban apoyo emocional, educación y recursos para ayudarles a comprender y manejar estas emociones.

El estudio mencionado proporciona una visión importante sobre la experiencia de las madres y padres cuidadores en Nicaragua, y destaca la importancia de brindarles apoyo emocional y recursos adecuados para ayudarles a enfrentar los desafíos asociados con el TEA.

### **Proceso de duelo familiar tras el diagnóstico**

El proceso de duelo familiar tras el diagnóstico del Trastorno del Espectro Autista (TEA) es un tema importante y complejo. El diagnóstico de TEA puede tener un impacto significativo en la familia y desencadenar diversas emociones y reacciones que pueden ser similares a las experimentadas en el proceso de duelo por una pérdida.

El duelo se refiere a distintas situaciones como consecuencia principal de pérdida de algo, como puede ser en este caso de una situación de bienestar debido a un cambio general en todos los ámbitos y como cita Cristina Molina Camenforte (2020 – 2021) a Sánchez (2017, p.132) "cuando los padres reciben la noticia de que su hijo tiene un diagnóstico de Trastorno del Espectro Autista entran en una fase muy dolorosa que les

afecta a nivel emocional y psicológico, es el llamado proceso de duelo"

Cuando los padres reciben la noticia del diagnóstico de TEA en su hijo, es común que entren en una fase dolorosa que afecta profundamente su bienestar emocional y psicológico. Pueden experimentar una amplia gama de emociones, desde negación, tristeza e ira hasta sentimientos de culpa, frustración y miedo por el futuro.

El proceso de duelo en este contexto puede ser especialmente desafiante, ya que los padres enfrentan la necesidad de adaptarse a una nueva realidad y de redefinir sus expectativas y sueños para el futuro. La aceptación del diagnóstico puede llevar tiempo y esfuerzo, y puede implicar la necesidad de buscar apoyo emocional y profesional para sobrellevar este proceso.

Es importante destacar que el proceso de duelo es único para cada individuo y no existe un camino predefinido o una línea de tiempo específica para atravesar por él. Algunos padres pueden avanzar rápidamente en el proceso de aceptación, mientras que otros pueden necesitar más tiempo y apoyo para alcanzar esa etapa.

Es fundamental que los padres reciban comprensión, apoyo y empatía durante este proceso. El contar con una red de apoyo, incluyendo familiares, amigos y profesionales de la salud mental, puede ser invaluable para ayudarles a enfrentar el duelo y a desarrollar nuevas formas de abordar y apoyar a su hijo con TEA.

En última instancia, aunque el diagnóstico de TEA puede suponer un proceso de duelo doloroso, muchas familias encuentran formas de adaptarse y encontrar una nueva perspectiva sobre la crianza y el cuidado de su hijo. Con el tiempo, el apoyo adecuado y la comprensión, pueden descubrir nuevas fortalezas y recursos para enfrentar los desafíos que el TEA presenta y construir una vida significativa y enriquecedora para toda la familia

### **Afectación a la dinámica familiar**

El informe de las Naciones Unidas de 1988, citado por Sarquis (1993), destaca una serie de funciones y tareas que se consideran importantes para que la familia cumpla su papel en el desarrollo y bienestar de sus miembros. Algunas de estas funciones incluyen:

- Desarrollo y socialización de los hijos: La familia juega un papel fundamental en el desarrollo y socialización de los hijos. Proporciona cuidado, amor, alimento y satisface las necesidades básicas de los niños. Además, crea un entorno intelectual, emocional e interpersonal adecuado para su bienestar psicosocial.
- Funcionar como sistema: La familia funciona como un sistema que facilita la vida de sus miembros. Proporciona un medio para que los miembros de la familia se pongan en contacto y se comuniquen entre sí. También permite que los miembros confronten sus puntos de vista y diferencias, incluso cuando sus aspiraciones, aptitudes y potencialidades son diferentes.
- Transmisión de la cultura y valores: La familia tiene un papel importante en la transmisión de la cultura, normas y valores de la sociedad a sus miembros. A través de la socialización, los padres enseñan a sus hijos las creencias, tradiciones y comportamientos que son valorados por su comunidad y cultura.
- Adaptación y cambio: La familia tiene la capacidad de adaptarse y cambiar a medida que evoluciona y enfrenta nuevos desafíos. Puede modificar las normas y valores que no se ajusten a la realidad y a las necesidades cambiantes de sus miembros.

En síntesis, la familia cumple un rol esencial en el desarrollo y bienestar de sus miembros. Proporciona el ambiente y el apoyo necesario para el crecimiento emocional, social e intelectual de los hijos. Además, actúa como un sistema que promueve la comunicación y la confrontación de ideas entre sus miembros, fomentando el respeto por las diferencias individuales. También desempeña un papel crucial en la transmisión de la cultura, normas y valores a las generaciones futuras. La capacidad de adaptarse y cambiar es una característica fundamental de la familia, lo que le permite enfrentar los desafíos de la vida y evolucionar a lo largo del tiempo.

El trastorno del espectro autista (TEA) puede tener un impacto significativo en la dinámica familiar. La presencia de un hijo con TEA puede generar cambios en la estructura y funcionamiento familiar, así como en las interacciones y roles de los miembros de la familia.

Núñez (2007, 2010) destaca una serie de características y aspectos importantes a

considerar en el ciclo vital de una familia que tiene un hijo con discapacidad, como en el caso de un hijo con Trastorno del Espectro Autista (TEA). Estas características pueden influir en la manera en que la familia se adapta y enfrenta los desafíos asociados con la discapacidad de su hijo. Algunas de estas características incluyen:

- Impacto en la familia: La llegada de un hijo con discapacidad puede generar un impacto significativo en la dinámica familiar y en las relaciones entre los miembros de la familia. Puede haber cambios en los roles y responsabilidades, así como en las expectativas y sueños que los padres tenían para su hijo.
- Estrés y sobrecarga: El cuidado de un hijo con discapacidad, como el TEA, puede ser emocionalmente y físicamente demandante para los padres. Pueden experimentar altos niveles de estrés y sobrecarga, especialmente si tienen que hacer frente a múltiples responsabilidades y desafíos adicionales.
- Necesidad de apoyo y recursos: Las familias con hijos con discapacidad pueden requerir acceso a recursos y servicios especializados, como terapias, intervenciones educativas y apoyo emocional. El contar con una red de apoyo, incluyendo profesionales, grupos de apoyo y familiares, puede ser esencial para ayudar a la familia a enfrentar los desafíos.
- Adaptación y resiliencia: Las familias pueden demostrar una gran capacidad de adaptación y resiliencia frente a la discapacidad de su hijo. Pueden encontrar nuevas formas de enfrentar los desafíos y de brindar un ambiente de apoyo para su hijo con discapacidad.
- Impacto en hermanos y otros miembros familiares: La discapacidad de un hijo también puede tener un impacto en los hermanos y otros miembros de la familia. Pueden experimentar una amplia gama de emociones y pueden necesitar apoyo y atención adicional.
- Etapas del ciclo vital: La discapacidad de un hijo puede influir en las diferentes etapas del ciclo vital de la familia, desde el embarazo y el nacimiento hasta la adolescencia y la vida adulta. Cada etapa puede presentar sus propios desafíos y ajustes.
- Nuevas perspectivas y crecimiento personal: A pesar de los desafíos, algunas

familias encuentran que la discapacidad de su hijo les brinda nuevas perspectivas sobre la vida y les permite desarrollar un crecimiento personal y una comprensión más profunda.

Los padres de niños con Trastorno del Espectro Autista (TEA) enfrentan desafíos adicionales en comparación con padres de niños que no tienen este trastorno. Estos desafíos pueden generar niveles elevados de estrés y presión en la vida diaria de la familia. Además, la presencia de un hijo con TEA puede afectar la relación entre los padres. Pueden experimentar tensiones y conflictos relacionados con las diferencias en la forma de manejar y comprender el TEA, las decisiones sobre el tratamiento y el apoyo necesario para el niño. Esto puede generar tensiones adicionales en la relación de pareja.

Los hermanos también pueden experimentar impactos en la dinámica familiar. Pueden sentirse frustrados, celosos o descuidados debido a la atención y recursos que se destinan al niño con TEA. También pueden asumir roles de cuidadores adicionales o sentirse responsables de proteger y apoyar a su hermano con TEA.

Las conductas de los niños con Trastorno del Espectro Autista (TEA) pueden tener un impacto en la dinámica familiar. La atención adicional que requieren los niños con TEA puede generar cambios en la distribución del tiempo y los recursos de los padres, lo que puede afectar las relaciones entre los hermanos y la dinámica familiar en general.

Los hermanos de niños con TEA a menudo se ven afectados por esta dinámica. Pueden surgir sentimientos de responsabilidad y protección hacia el hermano con TEA, lo que puede generar tensiones o conflictos con los demás hermanos o incluso con los padres. Además, los hermanos pueden sentir que no reciben la misma atención o que sus necesidades emocionales no se satisfacen por completo debido a las demandas de atención hacia el hermano con TEA.

Las conductas desafiantes o agresivas que a veces pueden manifestar los niños con TEA también pueden generar cambios significativos en la dinámica familiar. Estas conductas pueden afectar el ambiente familiar y generar estrés adicional para todos los miembros de la familia. Los padres pueden tener que adaptar sus rutinas, actividades y formas de comunicación para abordar las necesidades y los comportamientos de su hijo

con TEA.

Las conductas desafiantes o agresivas que a veces se manifiestan en los niños con Trastorno del Espectro Autista (TEA) pueden tener un impacto significativo en la dinámica familiar. Estas conductas pueden ser desencadenadas por diversas razones, como dificultades en la comunicación, dificultades para regular las emociones, ansiedad, frustración o cambios en la rutina.

El impacto de estas conductas puede ser desafiante para los padres y otros miembros de la familia, y puede generar estrés adicional y tensión en el hogar. Los padres pueden enfrentarse a desafíos para adaptar sus rutinas y actividades diarias para abordar las necesidades y comportamientos de su hijo con TEA. Algunas formas en que estas conductas pueden afectar la dinámica familiar incluyen:

- Cambios en la rutina: Las conductas desafiantes pueden llevar a cambios en la rutina familiar. Los padres pueden tener que adaptar sus planes y actividades para manejar situaciones imprevistas o evitar desencadenantes de comportamientos problemáticos.
- Tensión y estrés emocional: Los padres pueden sentirse emocionalmente agotados y estresados al lidiar con comportamientos desafiantes de manera continua. Esto puede generar tensión en las relaciones familiares y afectar la calidad de vida de todos los miembros de la familia.
- Aislamiento social: Las familias pueden sentirse aisladas socialmente si se enfrentan a comportamientos desafiantes en situaciones públicas o cuando visitan a amigos o familiares. Esto puede llevar a evitar ciertas situaciones sociales y limitar las interacciones sociales.
- Distribución desigual de la atención: Los padres pueden necesitar dedicar más tiempo y atención a su hijo con TEA para manejar las conductas problemáticas. Esto puede generar sentimientos de culpa o frustración en los hermanos u otros miembros de la familia que pueden sentir que no reciben la misma cantidad de atención.
- Impacto en la comunicación: Las dificultades de comunicación de un niño con TEA pueden afectar la interacción y la comunicación dentro de la familia. Los

padres pueden tener que desarrollar nuevas formas de comunicarse con su hijo y con otros miembros de la familia para facilitar la comprensión y evitar conflictos.

Es importante tener en cuenta que el impacto en la dinámica familiar puede variar según el nivel de autismo que presente el niño y la forma en que la familia afronte y se adapte a la situación. Algunas familias pueden experimentar un mayor nivel de estrés y alteraciones en su vida diaria, mientras que otras pueden encontrar formas de manejar y equilibrar las demandas de atención y cuidado.

Es fundamental que la familia como un todo reciba apoyo y recursos adecuados para lidiar con estos cambios. La terapia familiar y el apoyo psicológico pueden ayudar a fortalecer las relaciones familiares, facilitar la comunicación efectiva y desarrollar estrategias para manejar el estrés y las dificultades que puedan surgir en el contexto del TEA.

En general, es importante reconocer y abordar los cambios en la dinámica familiar que pueden surgir debido al TEA, promoviendo el bienestar de todos los miembros de la familia y buscando un equilibrio entre las necesidades de cada uno. En este contexto, es fundamental brindar a las familias de niños con TEA el apoyo emocional, información, recursos y servicios adecuados para ayudarles a manejar los desafíos y promover el bienestar de todos los miembros de la familia.

Es importante destacar que cada familia es única y la forma en que el TEA afecta la dinámica familiar puede variar. Algunas familias pueden encontrar formas de adaptarse y mantener un equilibrio, mientras que otras pueden requerir apoyo adicional para lidiar con los desafíos que enfrentan.

## **ESTRÉS**

El estrés es una respuesta natural y común a las demandas y presiones de la vida diaria. Puede ser desencadenado por diversos factores, como situaciones desafiantes, cambios importantes, responsabilidades, problemas de salud, relaciones difíciles o cualquier evento que se perciba como una amenaza o desafío.

El estrés puede manifestarse a nivel emocional, físico y cognitivo, y cada persona

puede experimentarlo de manera diferente. Algunos síntomas comunes del estrés pueden incluir irritabilidad, ansiedad, dificultad para concentrarse, cansancio, alteraciones del sueño, dolores de cabeza y tensión muscular, entre otros.

Como indica Pérez, D., et al. (2014) Hans Selye revela que el estrés es un estado adaptativo en el cual la persona como individuo genera una respuesta fisiológica y psíquica ante situaciones amenazantes que conllevan riesgos, este proceso consiste en una interacción entre sucesos del entorno y las respuestas emocionales, físicas e intelectuales de la persona.

El estrés es una respuesta que puede variar según la situación que lo provoca, siendo esta algo muy agradable o completamente desagradable para la persona, generando así una respuesta fisiológica ante cualquiera de estas situaciones, lo que puede provocar diversos tipos de respuesta.

Al respecto, Selye (1978), lo define como una respuesta inespecífica que emite el cuerpo como resultado de un acontecimiento estresante, ya sea de agrado o desagrado. También, Sandín (2003), señaló que un estresor puede estar dado por cualquier suceso, situación, persona u objeto que se percibe como estímulo o situación que provoca una respuesta de estrés.

El estrés también se puede ver generado por la paternidad, la preocupación en los padres por el cuidado y el desarrollo adecuado de sus hijos puede ser altamente estresante durante la crianza, esto se verá influenciado por su capacidad para manejar las situaciones y la búsqueda de un equilibrio.

Así como lo señalan Abidin y Brunner (1995 citados por Vera y Peña, 2005) el estrés está determinado por el apoyo percibido del padre, los recursos y habilidades de la pareja para mantener un estado de equilibrio afectivo y una promoción adecuada del desarrollo del niño.

En esto radica la importancia de que los padres busquen manejar de una manera adecuada su estrés en el momento de criar a sus hijos, buscando mantener el equilibrio ante las situaciones que emerjan.

En el contexto de la crianza de un hijo con Trastorno del Espectro Autista (TEA)

u otras situaciones estresantes, es comprensible que los padres puedan experimentar niveles elevados de estrés. Las demandas adicionales de atención y cuidado, las preocupaciones sobre el bienestar y el futuro del hijo, los desafíos emocionales y las alteraciones en la dinámica familiar pueden contribuir al estrés.

## **TEORÍAS ACERCA DEL ESTRÉS**

### **Teoría Fisiológica**

Selye citado por Oblitas (2010) indica que la teoría fisiológica del estrés, propuesta por Hans Selye en 1960, sostiene que el estrés es resultado de una respuesta no específica que los individuos tienen frente a diversas situaciones de la vida que imponen demandas y perturban su equilibrio.

Esta teoría se basa en la idea de que el estrés es una respuesta del cuerpo a estímulos o situaciones que se perciben como amenazantes o desafiantes para el bienestar o la homeostasis del individuo. Esta teoría se centra en los cambios físicos y biológicos que ocurren en el cuerpo en respuesta al estrés, y se basa en la idea de que el estrés es una reacción adaptativa que prepara al organismo para enfrentar situaciones potencialmente peligrosas.

El estrés surge como resultado de demandas no específicas originadas por situaciones que requieren una respuesta inmediata. En tales circunstancias, se activan en el individuo mecanismos de supervivencia, como la respuesta de luchar o huir, los cuales son compartidos por la mayoría de las especies animales y están mediados por la liberación de adrenalina por parte de las glándulas suprarrenales.

Gutiérrez González Clarissa y Guaba Andújar Laudy (2017) en su trabajo de grado *Estrategias de afrontamiento, en padres de hijo/as diagnosticados con TEA, para el manejo*

*del estrés, en el Centro de Atención Psicológica y del Lenguaje (APEL)* destacan que la secreción de adrenalina en el organismo, producto de la acción de las glándulas suprarrenales, conlleva una serie de síntomas, como la contracción de órganos para minimizar la pérdida de sangre, el aumento de la frecuencia cardíaca, y una intensificación de los sentidos, entre otros.

La liberación de adrenalina en el cuerpo debido a la actividad de las glándulas suprarrenales provoca una serie de manifestaciones físicas, que incluyen la contracción de órganos con el propósito de reducir la pérdida de sangre, el incremento en la frecuencia cardíaca y una amplificación de los sentidos, entre otros efectos.

Alejandro Luque Figueroa (2020) en su artículo explica algunos de los principales aspectos de la teoría fisiológica del estrés:

*Respuesta de lucha o huida:* Cuando una persona percibe una situación como estresante, el cuerpo activa una respuesta de lucha o huida. Esta respuesta involucra una serie de cambios fisiológicos, como la liberación de hormonas del estrés, como el cortisol y la adrenalina, el aumento de la frecuencia cardíaca, la dilatación de las vías respiratorias y la redistribución del flujo sanguíneo hacia los músculos esqueléticos, lo que prepara al cuerpo para enfrentar la amenaza o huir de ella.

*Sistema nervioso simpático y parasimpático:* El sistema nervioso autónomo, que incluye el sistema nervioso simpático y parasimpático, desempeña un papel fundamental en la respuesta al estrés. El sistema simpático se activa durante la respuesta de lucha o huida, mientras que el sistema parasimpático ayuda a restaurar la calma y la homeostasis una vez que ha pasado la amenaza percibida.

*Efectos a largo plazo:* Si la respuesta al estrés se mantiene durante períodos prolongados o es crónica, puede tener efectos negativos en la salud, como aumento del riesgo de enfermedades cardiovasculares, problemas inmunológicos, trastornos del sueño y problemas psicológicos, como la ansiedad y la depresión. Esto se debe a la continua liberación de hormonas del estrés y la exposición a altos niveles de activación fisiológica.

*Factores moduladores:* La respuesta fisiológica al estrés puede variar según factores individuales, como la genética, la experiencia previa de estrés y la capacidad de afrontamiento. Algunas personas pueden ser más resistentes al estrés que otras debido a diferencias en su sistema nervioso y en la forma en que regulan las respuestas fisiológicas.

En resumen, la teoría fisiológica del estrés se centra en cómo el cuerpo reacciona

a las situaciones estresantes a través de cambios en el sistema nervioso autónomo y la liberación de hormonas del estrés. Si bien la respuesta al estrés es una adaptación evolutiva que puede ser beneficiosa en situaciones de peligro, su activación crónica o prolongada puede tener efectos perjudiciales en la salud física y mental.

### **Teoría de los sucesos vitales**

La teoría de los sucesos vitales es un enfoque en psicología y medicina que sugiere que los eventos o sucesos significativos que ocurren en la vida de una persona pueden tener un impacto importante en su salud mental y física. Esta teoría se basa en la idea de que ciertos eventos vitales, ya sean positivos o negativos, pueden ser fuentes de estrés y desencadenar una serie de reacciones emocionales y físicas.

Desde esta perspectiva, Orlitzky (2010) menciona que los factores desencadenantes del estrés se pueden atribuir principalmente a estímulos ambientales. A lo largo de varios años de investigaciones longitudinales, Holmes y Rahe observaron que los cambios en la vida de una persona, así como situaciones significativas que pueden marcar la existencia de los individuos, provocan una disminución de la capacidad del sistema inmunológico y los hacen más susceptibles al estrés. Es importante destacar que no todos los cambios en la vida de una persona necesariamente tienen que ser negativos para debilitar el sistema inmunológico, ya que los investigadores también identificaron que los cambios positivos pueden formar parte de este proceso.

Algunos ejemplos de cambios externos

- Positivos: Casarse, nacimiento de un niño, graduarse de la universidad.
- Negativos: Contraer una enfermedad terminal, divorciarse, Ser despedido del empleo

Algunos de los conceptos clave relacionados con la teoría de los sucesos vitales incluyen:

Sucesos vitales estresantes: Estos son eventos importantes que pueden ser percibidos como amenazantes o desafiantes para el individuo. Ejemplos de sucesos vitales estresantes incluyen la pérdida de un ser querido, el divorcio, la pérdida del empleo, un cambio de residencia, enfermedades graves o accidentes.

**Estrés acumulativo:** La teoría de los sucesos vitales sugiere que la acumulación de sucesos vitales estresantes a lo largo del tiempo puede aumentar el riesgo de problemas de salud mental y física. Cuantos más sucesos vitales estresantes experimente una persona, mayor puede ser su nivel de estrés y su impacto en su bienestar.

**Vulnerabilidad individual:** La respuesta de una persona a los sucesos vitales estresantes puede variar según su nivel de vulnerabilidad individual. Factores como la personalidad, el apoyo social, la resiliencia y los recursos personales desempeñan un papel importante en cómo una persona enfrenta y se adapta a los sucesos vitales.

**Eventos positivos:** Aunque la mayoría de las investigaciones se centran en los sucesos vitales estresantes, también se reconoce que los eventos positivos, como el matrimonio, el nacimiento de un hijo o el logro de metas personales, pueden generar estrés debido a los cambios y ajustes que implican.

Esta teoría ha sido ampliamente estudiada en el campo de la psicología del estrés y la salud, y se ha utilizado para comprender mejor cómo los eventos de la vida pueden influir en la salud mental y física de las personas. Ayuda a destacar la importancia de considerar la relación entre los sucesos vitales y el bienestar, así como la necesidad de apoyo y recursos para ayudar a las personas a afrontar y adaptarse a los desafíos que estos sucesos pueden presentar en sus vidas.

### **Teoría de la evaluación cognitiva**

La teoría de la evaluación cognitiva del estrés es un enfoque en psicología que se centra en cómo las personas perciben y evalúan una situación como estresante o amenazante. Esta teoría sugiere que no es la situación en sí misma la que determina la respuesta al estrés, sino la interpretación y evaluación que la persona hace de esa situación.

Mediante esta perspectiva, se puede profundizar en la comprensión del factor psicológico que origina el estrés, en contraste con las teorías previas que se centraban

principalmente en factores externos al individuo (Oblitas, 2010).

La perspectiva detalla cómo el individuo asume la responsabilidad como creador de los síntomas de estrés en su vida. En este enfoque, se argumenta que el estrés se origina en la dimensión cognitiva del individuo, donde se atribuye significado a la situación específica que está experimentando en ese momento. Los creadores de esta teoría, Richard Lazarus y Folkman, presentaron estos conceptos en su influyente libro "Estrés y procesos cognitivos" en 1986. Según este modelo, el estrés resulta de una evaluación que el individuo realiza sobre la situación, determinando si implica una amenaza, pérdida, daño o desafío para él.

La función principal de la dimensión cognitiva en esta teoría es evaluar de manera individualizada cada situación o evento que el sujeto enfrenta. En base a esta evaluación, la persona clasifica la situación como amenazante o peligrosa para su bienestar y, en consecuencia, emplea los mecanismos de afrontamiento disponibles para hacer frente a ella, ya sea de manera positiva o negativa.

De acuerdo con Lazarus y Folkman (1986), la evaluación cognitiva se divide en cuatro modalidades:

**Amenaza:** Esta modalidad implica anticipar posibles daños futuros como resultado de la situación.

**Daño / Pérdida:** Aquí se evalúan las consecuencias de la situación, incluyendo cualquier pérdida o daño que pueda causar.

**Desafío:** Esta modalidad valora la situación que genera resultados inciertos o desafiantes para el individuo.

**Beneficio:** En esta modalidad, se evalúa la situación de manera positiva, no generando estrés, y posiblemente se ve como beneficiosa.

La teoría de la evaluación cognitiva del estrés pone de relieve la importancia de la percepción y la interpretación individual en la experiencia del estrés. Lo que una persona considera estresante puede variar significativamente según sus evaluaciones cognitivas. Esto ha llevado a un enfoque en la terapia cognitivo-conductual y otras intervenciones que ayudan a las personas a cambiar sus patrones de pensamiento y

evaluación para manejar de manera más efectiva el estrés. Es decir que, según esta perspectiva, el estrés surge de la evaluación cognitiva que el individuo realiza sobre las situaciones que enfrenta, y esta evaluación determina cómo el individuo responde y afronta dichas situaciones.

### **Modelos Integradores**

Con el paso del tiempo, numerosas investigaciones han ampliado el campo de estudio en relación al estrés. Estos avances científicos han enriquecido las teorías previamente mencionadas y han llevado a la conclusión de que no es viable depender exclusivamente de un solo enfoque para comprender el funcionamiento del estrés. En su lugar, se recomienda integrar todas las teorías previamente validadas en una única explicación o concepto global del estrés, que incluya tanto los factores físicos como los psicológicos como desencadenantes (Oblitas, 2010).

El modelo propuesto por Sandin (1995) para explicar el estrés y cómo afecta al individuo incorpora diversos elementos, que incluyen:

1. Demandas psicosociales: Estos son factores externos o ambientales que pueden generar estrés.
2. Evaluación cognitiva: Se refiere a la evaluación psicológica que el individuo realiza de la situación estresante.
3. Respuesta al estrés: Implica las manifestaciones físicas y fisiológicas que resultan del estrés.
4. Estrategias de afrontamiento: Representan las herramientas internas que el individuo utiliza para manejar el estrés.
5. Apoyo social: Incluye el apoyo proporcionado por grupos y redes sociales.
6. Variables disposicionales: Se refieren a factores individuales como el género, la edad, los rasgos de personalidad y el contexto cultural.
7. Estado de salud: Engloba los factores que pueden mitigar o agravar el estrés, como el ejercicio físico y las prácticas como el yoga.

Este enfoque integral reconoce la complejidad del estrés y la necesidad de considerar una variedad de factores interrelacionados para comprender completamente

cómo afecta a las personas.

Los modelos integradores del estrés son enfoques que buscan comprender el estrés considerando múltiples factores y procesos interrelacionados. Estos modelos reconocen que el estrés es un fenómeno complejo que involucra aspectos físicos, psicológicos, sociales y ambientales. Algunos de los modelos integradores más destacados incluyen:

1. **Modelo Biopsicosocial:** Este modelo considera que el estrés es el resultado de la interacción entre factores biológicos, psicológicos y sociales. Reconoce que la respuesta al estrés involucra cambios fisiológicos en el cuerpo, así como la percepción y evaluación cognitiva de la situación estresante, además de factores sociales como el apoyo social y el entorno.
2. **Modelo Transaccional del Estrés (Lazarus y Folkman):** Este modelo se enfoca en cómo las personas evalúan y hacen frente a las situaciones estresantes. Sostiene que la respuesta al estrés depende de la evaluación cognitiva de la situación (evaluación primaria y secundaria) y de los recursos de afrontamiento disponibles. También considera el papel de las emociones en la respuesta al estrés.
3. **Modelo de Estrés Psiconeuroinmunología (PNI):** Este enfoque explora la relación entre el estrés, el sistema nervioso, el sistema inmunológico y la salud. Se centra en cómo el estrés crónico puede afectar negativamente el sistema inmunológico, aumentando la vulnerabilidad a enfermedades.
4. **Modelo de Estrés Laboral (Demanda-Control-Soporte):** Este modelo se aplica específicamente al ámbito laboral y considera factores como la demanda laboral (carga de trabajo), el control sobre el trabajo y el apoyo social en el lugar de trabajo como determinantes del estrés ocupacional. Fue desarrollado por Karasek en 1979.
5. **Modelo de Vulnerabilidad y Resiliencia:** Este enfoque destaca la variabilidad individual en la respuesta al estrés. Reconoce que algunas personas son más vulnerables al estrés debido a factores como la genética, las experiencias pasadas o la falta de recursos, mientras que otras muestran resiliencia y capacidad para hacer frente a situaciones estresantes.

6. **Modelo Ecológico del Estrés:** Este modelo amplía la perspectiva del estrés para incluir factores ambientales y socioculturales. Considera cómo el estrés puede ser influenciado por el entorno físico, las normas sociales y las condiciones económicas.

Estos modelos integradores buscan proporcionar una comprensión más completa del estrés, reconociendo su naturaleza multidimensional y la influencia de diversos factores en la experiencia y respuesta al estrés. Cada uno de estos modelos aporta una perspectiva única para abordar y comprender el estrés en diferentes contextos y situaciones.

## **FACTORES ESTRESANTES**

Los factores estresantes son situaciones, eventos, condiciones o demandas que pueden generar estrés en una persona. Estos factores pueden variar ampliamente de una persona a otra, ya que lo que puede ser estresante para una persona puede no serlo necesariamente para otra. Los factores estresantes pueden ser de naturaleza física, psicológica, social o ambiental.

Estos se pueden clasificar en:

Las frustraciones se refieren a una respuesta emocional provocada por una serie de obstáculos, tanto internos como externos, que desencadenan sentimientos de frustración. Es una de las emociones humanas más comunes y conocidas. La forma en que aprendemos a gestionarla puede tener un impacto significativo en la reducción del estrés en nuestras vidas. Por otro lado, si no logramos manejarla adecuadamente, es probable que el estrés aumente con el tiempo.

Prácticamente todos los seres humanos han experimentado la frustración en algún momento de sus vidas, pero la diferencia radica en los recursos internos de adaptación que poseemos. La frustración puede manifestarse como resultado de diversas situaciones, como insatisfacción personal, soledad, pérdida de seres queridos, fracasos, responsabilidades abrumadoras, entre otros (Butcher, et al., 2007).

Los conflictos se refieren a situaciones en las que el estrés surge como resultado de dos causas u orígenes que son completamente opuestos entre sí. Según Butcher et al.

(2007), estos conflictos pueden clasificarse en tres categorías: aproximación-evitación, doble aproximación y doble evitación. En estos conflictos, una persona experimenta una lucha interna entre dos necesidades incompatibles, lo que genera estrés debido a la tensión que se produce al tratar de abordar ambas necesidades contradictorias.

Además de las frustraciones y los conflictos, hay otro factor fundamental en el contexto del estrés: las presiones. Las presiones pueden manifestarse tanto en aspectos internos como externos de nuestro entorno. Estas presiones pueden llevarnos a modificar nuestras conductas y, como resultado, pueden provocar comportamientos desadaptativos en el futuro, ya que pueden afectar negativamente nuestras estrategias de afrontamiento para gestionar el estrés (Butcher, et al., 2007).

## **ESTRÉS PARENTAL**

Según Loyd y Abidin (1985) el estrés parental se determina por el sentido de competencia, personalidad, comportamiento y adaptabilidad de los padres para la crianza o cuidado de sus hijos

Loyd y Abidin (1985) desarrollaron una medida llamada "Inventario de Estrés Parental" (Parenting Stress Index, PSI) para evaluar el estrés percibido por los padres en el cuidado y crianza de sus hijos. Según su modelo, el estrés parental se determina por varios factores:

- Sentido de competencia: El grado en que los padres se sienten competentes y capaces de satisfacer las necesidades de sus hijos y enfrentar los desafíos de la crianza. Cuando los padres se sienten inseguros o poco competentes en su rol de cuidadores, pueden experimentar mayor estrés.
- Personalidad: La personalidad de los padres y su capacidad para manejar el estrés y las dificultades pueden influir en cómo enfrentan las demandas de la crianza. Algunas personas tienen una mayor capacidad para lidiar con el estrés, mientras que otras pueden ser más propensas a sentirse abrumadas.
- Comportamiento: Los comportamientos de los hijos, especialmente si presentan desafíos o dificultades de desarrollo, pueden contribuir al estrés parental. Los problemas de comportamiento en los niños pueden ser una fuente de estrés

significativa para los padres.

- Adaptabilidad: La capacidad de los padres para adaptarse y ajustarse a las demandas cambiantes de la crianza y la vida familiar. La falta de adaptabilidad puede aumentar el estrés parental, especialmente cuando surgen cambios inesperados o situaciones difíciles.

El estrés parental puede variar según las circunstancias específicas de cada familia y la naturaleza de las necesidades y desafíos de los hijos. Cada padre o cuidador puede experimentar el estrés de manera única y tener diferentes recursos para hacerle frente. La medición del estrés parental es importante para comprender las necesidades de apoyo de las familias y proporcionar intervenciones adecuadas para ayudar a los padres a manejar el estrés y mejorar la calidad de vida de la familia en general.

El enfoque ecológico y sistémico de Abidin (1990) considera que el estrés parental en la crianza de los hijos surge debido a una interacción compleja entre ciertas características del niño y ciertas características de los padres. En su modelo, Abidin identifica varios factores asociados al estrés parental:

- Características del niño: El temperamento del niño, que incluye su humor, habilidad de adaptación a cambios, nivel de hiperactividad y las demandas que presenta, puede influir en el nivel de estrés que experimentan los padres. Los niños con temperamentos más difíciles o exigentes pueden generar más tensión en los padres.
- Cumplimiento de expectativas: El grado en que el niño cumple o se ajusta a las expectativas que los padres tenían sobre él puede afectar el nivel de estrés parental. Si los padres enfrentan dificultades para ver que sus expectativas se cumplen, esto puede generar frustración y tensión.
- Reforzamiento del niño: El nivel de apoyo, afecto y cooperación que el niño ofrece a sus padres también puede influir en el estrés parental. Un niño que brinda reforzamiento positivo y gratificante puede contribuir a reducir el estrés parental, mientras que un niño con dificultades en este aspecto puede aumentar la tensión.
- Características de los padres: Las características de personalidad de los padres, como su nivel de resiliencia, tolerancia al estrés y habilidades para manejar la

crianza, también pueden tener un impacto en el estrés que experimentan. Además, problemas psicopatológicos como la depresión o las toxicomanías pueden afectar la capacidad de los padres para enfrentar el desafío de criar a sus hijos.

- Habilidades de manejo del niño y relación conyugal: Las habilidades de los padres para manejar el comportamiento del niño y su relación con su pareja también pueden influir en el estrés parental. Una relación conyugal estable y habilidades efectivas para la crianza pueden ayudar a reducir el estrés.
- Apoyo social: El apoyo que los padres reciben de su entorno, incluyendo la familia extensa y amigos, puede moderar el nivel de estrés parental. Un adecuado apoyo social puede brindar recursos y aliviar la carga emocional de la crianza.

En conjunto, este enfoque ecológico y sistémico destaca la importancia de considerar múltiples factores en la experiencia del estrés parental, lo que permite comprender mejor las dinámicas complejas que influyen en la crianza de los hijos con Trastorno del Espectro Autista (TEA) y otras condiciones de desarrollo.

Abidin (1992) amplía su modelo sobre el estrés parental al enfocarse en la importancia de la percepción y las cogniciones de los padres en el nivel de estrés que experimentan. El concepto de "relevancia o compromiso con el rol parental" se refiere a las creencias y expectativas que los padres tienen sobre sí mismos como padres y sobre sus hijos, y cómo estas creencias influyen en su experiencia de estrés parental.

En este modelo, se considera que cada progenitor tiene un "modelo interno" de sí mismo como padre o madre, que incluye lo que esperan de sí mismos y de sus hijos en el cumplimiento del rol parental. Estas creencias y expectativas actúan como mediadoras o moderadoras entre los factores estresantes que enfrentan los padres (provenientes de sus propias características, de sus hijos o del entorno) y el nivel de estrés parental que experimentan.

En otras palabras, la forma en que los padres perciben y se enfrentan a los desafíos de la crianza influye en la cantidad de estrés que experimentan. Por ejemplo, los padres que tienen expectativas poco realistas sobre sí mismos o sobre sus hijos como padres pueden sentirse más estresados cuando enfrentan dificultades en la crianza, ya que estas dificultades pueden entrar en conflicto con sus expectativas.

Además, Abidin destaca que los padres que muestran un mayor nivel de estrés parental tienden a percibir a sus hijos como más difíciles, utilizan patrones de disciplina menos efectivos y pueden tener interacciones menos funcionales con ellos. Esta relación bidireccional entre el estrés parental y las dificultades en el hijo sugiere que el estrés puede influir en la dinámica familiar y en la relación entre padres e hijos, y viceversa.

Este enfoque de Abidin destaca la importancia de comprender las creencias y expectativas de los padres sobre su rol parental, ya que estas pueden afectar significativamente su experiencia de estrés y su capacidad para enfrentar los desafíos asociados con la crianza de un niño con Trastorno del Espectro Autista (TEA) u otras condiciones de desarrollo. La consideración de estos factores puede ser útil para el diseño de intervenciones y apoyos adecuados para las familias que enfrentan el desafío de criar a un hijo con necesidades especiales.

### **Estrés por la crianza de niños con TEA**

Desde la gestación los padres se preparan para la llegada su hijo o hija, ven desde los detalles más simples hasta los más complejos, dedican un tiempo para pensar y elegir el nombre de su bebé, el color de ropa con la que se vestirá, la habitación en la que dormirá, las necesidades que tendrá, como su plato de comida, los lugares a los que irán, entre otros, así sucesivamente los padres se llenan de ilusiones acerca de sus hijos. El problema surge cuando al nacer descubren que este tiene un trastorno de espectro autista, de pronto todas las ilusiones se ven afectadas, surge en los padres la duda de que harán, el temor al juicio social, un sentimiento de culpa, negación para finalmente llegar a la aceptación, todo esto genera en los padres altos niveles de estrés.

Larban (2013) refiere que algunos bebés presentan síntomas perceptibles ante los padres como señales, que algo inusual sucede, él bebe no conseguirá responder a estímulos de sonido y no mantendrá un contacto visual.

La sintomatología de estos niños implica una enorme cantidad de emociones y sentimientos en los padres, generando sentimientos de desesperación, temor, inseguridad, diversos sentimientos y sensaciones según la ocasión, pueden estar entre miedos y sentimientos de satisfacción y entusiasmo, teniendo así un conjunto de

ilusiones y también desilusiones frente al conocimiento del diagnóstico y la confirmación del mismo, siendo este solo el inicio del incremento en sus niveles de estrés.

Es comprensible que los padres que tienen hijos con Trastorno del Espectro Autista (TEA) puedan experimentar niveles elevados de estrés. El TEA es un trastorno neurobiológico que afecta el desarrollo del cerebro y se caracteriza por dificultades en la comunicación, interacción social y comportamientos repetitivos o restrictivos.

A continuación, se mencionan algunas razones por las cuales los padres pueden experimentar estrés en esta situación:

- *Incertidumbre*: El diagnóstico del TEA puede generar incertidumbre sobre el futuro de su hijo y cómo se desarrollará. Los padres pueden preocuparse por las dificultades que su hijo pueda enfrentar a lo largo de su vida y cómo podrán ayudarlo.
- *Necesidades especiales*: Los niños con TEA suelen tener necesidades especiales en términos de educación, terapias y cuidado. Esto puede implicar una dedicación de tiempo y energía considerable por parte de los padres, lo que puede generar estrés adicional.
- *Dificultades en la comunicación*: El TEA puede afectar la capacidad de un niño para comunicarse de manera efectiva. Esto puede ser frustrante tanto para el niño como para los padres, ya que la comunicación es clave para la interacción y comprensión mutua.
- *Desafíos sociales*: Los niños con TEA pueden tener dificultades para relacionarse con otros y participar en actividades sociales. Esto puede generar preocupación y aislamiento social tanto para el niño como para los padres.
- *Rutinas y comportamientos repetitivos*: Muchos niños con TEA se benefician de la estructura y las rutinas predecibles. Sin embargo, esto

puede ser desafiante para los padres, ya que puede limitar su flexibilidad y requerir una planificación cuidadosa.

Es importante que los padres de niños con TEA cuiden de su propio bienestar y manejen el estrés de manera adecuada, puesto que tener un hijo con una discapacidad, como el Trastorno del Espectro Autista (TEA), puede afectar la salud mental de los miembros de la familia, incluidos los padres. El estudio de Ostberg y Hagekull en el año 2000, citado por Pineda (2012), respalda esta afirmación al indicar que la presencia de una limitación mental en un hijo puede generar estrés adicional.

El estrés puede surgir debido a las demandas y responsabilidades adicionales que conlleva criar a un niño con TEA. Los padres pueden sentirse abrumados por las necesidades especiales de su hijo, la necesidad de acceder a servicios y terapias adecuados, y la incertidumbre sobre el futuro.

Además, los padres pueden enfrentar desafíos emocionales al procesar y aceptar el diagnóstico de su hijo. Pueden experimentar sentimientos de tristeza, culpa, frustración o preocupación por el bienestar y el futuro de su hijo. Estos sentimientos pueden contribuir al estrés y afectar la salud mental de los padres.

Es importante que los padres reciban apoyo y cuiden de su propia salud mental en estas circunstancias. Pueden beneficiarse de buscar ayuda profesional, como terapia individual o familiar, para abordar el estrés y las emociones relacionadas con la crianza de un niño con TEA. También es útil conectarse con otros padres en situaciones similares a través de grupos de apoyo y organizaciones comunitarias.

Cada familia es única y puede experimentar el estrés de manera diferente. Al reconocer y abordar estos desafíos, los padres pueden encontrar estrategias de afrontamiento efectivas y promover su propio bienestar y el de su familia en general.

Las reacciones de los padres ante el diagnóstico de un trastorno del espectro autista (TEA) o cualquier tipo de discapacidad en su hijo pueden variar considerablemente. Cada padre tiene su propia forma de procesar la noticia y puede experimentar una amplia gama de emociones.

Algunos padres pueden experimentar una sensación de shock, negación o tristeza

al recibir el diagnóstico. Pueden pasar por un período de duelo, ya que los padres pueden tener expectativas previas sobre el desarrollo y el futuro de su hijo que pueden verse desafiadas por el diagnóstico.

Además, los padres pueden sentirse abrumados y preocupados por el bienestar de su hijo, así como por las implicaciones a largo plazo que el TEA pueda tener en su vida familiar. Pueden surgir sentimientos de ansiedad, culpa, frustración o incluso aislamiento social. Como Y Ramírez (2013) lo señaló, los niveles de estrés se incrementan en los padres que tienen hijos con algún tipo de discapacidad, lo que lleva a la necesidad de que reciban un apoyo psicológico previo a conocer el diagnóstico definitivo, siendo preparados para afrontar todo lo que implica.

El apoyo psicológico antes y después del diagnóstico puede ser muy beneficioso para los padres. Un apoyo adecuado puede ayudarles a procesar sus emociones, comprender mejor el trastorno y aprender estrategias para manejar el estrés y las demandas cotidianas que implica criar a un niño con TEA.

Recibir información y educación sobre el TEA también puede ser útil para los padres, ya que les brinda una base de conocimientos sólida y les ayuda a comprender las necesidades de su hijo. Esto puede ayudarles a sentirse más preparados y capacitados para afrontar los desafíos que puedan surgir.

Por lo que, cada padre puede reaccionar de manera diferente ante el diagnóstico de TEA en su hijo, pero es común que los niveles de estrés se incrementen. El apoyo psicológico y la preparación previa al diagnóstico pueden desempeñar un papel importante en ayudar a los padres a afrontar y adaptarse a la situación de manera más saludable.

Del mismo modo las conductas de los niños que presentan el trastorno de espectro autista dan lugar a cambios en la dinámica familiar, debido a que la necesidad de atención que requieren es mayor a la de personas que no tienen este trastorno, por lo que la atención de los padres puede generar conflictos en las relaciones de sus hijos con sus hermanos, de la misma forma, los hermanos tenderán a tomar actitudes de cuidado y protección hacia el niño o niña que presente este trastorno en su hogar, en otros casos

las conductas de los niños autistas provocan que la familia entera cambie su forma de vida, dependiendo del nivel de autismo que presenten.

Lo mismo es mencionado por Reyes y Mesías (2005), indican que la conducta de los niños con trastorno del espectro autista originan alteraciones en la dinámica familiar, enfatizando en la relación con los padres y hermanos debido a la atención, provocando que la familia se aparte de su antigua cotidianidad; si es mayor el nivel de autismo que presenta un niño, mayor será el nivel de estrés que la familia percibirá, ya que los problemas de conducta del niños autista que se presentan son las agresividades o la destructibilidad, generando cambios en la dinámica familiar.

## **FAMILIAS CON HIJOS CON TEA**

Recibir un diagnóstico relacionado con una condición del neurodesarrollo que afecta a un hijo, sobrino o nieto puede ser un desafío difícil de afrontar. Esta noticia suele desencadenar una serie de emociones, como negación, incredulidad, desesperanza y otros sentimientos que resultan difíciles de manejar en ese momento (Doyle & Doyle, 2005).

Doyle & Doyle (2005) señalan que "cada padre percibe las diferencias en su hijo y comienza a preocuparse en varios niveles" (p. 280). Algunos padres pueden no mostrar preocupación inicialmente, pero para otros, esta situación puede resultar angustiante.

Una de las principales características que los padres notan cuando sospechan que su hijo podría tener autismo es que el niño no establece contacto visual ni responde cuando se le llama por su nombre. En algunos casos, los padres pueden pensar que el problema está relacionado con la audición y acuden a un médico para descartar esta posibilidad. Sin embargo, todas estas situaciones acumulativas pueden generar estrés en los padres (Polaino-Lorente, 1997).

George (2009) enfatiza la importancia de que si un padre tiene dudas sobre el desarrollo de su hijo en sus primeros años, busque un diagnóstico profesional. A través de una consulta médica, el médico puede referir a la familia a un especialista en el tema, quien realizará diversas evaluaciones para establecer un diagnóstico definitivo del niño.

Es común que los padres tengan altas expectativas de que su hijo sea saludable y

feliz cuando nace. Durante los primeros años, es posible que no se noten signos o síntomas de una condición de espectro autista (TEA), pero a medida que el niño crece, estas diferencias comienzan a hacerse evidentes (Doyle, 2005).

En esta etapa de procesar y comprender la condición de su hijo, muchos padres experimentan una variedad de emociones. Doyle & Doyle (2005) mencionan que esto a veces se llama el "período de aflicción", y algunas personas se refieren a él como el "período de enfrentamiento". Algunos padres pueden sentir una sensación de pérdida al pensar en "lo que podría haber sido", mientras que otros pueden optar por seguir adelante como si nada hubiera cambiado.

Es posible que la madre o el padre no estén de acuerdo con la idea de que su hijo pueda tener autismo y se mantengan firmes en esa creencia, lo que puede generar discordia en la familia.

Se ha sugerido que el autismo puede estar influenciado por la estructura y dinámica familiar que existen entre los padres del niño o niña. Algunas investigaciones previas insinuaban que la prevalencia del autismo era más común en familias con padres separados, conflictos conyugales u hospitalizaciones, entre otros factores (Polaino-Lorente, 1997).

Se han llevado a cabo diversas investigaciones que han comparado la convivencia entre padres de niños con TEA y padres de niños neurotípicos. A través de la recopilación de datos, se ha observado que generalmente los padres de niños con TEA pasan más tiempo con sus hijos, estimulan y refuerzan más la comunicación con ellos.

Una pregunta común que los padres suelen hacerse es si pueden aceptar que su hijo tenga una discapacidad, como el TEA. En el proceso de diagnóstico, se espera que los padres finalmente acepten la situación. Sin embargo, después de experimentar emociones como "vergüenza, culpa, impotencia y otros", la aceptación puede ayudarlos a encontrar la motivación necesaria para seguir adelante y brindar el apoyo necesario a sus hijos (Doyle, 2005).

Es bastante común que las parejas enfrenten dificultades en su matrimonio cuando tienen un hijo con TEA en la familia, ya que problemas que antes no eran preocupantes pueden volverse significativos. Es importante destacar que la persona con

la discapacidad no es responsable de estas situaciones, pero los padres se encuentran en un momento en el que surgen problemas inesperados y deben tomar decisiones difíciles.

Uno de los factores clave para el crecimiento y desarrollo de un niño con TEA es que los padres estén de acuerdo y se apoyen mutuamente. A través de la colaboración familiar, pueden buscar alternativas y estrategias que contribuyan al manejo adecuado de la condición y faciliten la inclusión del niño en la vida cotidiana.

## **SALUD MENTAL EN PADRES CON NIÑOS CON TEA**

La salud mental de los padres que tienen hijos con Trastorno del Espectro Autista (TEA) es un aspecto crucial a tener en cuenta, ya que el cuidado y la crianza de un niño con TEA pueden plantear desafíos significativos que pueden impactar la salud mental de los padres. A continuación, se mencionan algunos puntos importantes relacionados con la salud mental de los padres en esta situación:

- *Estrés y carga emocional:* Criar a un niño con TEA puede generar altos niveles de estrés en los padres debido a las demandas adicionales de atención, cuidado y coordinación de terapias y servicios. También pueden experimentar una carga emocional considerable al enfrentar desafíos diarios, incertidumbre sobre el futuro de su hijo y preocupaciones relacionadas con su bienestar.
- *Depresión y ansiedad:* Los padres de niños con TEA tienen un mayor riesgo de desarrollar depresión y ansiedad. La presión constante, la falta de tiempo para sí mismos y la preocupación constante pueden contribuir a estos trastornos de salud mental. Es importante que los padres estén atentos a sus propias señales de angustia emocional y busquen ayuda si es necesario.
- *Aislamiento social:* Los padres de niños con TEA pueden enfrentar dificultades para participar en actividades sociales y mantener relaciones debido a las demandas de tiempo y energía relacionadas con el cuidado de su hijo. El aislamiento social puede tener un impacto negativo en la salud mental y emocional de los padres. Es importante que busquen formas de

conectarse con otros padres en situaciones similares y accedan a redes de apoyo.

- *Necesidad de apoyo:* Los padres que tienen hijos con TEA pueden beneficiarse de recibir apoyo psicológico y emocional. Esto puede incluir terapia individual o de pareja, grupos de apoyo de padres, asesoramiento familiar o intervenciones psicoeducativas. El apoyo adecuado puede ayudar a los padres a desarrollar estrategias de afrontamiento efectivas, a gestionar el estrés y a fortalecer su bienestar emocional.
- *Cuidado personal:* Los padres deben recordar la importancia del autocuidado. Hacer tiempo para actividades que disfruten, buscar apoyo de familiares y amigos, y cuidar de su salud física y emocional es esencial para mantener una buena salud mental.

Es fundamental que los padres busquen ayuda y apoyo cuando lo necesiten. Los profesionales de la salud mental, los grupos de apoyo de padres y las organizaciones especializadas en TEA pueden ser recursos valiosos para brindar el apoyo necesario. El cuidado de la salud mental de los padres es crucial para su bienestar y para poder brindar el mejor apoyo a sus hijos con TEA.

## **TEORÍA MULTIDIMENSIONAL RELACIÓN PADRE – HIJO**

El modelo de Richar Abidin (1995) es un enfoque integral para comprender y evaluar el estrés parental. Este modelo se divide en tres dimensiones principales que consideran diferentes aspectos de la relación entre los padres y sus hijos, así como las características individuales de los padres. Estas dimensiones proporcionan una comprensión más completa de cómo el estrés puede influir en la crianza y el bienestar familiar.

**Dimensión del Padre:** Esta dimensión se centra en las características psicológicas, emocionales y cognitivas de los padres. Incluye factores como la personalidad, la autoestima, las creencias, las estrategias de afrontamiento y la percepción de su propia competencia como padres. Los padres con una alta autoestima, habilidades de afrontamiento efectivas y un sentido de competencia tienden a enfrentar

el estrés parental de manera más adaptativa.

**Dimensión del Hijo:** Aquí se evalúan los atributos psicológicos y conductuales del niño. El temperamento del niño, sus reacciones emocionales y su nivel de control ante diversas situaciones son factores importantes que pueden influir en el estrés parental. Además, se considera el desarrollo físico y psicológico del niño, ya que las necesidades cambiantes de los niños en diferentes etapas pueden impactar el nivel de estrés de los padres.

**Dimensión de la Relación Padre-Hijo:** Esta dimensión se refiere a la interacción entre los padres y sus hijos. Incluye la expectativa que los padres tienen sobre sus hijos, el refuerzo que los padres reciben de ellos y los posibles conflictos que pueden surgir en la relación. Una relación positiva y de apoyo entre padres e hijos puede mitigar el estrés parental, mientras que conflictos o dificultades en la relación pueden aumentar el estrés.

El Cuestionario de Estrés Parental desarrollado por Abidin es una herramienta que permite evaluar estas dimensiones y proporciona información valiosa sobre los niveles de estrés que experimentan los padres en la crianza de sus hijos. El conocimiento de estas dimensiones puede ser útil para diseñar intervenciones y apoyos específicos que ayuden a los padres a manejar el estrés de manera más efectiva y a mejorar la calidad de vida familiar.

La interacción entre las dimensiones del padre, el hijo y la relación padre-hijo puede tener un impacto significativo en la calidad del vínculo afectivo y en la crianza en general. Cuando estas dimensiones están presentes de manera negativa o desadaptativa, como mencionas, pueden llevar a una serie de consecuencias adversas tanto para los padres como para los hijos. Aquí hay algunos puntos clave para entender este proceso:

**Deterioro de la Relación Padre-Hijo:** Si los padres experimentan altos niveles de estrés y tienen dificultades para lidiar con las demandas de la crianza, esto puede afectar la calidad de la interacción con sus hijos. La hostilidad, la falta de paciencia y la disciplina rígida pueden dañar la relación afectiva entre padres e hijos.

**Impacto en la Conducta del Niño:** Cuando la relación padre-hijo se ve afectada negativamente, puede haber un impacto en la conducta y el bienestar emocional del niño.

Los niños son sensibles a las señales emocionales y las dinámicas familiares, y pueden reaccionar a través de conductas como ansiedad, depresión, agresión y desobediencia.

**Ciclo de Retroalimentación:** Este deterioro en la relación y las dificultades de crianza pueden entrar en un ciclo de retroalimentación negativa. A medida que aumenta el estrés parental y la relación se debilita, las conductas desafiantes del niño pueden aumentar, lo que a su vez aumenta el estrés parental y perpetúa el ciclo.

**Importancia de la Intervención:** Es esencial abordar estos problemas de manera temprana y efectiva. La intervención puede incluir el apoyo a los padres para mejorar sus habilidades de afrontamiento, la comunicación efectiva, la gestión del estrés y la promoción de relaciones saludables con sus hijos. Esto puede ayudar a romper el ciclo de retroalimentación negativa y mejorar la dinámica familiar.

**Efectos a Largo Plazo:** Los efectos de una relación negativa entre padres e hijos pueden extenderse a largo plazo. Pueden afectar el desarrollo emocional, social y psicológico de los niños, y también pueden influir en la forma en que los niños establezcan relaciones en la adultez.

En resumen, el estrés parental y la dinámica de la relación entre padres e hijos están estrechamente interrelacionados y pueden tener un impacto profundo en la salud emocional y el bienestar de todos los miembros de la familia. Es importante abordar estos desafíos con el apoyo adecuado y la intervención temprana para promover relaciones positivas y saludables dentro de la familia.

## **TEORÍA DE SUCESOS COTIDIANOS**

Esta teoría, menciona que en la vida existen acontecimientos diarios, que pueden ser positivos o negativos, sin embargo, estos sucesos como son frecuentes no tienen un fuerte impacto en el momento, por lo que muchas personas lo dejan pasar y se adaptan a ello, sin aplicar estrategias que permita afrontar el estrés. De allí se resalta la importancia del modelo teórico para el estudio del estrés parental, ya que considera que los sucesos cotidianos en el nuevo rol de ser padres, traerá consigo ciertas necesidades por satisfacer del menor como son el alimento, sueño, cuidado corporal del niño, manejar conductas inapropiadas, el cumplimiento de múltiples roles de manera simultánea puede

generar estrés en los padres, lo que puede dificultar el alcance del estado de bienestar. (Sánchez, 2015).

Por lo que, este enfoque teórico reconoce que en la vida diaria existen una serie de acontecimientos y situaciones que pueden ser positivos o negativos, pero que debido a su frecuencia y familiaridad no generan un impacto significativo en el momento. Sin embargo, cuando se trata de la crianza y el cuidado de un hijo, especialmente en el contexto del estrés parental, estos sucesos cotidianos pueden adquirir un peso considerable.

El modelo teórico destaca la importancia de reconocer que el rol de ser padre implica una serie de demandas constantes y múltiples responsabilidades. La llegada de un hijo trae consigo la necesidad de atender a las necesidades básicas del niño, como alimentación, sueño, cuidado físico, así como manejar comportamientos y desafíos propios de cada etapa del desarrollo. Además, los padres deben cumplir con otros roles y responsabilidades en sus vidas, como el trabajo, la relación de pareja, el hogar y más.

Estos factores, cuando no son manejados de manera efectiva, pueden generar estrés en los padres. El estrés parental puede surgir de la sensación de sobrecarga y desbordamiento debido a la cantidad de demandas a las que deben hacer frente. Si no se aplican estrategias de afrontamiento adecuadas, este estrés puede tener un impacto negativo en el bienestar emocional, la relación de pareja, la salud mental y la calidad de vida en general.

El enfoque teórico resalta la importancia de entender el estrés parental como un proceso complejo que involucra la interacción de múltiples factores, incluidos los sucesos cotidianos, las características individuales de los padres y los hijos, así como la dinámica de la relación padre-hijo. Abordar el estrés parental de manera efectiva implica el desarrollo de estrategias de afrontamiento adaptativas, la promoción de la comunicación y la cooperación entre padres, y la búsqueda de apoyo y recursos para manejar las demandas de la crianza.

En definitiva, este modelo teórico ofrece una perspectiva valiosa para comprender cómo los sucesos cotidianos pueden influir en el estrés parental y cómo abordar este estrés de manera eficaz para promover el bienestar de los padres y el

desarrollo saludable de los hijos.

## **AFRONTAMIENTO Y ESTRÉS PARENTAL EN EL MARCO DE LOS TRASTORNOS DEL ESPECTRO AUTISTA (TEA)**

La existencia de trastornos del espectro autista y las características propias de los miembros de una familia sugieren la presencia de factores predisponentes al estrés, como señalaron Gonzáles et al. en su estudio de 2015. Esto encuentra respaldo en las investigaciones de Merino, Martínez, Cuesta, García y Pérez en 2013, quienes observaron que, en las familias con hijos diagnosticados con algún trastorno del espectro autista, los niveles de estrés tienden a ser más altos. Esto se debe a la falta de contacto afectivo y a las dificultades conductuales que experimentan los niños con este trastorno, lo que conlleva sentimientos de ansiedad, culpa, angustia y una sensación de inadecuación por parte de los padres.

En consonancia con esto, Reyes y Mesías (s.f) plantean que el estrés se manifiesta de manera significativa en familias que tienen niños con autismo, y su intensidad parece estar relacionada con el grado de afectación, el comportamiento y el nivel de funcionalidad en el que se encuentre el niño.

Sin embargo, se han identificado ciertos mecanismos que limitan la intensificación del estrés en situaciones desafiantes como la mencionada. Por ejemplo, estrategias de afrontamiento pueden ser empleadas con el objetivo de prevenir el desarrollo del estrés en los padres. Estas estrategias incluyen la búsqueda de apoyo social tanto informal como comunitario, lo que puede ayudar a resolver problemas y proporcionar orientación en el manejo de la conducta, habilidades de comunicación y negociación al interactuar con profesionales. Los padres, al ser figuras de apoyo para sus hijos, pueden beneficiarse de estas estrategias (Reyes y Mesías, sin fecha, p. 205).

Adicionalmente, Carver et al. (citados en Pineda, 2012) hacen referencia a varios tipos de estrategias de afrontamiento utilizadas por los padres de niños con TEA, como el enfoque en la solución del problema, el enfoque en la gestión de las emociones y, en ocasiones, la evitación del problema debido a la falta de aceptación del mismo.

Por otro lado, las conclusiones derivadas de la investigación de Rodríguez, Rey

y Caicedo (2014) sostienen que tener un hijo con TEA conlleva cambios en la dinámica familiar y sus diversas interacciones. El cuidado detallado de un niño con este diagnóstico implica que la familia tenga que disponer de más tiempo y recursos financieros, lo que puede generar estrés en muchos padres de familia.

Desde una perspectiva teórica, Rubia (2011) hace referencia a dos modelos que explican las estrategias de afrontamiento de los padres de niños con TEA. En uno de los modelos, los padres adoptan una perspectiva activa y buscan enfrentar el estrés manejando de manera óptima las dificultades que se presentan. En la otra perspectiva, los padres asumen un papel más pasivo, esperando que los eventos se desarrollen y recurriendo a estrategias menos adaptativas, como la evitación y el escape (Rodríguez et al., 2014).

Es importante destacar que el desarrollo del estrés puede variar significativamente entre las familias y los roles asumidos en ellas. Por ejemplo, el estrés percibido por la madre puede ser diferente al del padre, y factores como el empleo de los padres y su estado civil también pueden influir en la experiencia de estrés en la familia (Reyes y Mesías, sin fecha).

## **IMPLICANCIAS DEL ROL PARENTAL ANTE LA PRESENCIA DE UN TRASTORNO DE ESPECTRO AUTISTA**

Los padres desempeñan un papel fundamental en el progreso terapéutico de un niño que padece un Trastorno del Espectro Autista (TEA). Sin embargo, es importante destacar que el proceso de aceptación por parte de los padres con respecto a las desafiantes implicaciones del desarrollo de estos trastornos es un proceso prolongado y de naturaleza compleja, como señalaron Martínez y Bilbao en su estudio de 2008.

En respuesta a esta situación, Reyes y Mesías (s.f) proponen que los padres que enfrentan la realidad de un Trastorno del Espectro Autista (TEA) en sus hijos atraviesan cuatro fases distintivas: la etapa de "búsqueda de respuestas", la etapa de "negación", la etapa de "aceptación del trastorno" y la etapa de "delegación de responsabilidades" (p. 198).

La primera de estas etapas implica un proceso en el que los padres buscan ayuda

para resolver el problema o encuentran a alguien que pueda asegurarles que su hijo no tiene ningún problema. Después del diagnóstico, llega la etapa de negación, en la cual los padres tienen dificultades para aceptar la condición de su hijo. En muchos casos, requieren apoyo y consejería para lidiar con esta fase. Luego sigue la etapa de aceptación, que a menudo está acompañada de resignación. Finalmente, algunos padres pasan por una cuarta etapa, conocida como el "traslado de responsabilidades", en la cual se producen acusaciones mutuas entre los padres, buscando culparse mutuamente y generando un obstáculo en el progreso del niño (Reyes y Mesías, sin fecha).

Es importante destacar que cuando los padres se enteran de las dificultades en el desarrollo de sus hijos, pueden adoptar actitudes negativas, como la sobreprotección, la negación o una visión pesimista del futuro de su hijo. Estas actitudes pueden obstaculizar el progreso terapéutico del niño y reflejar un rechazo encubierto hacia el trastorno (Reyes y Mesías, sin fecha).

En resumen, todas estas razones resaltan la labor significativa que desempeñan los padres en el cuidado, el apoyo y la atención de sus hijos que enfrentan estos trastornos. También subrayan el papel crucial de los padres como actores clave en la crianza y la dinámica familiar, como lo señalaron Martínez y Bilbao en 2008.

## **DIMENSIONES DEL ESTRÉS PARENTAL**

Las dimensiones del estrés parental según el modelo de Abidin se basan en factores tanto externos como internos que pueden contribuir al estrés experimentado por los padres en su rol de crianza. Estos factores pueden interactuar de diversas formas para influir en el nivel de estrés parental que una persona experimenta.

### **Malestar paterno**

Como Sánchez (2015) señala la dimensión del malestar paterno se refiere a los factores relacionados con la relación entre los padres y cómo esto puede influir en el estrés parental. Aquí se consideran aspectos como los desacuerdos entre los padres en relación con la crianza y el cuidado del hijo, la percepción de falta de apoyo externo para cuidar al niño, así como la responsabilidad compartida de satisfacer las necesidades del hijo.

Esta dimensión destaca la importancia de la comunicación y la cooperación entre los padres para manejar las demandas del rol parental de manera efectiva. Cuando los padres tienen conflictos o desencuentros en sus enfoques de crianza, esto puede aumentar el estrés y la tensión en el hogar. Además, la percepción de que no cuentan con suficiente apoyo de familiares, amigos u otras fuentes externas también puede contribuir a una sensación de aislamiento y carga adicional.

La responsabilidad compartida y la distribución de tareas y obligaciones en relación con el cuidado del hijo también son factores importantes en esta dimensión. Cuando ambos padres sienten que deben asumir una gran carga de responsabilidades sin suficiente apoyo, esto puede llevar a sentimientos de agobio y malestar.

En resumen, la dimensión del malestar paterno resalta cómo las dinámicas entre los padres y su apoyo mutuo pueden influir en la percepción de estrés parental. Es fundamental para el bienestar de la familia trabajar en la comunicación, el trabajo en equipo y la búsqueda de apoyo externo cuando sea necesario para reducir el estrés y mejorar la calidad de vida de todos los miembros de la familia.

### **Interacción disfuncional padre – hijo**

la dimensión de "Interacción Disfuncional Padre-Hijo" en el modelo de Abidin evalúa la calidad de la relación entre el padre y el hijo, centrándose en la presencia de conflictos y problemas en la interacción. Esta dimensión se refiere a cómo se desarrolla la comunicación y la relación en general entre el padre y el hijo a lo largo del tiempo.

Algunos de los factores que esta dimensión considera incluyen:

***Expectativas parentales:*** Las expectativas que los padres tienen sobre sus hijos pueden influir en la dinámica de la relación. Si las expectativas son poco realistas o muy rígidas, puede haber conflictos y tensiones entre el padre y el hijo.

***Calidad de la relación:*** La forma en que los padres y el hijo se comunican y se relacionan entre sí. Si la relación está marcada por la falta de comunicación, malentendidos constantes o un ambiente tenso, esto puede generar estrés y malestar.

***Reforzamiento positivo:*** Se refiere a la presencia de recompensas y apoyos mutuos en la relación. Si la interacción entre el padre y el hijo es mayormente negativa

o carece de momentos positivos de refuerzo, esto puede contribuir al estrés parental.

**Conflictos y problemas de comportamiento:** Los problemas de comportamiento del hijo y la forma en que los padres responden a ellos también pueden influir en la dinámica de la relación. Si hay conflictos frecuentes y desafíos en la crianza, esto puede afectar la calidad de la interacción.

La interacción disfuncional padre hijo evalúa la relación conflictiva que existe entre padre e hijo que se ha ido formando a lo largo del tiempo, que por lo general se relaciona por las expectativas formadas desde los padres hacia los hijos, la calidad de la relación que hay entre ambos, el reforzamiento que reciben de sus hijos. (Sánchez, 2015).

#### **Estrés derivado del cuidado del niño (Niño Difícil)**

Como Dioses (2017) lo indica la dimensión Niño Difícil, mide el grado de estrés parental, el cual se ve potenciado por las características propias del hijo, en el cual los padres muchas veces perciben la facilidad o dificultad para regular la conducta de sus hijos, la percepción del temperamento, los problemas conductuales, cambios anímicos, regulación de emociones o alguna condición que el padre perciba como inmanejable. Si en esta dimensión se obtiene puntuaciones altas, esto puede representar problemas de regulación de la conducta.

la dimensión "Niño Difícil" en el modelo de Abidin se enfoca en evaluar el estrés parental relacionado con las características y el comportamiento del hijo. Esta dimensión considera cómo los padres perciben la facilidad o dificultad para criar y regular la conducta de su hijo, así como otros aspectos relacionados con el comportamiento y temperamento del niño.

Algunos de los factores que se pueden considerar en esta dimensión incluyen:

**Temperamento del niño:** La personalidad y temperamento del niño pueden influir en la interacción y la relación con los padres. Algunos niños pueden ser más difíciles de manejar debido a su temperamento más demandante o reactivo.

**Problemas conductuales:** Si el niño presenta problemas de conducta, como desobediencia, agresión, hiperactividad u otros comportamientos desafiantes, esto puede generar estrés adicional en los padres.

***Cambios anímicos y emocionales:*** Las fluctuaciones emocionales del niño, como cambios bruscos de humor o dificultades para regular sus emociones, pueden generar desafíos para los padres en la crianza.

***Regulación de emociones:*** Si el niño tiene dificultades para regular sus emociones, puede manifestar comportamientos impredecibles o intensos, lo que puede ser estresante para los padres.

***Condiciones especiales:*** Si el niño tiene alguna condición de salud o necesidades especiales que requieren atención adicional o adaptaciones en la crianza, esto también puede contribuir al estrés parental.

Cuando los padres perciben que su hijo es difícil de manejar en términos de comportamiento, temperamento o regulación emocional, esto puede aumentar el nivel de estrés que experimentan en su rol de padres. Por lo tanto, es importante abordar estas preocupaciones y buscar estrategias de afrontamiento adecuadas para manejar los desafíos que presenta el niño.

## **GRUPOS SOCIALES Y DE APOYO ANTE EL ESTRÉS**

La participación en grupos de apoyo puede ser de gran utilidad para gestionar el estrés. Estos grupos ofrecen estrategias de afrontamiento que provienen de personas que han experimentado o están experimentando situaciones similares, lo que enriquece el repertorio de herramientas de afrontamiento del individuo (Oblitas, 2010).

Pertenecer a un grupo de apoyo puede tener un impacto positivo en la reducción de los niveles de estrés que una persona está experimentando en ese momento, ya que proporciona un espacio donde se siente escuchada, comprendida y respaldada.

Algunos investigadores, como Northouse (1988) y Orth Gomer (2000), han señalado que la participación en grupos de apoyo puede llevar a una disminución de los síntomas relacionados con el estrés, los cuales están vinculados a diversas enfermedades, como los trastornos cardiovasculares.

El apoyo social desempeña un papel crucial en la salud y el bienestar de los individuos, ya que ayuda a mitigar los aspectos negativos del estrés y les permite afrontar situaciones estresantes de manera más efectiva (Rodin & Salovey, 1989).

Por otro lado, la falta de apoyo social puede tener efectos perjudiciales en el individuo, exacerbando los niveles de estrés y provocando un deterioro en su bienestar general y salud. No todos los grupos sociales son de alta calidad ni tienen una influencia positiva en la vida del individuo, ya que existen grupos muy cohesionados que pueden generar comportamientos estresantes. Ejemplos de tales grupos podrían incluir comunidades de fumadores, adictos a drogas, jugadores de casino, alcohólicos, entre otros.

## **AFRONTAMIENTO**

Según el modelo de estrés y afrontamiento propuesto por Lazarus y Folkman (1984), el afrontamiento se define como los esfuerzos cognitivos y conductuales que una persona realiza para hacer frente a las demandas específicas que percibe como excesivas o desbordantes de sus recursos. Estas demandas pueden provenir tanto del entorno externo como de las propias emociones y pensamientos internos.

El afrontamiento es un proceso dinámico y cambiante, ya que las situaciones estresantes pueden variar en intensidad y naturaleza, y las estrategias de afrontamiento utilizadas por la persona pueden adaptarse en función de la situación. Algunas personas pueden emplear estrategias de afrontamiento más efectivas, mientras que otras pueden recurrir a estrategias menos adaptativas.

Las estrategias de afrontamiento pueden variar desde abordar directamente el problema para resolverlo, hasta el uso de estrategias de regulación emocional para manejar el impacto emocional del estrés. Algunas estrategias pueden enfocarse en cambiar la situación estresante, mientras que otras pueden centrarse en cambiar la percepción y evaluación del problema.

El modelo de Lazarus y Folkman enfatiza que la evaluación subjetiva de la persona sobre la situación es esencial para determinar qué estrategias de afrontamiento utilizará. Una misma situación puede ser percibida de manera diferente por diferentes individuos, lo que llevará a diferentes respuestas de afrontamiento.

El afrontamiento efectivo puede ayudar a reducir el impacto negativo del estrés en el individuo y favorecer una adaptación más adecuada a las situaciones estresantes.

Sin embargo, las estrategias de afrontamiento pueden variar y no siempre son perfectas, y algunas personas pueden necesitar apoyo adicional para mejorar sus habilidades de afrontamiento y enfrentar eficazmente el estrés en su vida.

## **ESTRATEGIAS DE AFRONTAMIENTO**

Diversos autores hablan acerca del afrontamiento, por lo que este tema es estudiado constantemente por una gran cantidad de personas en diferentes poblaciones, como es el caso de Narda Sofia Torrez Estrada, quien en su estudio acerca del Estrés parental y estrategias de afrontamiento en padres de hijos con habilidades diferentes de un CEBE ubicado en Los Olivos, 2018, indica y cita lo siguiente:

“Tiene una definición muy amplia la palabra “Afrontamiento”, pero Lazarus y Folkman (1984), plantea que los Estilos o estrategias de afrontamiento se definen como esfuerzos cognitivos y conductuales en constantes cambios que se desarrollan para manejar las demandas externas e internas específicamente que son tomadas como desbordantes para los recursos del individuo.

Estos dos autores entienden estos mecanismos de afrontamiento como un proceso que varía constantemente para una adaptación entre la persona y el contexto externo de manera permanente, señalando que las disposiciones personales para hacer frente a estas diversas situaciones determinan el uso de estrategias de afrontamiento en función al tipo de problema que se está por resolver.”

Lazarus y Folkman (1986) identificaron dos clases principales de estrategias de afrontamiento: el enfoque centrado en el problema y el enfoque centrado en la emoción.

La estrategia dirigida al problema implica enfrentar activamente la situación estresante y buscar soluciones prácticas para reducir o eliminar la amenaza. Esta estrategia se enfoca en abordar directamente el problema y las demandas asociadas con él. Algunas acciones que pueden formar parte de este enfoque incluyen buscar información, adquirir habilidades o conocimientos adicionales, establecer metas y tomar medidas concretas para resolver la situación.

La estrategia dirigida a la emoción se centra en el manejo de las emociones y los

estados emocionales asociados con el estrés. En lugar de enfocarse en cambiar la situación externa, esta estrategia busca regular las emociones negativas y reducir el impacto emocional del estrés. Algunas técnicas utilizadas en este enfoque pueden incluir la práctica de técnicas de relajación, la expresión emocional a través de la escritura o el arte, la búsqueda de apoyo social y el cuidado personal.

Es importante destacar que estas estrategias de afrontamiento no son excluyentes y pueden utilizarse de manera complementaria. Los individuos pueden elegir diferentes estrategias según la situación y sus propias preferencias y recursos. Además, el enfoque de afrontamiento puede evolucionar con el tiempo a medida que la persona adquiere más experiencia y recursos.

En el caso de los padres con hijos que presentan Trastorno del Espectro Autista (TEA), pueden utilizar tanto estrategias centradas en el problema (como buscar terapias y servicios especializados, establecer rutinas y estructura, aprender sobre el TEA) como estrategias centradas en la emoción (como buscar apoyo emocional, practicar el autocuidado, expresar emociones). La combinación de estas estrategias puede ayudar a los padres a enfrentar de manera efectiva los desafíos y el estrés asociados con el cuidado de sus hijos con TEA.

según Rivero (2010), el afrontamiento se refiere a la etapa en la que una persona realiza esfuerzos para manejar los desafíos y demandas que surgen en su interacción con el entorno, ya sea de manera individual o ambiental. Durante esta etapa, la persona puede experimentar situaciones estresantes o de motivación para superar sus propios recursos.

El afrontamiento implica que la persona busca activamente formas de evitar, superar, aceptar y tolerar las situaciones estresantes. Esto implica utilizar estrategias y recursos personales para enfrentar los desafíos y buscar soluciones efectivas. Además, el individuo puede intentar cambiar o adaptarse al entorno en el que se encuentra, con el objetivo de facilitar una mejor interacción y reducir el impacto negativo del estrés.

Es importante destacar que el afrontamiento puede ser un proceso dinámico y que las estrategias utilizadas pueden variar según la situación y los recursos disponibles. Algunas personas pueden centrarse más en el control de la situación, mientras que otras

pueden enfocarse en manejar sus emociones y encontrar apoyo emocional. La forma en que cada individuo afronta las situaciones estresantes puede depender de sus experiencias pasadas, su personalidad y sus propios recursos internos.

En el contexto de los padres con hijos que presentan Trastorno del Espectro Autista (TEA), el afrontamiento implica que los padres hacen uso de estrategias y recursos para enfrentar los desafíos y demandas específicas que surgen en el cuidado y crianza de su hijo con TEA. Pueden buscar formas de adaptarse a las necesidades de su hijo, buscar apoyo emocional y buscar soluciones prácticas para mejorar la calidad de vida de toda la familia.

Según Lazarus (2000), el afrontamiento se basa en cómo las personas enfrentan y responden a situaciones estresantes o desafiantes. Algunos puntos destacados que menciona son:

- El afrontamiento es un proceso dinámico: El afrontamiento no es estático ni una respuesta única. Depende del momento y las circunstancias en las que una persona se encuentre. Además, puede variar a lo largo del tiempo y en diferentes situaciones.
- El afrontamiento es un proceso de aprendizaje: Aprender a enfrentar situaciones estresantes es un proceso que puede desarrollarse con el tiempo. A medida que una persona adquiere experiencias, conocimientos y habilidades, puede mejorar su capacidad para afrontar desafíos de manera efectiva.
- Necesidad de impulso y control: El afrontamiento puede requerir un esfuerzo consciente y guiado por parte de la persona para abordar el evento estresante y adaptarse a él. Es importante que la persona esté dispuesta a enfrentar la situación y buscar maneras de controlarla o adaptarse de manera adecuada.

Es relevante destacar que el afrontamiento puede variar entre diferentes individuos y situaciones. Algunas personas pueden tener una mayor habilidad innata para afrontar situaciones estresantes, mientras que otras pueden requerir apoyo adicional para desarrollar estrategias efectivas de afrontamiento.

En el caso de los padres con hijos que presentan Trastorno del Espectro Autista (TEA), el afrontamiento puede ser un proceso desafiante y cambiante. Aprender a enfrentar y adaptarse a las demandas del cuidado de un niño con TEA puede llevar tiempo y requerir diferentes enfoques a lo largo del tiempo. Es esencial que los padres busquen apoyo, se informen sobre el TEA y desarrollen estrategias de afrontamiento efectivas para enfrentar los desafíos y cuidar adecuadamente a su hijo.

El afrontamiento implica una combinación de pensamientos, experiencias y sucesos que llevan a una reflexión y, en última instancia, a la reducción del estrés en el individuo. Cuando una persona se enfrenta a una situación estresante, utiliza su conocimiento y experiencias previas para evaluar la situación y determinar qué acciones o estrategias serían más efectivas para hacer frente a la misma.

Los pensamientos y la interpretación de la situación desempeñan un papel importante en cómo una persona afronta el estrés. La forma en que percibimos y damos sentido a una situación estresante puede influir en nuestras emociones y en la elección de las estrategias de afrontamiento que utilizamos.

Las experiencias pasadas también influyen en el afrontamiento, ya que podemos aprender de situaciones similares en el pasado y aplicar esas lecciones a la situación actual. La habilidad para reconocer lo que ha funcionado en el pasado y adaptarlo a la situación presente puede ser valiosa para reducir el estrés y enfrentar los desafíos con mayor eficacia.

Esto es mencionado por Macias et al., 2013, cuando indican que: “El termino afrontamiento fue acogido por el psicoanálisis en 1937, en donde los pensamientos, los hechos que son realistas y también reflexivos trabajan conjuntamente en la búsqueda de la solución de problemas y que a su vez se encarga de reducir el estrés”.

El afrontamiento puede implicar tanto pensamientos realistas como reflexivos. Los pensamientos realistas pueden ayudar a una persona a evaluar objetivamente una situación y determinar la mejor manera de abordarla. Por otro lado, los pensamientos reflexivos permiten que una persona se tome el tiempo para reflexionar sobre la

situación, sus propias emociones y reacciones, y considerar diversas opciones antes de actuar.

Las estrategias de afrontamiento tienen como objetivo ayudar al individuo a manejar y controlar los niveles de estrés, lo que a su vez le permite continuar con su vida sin sufrir daños significativos a nivel fisiológico y psicológico. Cuando una persona enfrenta situaciones estresantes de manera efectiva, puede reducir la intensidad del estrés y evitar que este tenga un impacto negativo en su bienestar general.

Al utilizar estrategias de afrontamiento adecuadas, el individuo puede afrontar las demandas y desafíos de manera más efectiva, lo que le permite mantener un equilibrio emocional y físico. En lugar de permitir que el estrés se acumule y se vuelva abrumador, las estrategias de afrontamiento ayudan a la persona a gestionar y canalizar el estrés de manera más saludable.

El control de los niveles de estrés es importante, ya que altos niveles de estrés sostenidos pueden tener efectos negativos en la salud física y mental de una persona. El estrés crónico puede afectar el sistema inmunológico, aumentar el riesgo de enfermedades cardiovasculares, causar problemas de sueño, generar ansiedad y depresión, y afectar la capacidad para funcionar en la vida diaria.

Al utilizar estrategias de afrontamiento efectivas, el individuo puede aprender a manejar el estrés de manera más constructiva y evitar el agotamiento emocional y físico. Algunas estrategias de afrontamiento que pueden ayudar a controlar los niveles de estrés incluyen buscar apoyo social, practicar técnicas de relajación, establecer límites y prioridades, practicar el autocuidado y adoptar una actitud positiva y resiliente hacia los desafíos.

Es comprensible que los padres con hijos que presentan el Trastorno del Espectro Autista (TEA) puedan sentir que las demandas internas o externas que enfrentan son excesivas en comparación con los recursos que tienen disponibles para hacerles frente. Esta percepción puede generar estrés y dificultades para manejar las demandas y desafíos asociados con el cuidado y la crianza de un niño con TEA.

## **Estilos y estrategias de afrontamiento**

Es importante destacar que el afrontamiento no siempre garantiza la eliminación completa del estrés, pero puede ayudar a reducir su intensidad y mejorar la capacidad de adaptación del individuo a las situaciones desafiantes. A lo largo de la vida, las personas pueden seguir desarrollando y ajustando sus estrategias de afrontamiento a medida que adquieren nuevas experiencias y conocimientos. El aprendizaje continuo y la adaptabilidad son fundamentales para hacer frente a los desafíos de la vida y mantener un bienestar emocional saludable.

los esfuerzos cognitivos y comportamentales de afrontamiento pueden manifestarse de diferentes maneras, y Londoño et al. (2006) señalan tres enfoques principales: activo, pasivo y evitativo.

- Afrontamiento activo: Esta estrategia implica que la persona moviliza esfuerzos y recursos para abordar directamente la situación estresante. En lugar de evitar o ignorar el problema, la persona se enfrenta a él y busca soluciones y recursos para resolverlo o adaptarse a él. El afrontamiento activo puede incluir buscar apoyo social, buscar información relevante, utilizar habilidades específicas para resolver problemas y tomar medidas concretas para enfrentar la situación.
- Afrontamiento pasivo: En contraste con el afrontamiento activo, esta estrategia implica no hacer nada directamente sobre la situación estresante y esperar que cambien las condiciones. Puede manifestarse como una actitud de resignación o apatía frente a la situación, en la que la persona no se involucra activamente en el manejo de los desafíos y espera que las cosas mejoren por sí solas.
- Afrontamiento evitativo: Esta estrategia implica intentar evitar o huir de la situación estresante y/o de sus consecuencias. En lugar de enfrentar directamente el problema, la persona evita confrontarlo y puede buscar distracciones o escapar de la situación para reducir temporalmente la tensión emocional. Sin embargo, esta estrategia puede tener limitaciones a largo plazo, ya que el problema no se aborda de manera efectiva.

Es importante destacar que cada enfoque de afrontamiento puede tener sus ventajas y desventajas según el contexto y la naturaleza del estrés que se enfrenta. En

algunas situaciones, un enfoque activo puede ser más efectivo para resolver problemas y adaptarse, mientras que en otras circunstancias puede ser más adecuado tomar una postura más pasiva o evitativa para manejar temporalmente la ansiedad y buscar apoyo.

El afrontamiento efectivo implica tener un repertorio flexible de estrategias y habilidades que se puedan adaptar a diferentes situaciones y desafíos. La elección de la estrategia de afrontamiento adecuada puede depender de factores como la naturaleza de la situación estresante, los recursos disponibles, las habilidades personales y las creencias individuales sobre la afronta. Como resultado, es fundamental que las personas desarrollen una variedad de enfoques de afrontamiento y aprendan a reconocer cuándo y cómo aplicarlos de manera efectiva.

Además, la reflexión es un aspecto importante del proceso de afrontamiento. Al tomarse el tiempo para reflexionar sobre la situación y las opciones disponibles, una persona puede identificar estrategias efectivas para hacer frente al estrés y encontrar formas de reducir su impacto en su bienestar emocional y físico.

Lazarus y Folkman (1984) han identificado ocho estilos de afrontamiento que se pueden utilizar para hacer frente a situaciones estresantes. Estos estilos se pueden agrupar en dos categorías principales: afrontamiento centrado en la regulación emocional y afrontamiento centrado en la solución de problemas.

***Afrontamiento centrado en la regulación emocional:***

- Distanciamiento: Consiste en intentar apartarse emocionalmente del problema, no pensar en él o evitar que afecte emocionalmente.
- Autocontrol: Implica evaluar y valorar los propios recursos, habilidades y conocimientos para enfrentar el estrés y las demandas de la situación.
- Aceptación de responsabilidad: Significa reconocer y asumir la responsabilidad de la situación, independientemente del resultado o desenlace.
- Escape o evitación: Implica utilizar estrategias de evasión o conductas poco saludables, como comer en exceso, beber alcohol, consumir drogas u otros comportamientos dañinos, para manejar emociones negativas.
- Reevaluación positiva: Se refiere a buscar aspectos positivos o aprendizajes en situaciones estresantes para cambiar la percepción de la experiencia y reducir el

impacto emocional negativo.

***Afrontamiento centrado en la solución de problemas:***

- Búsqueda de apoyo social: Consiste en buscar apoyo, ayuda o comprensión de otras personas para enfrentar la situación de manera emocionalmente más saludable.
- Confrontación: Implica abordar directamente el problema y buscar soluciones a través de acciones directas o indirectas.
- Planificación: Se refiere a la elaboración de un plan o estrategia para enfrentar la situación de manera efectiva y organizada.

Es importante destacar que estos estilos de afrontamiento pueden ser utilizados por diferentes personas en diferentes situaciones y contextos. No hay un estilo de afrontamiento único o "correcto", y la elección de la estrategia dependerá de factores como la naturaleza del estrés, la personalidad del individuo, las circunstancias y los recursos disponibles. Además, algunas situaciones pueden requerir la combinación de varios estilos de afrontamiento para enfrentar eficazmente los desafíos y demandas de la vida.

Ante la noticia inesperada acerca del diagnóstico del trastorno de espectro autista en un hijo puede tener un impacto significativo en los padres y desencadenar una serie de reacciones emocionales, fisiológicas y conductuales. Esta noticia puede ser abrumadora y generar una montaña de desafíos y demandas que los padres no estaban preparados para enfrentar.

El diagnóstico de autismo puede ser un proceso difícil para los padres y que puede desencadenar diversas reacciones emocionales. Martínez y Bilbao (2008) señalaron que es común que algunos padres inicialmente nieguen la evidencia y busquen otras opiniones o diagnósticos. Esta negación puede ser una forma natural de protegerse emocionalmente ante una noticia tan impactante y abrumadora.

Por otro lado, Polaino et al. (1997) describieron que la aceptación de un hijo con autismo forma parte de lo que se conoce como "Respuesta a la crisis", un proceso que puede involucrar diferentes etapas. Estas etapas pueden variar en duración y secuencia

para cada individuo, pero algunas de ellas pueden incluir:

- Impacto emocional y negación: Los padres pueden experimentar una mezcla de emociones intensas, como shock, negación y resistencia a aceptar la realidad del diagnóstico.
- Resistencia y búsqueda de otras opiniones: Algunos padres pueden buscar segundas opiniones o tratamientos alternativos en un esfuerzo por encontrar una respuesta diferente o más esperanzadora.
- Dolor y tristeza: La aceptación del diagnóstico puede ir acompañada de sentimientos de tristeza y pérdida por las expectativas y sueños que pueden haber tenido previamente sobre la crianza de su hijo.
- Proceso de adaptación: Con el tiempo, los padres pueden empezar a adaptarse a la realidad del diagnóstico y a enfrentar los desafíos que este trae consigo.
- Búsqueda de apoyo: Es común que los padres busquen apoyo emocional y recursos prácticos, como terapias y programas de intervención, para ayudar a su hijo con autismo a desarrollar su potencial y a enfrentar los desafíos que enfrenta la familia.
- Aceptación y crecimiento: A medida que avanzan en el proceso de adaptación, algunos padres pueden llegar a una etapa de mayor aceptación y crecimiento personal. Pueden desarrollar una mayor comprensión y aprecio por las fortalezas y cualidades únicas de su hijo con autismo.

Es importante destacar que este proceso de respuesta a la crisis puede ser diferente para cada familia y que no todas las etapas se experimentan de la misma manera o en el mismo orden. Algunos padres pueden pasar más tiempo en una etapa que en otra, y eso es completamente normal. El apoyo profesional, el acceso a información confiable y el apoyo de otros padres en situaciones similares pueden ser valiosos para ayudar a los padres a navegar por este proceso de aceptación y adaptación al diagnóstico de autismo.

No todos los padres de familia que tienen hijos con TEA pasan por estas etapas, tampoco se puede ver la misma duración, pueden pasar por con muchas varianzas por

que no tiene que ser un proceso igual. Con esta aclaración no podemos confundir también las estrategias de afrontamiento con un dominio personal que se tiene sobre el entorno debido a su afrontamiento, ósea, como la persona maneja esa situación de estrés. Para esto vamos a diferenciar estilos y estrategias que se dan para el afrontamiento.

Los estudios mencionados destacan la importancia de las estrategias de afrontamiento en el resultado de la adaptación de los padres de niños con Trastorno del Espectro Autista (TEA). Las estrategias de afrontamiento pueden tener un impacto significativo en el nivel de estrés y la salud mental de los padres, así como en su capacidad para manejar las demandas del cuidado de su hijo con TEA.

En el estudio realizado por Hastings y Johnson (2001), se encontró que los padres que utilizaban estrategias de escape-avoidance al enfrentar el cuidado de sus hijos con TEA tenían mayores niveles de estrés y problemas de salud mental, como depresión y ansiedad. En contraste, aquellos que utilizaban una reestructuración positiva de la situación presentaban menos estrés al afrontar la situación.

La investigación de Jones y Passey (2005) concluyó que los padres adaptados tenían mayor control de la situación y utilizaban estrategias de afrontamiento e introspección para unir sus recursos familiares y personales en la consecución de metas con su hijo con TEA.

Hastings et al. (2005) destacaron diferencias de género en las estrategias de afrontamiento utilizadas por los padres y madres de niños con autismo. Las madres utilizaban más estrategias focalizadas en el problema, así como más estrategias de afrontamiento de evitación y afrontamiento positivo en comparación con los padres.

El estudio de Lyons, Leon, Roecker Phelps y Dunleav (2010) encontró que los padres y madres de niños con TEA utilizaban diferentes estilos de afrontamiento según la severidad de los síntomas de sus hijos. Mientras más dificultades presentaban los niños, los padres evidenciaban un estilo de afrontamiento más enfocado en la emoción; en cambio, cuando los síntomas eran más leves, hacían uso de estilos de afrontamiento orientados al problema.

De esta forma, surgen los estilos de afrontamiento que, para Castaña y León

(2010), son las predisposiciones personales para hacer frente a varias situaciones y determinan el uso de ciertas estrategias de afrontamiento. Como se puede ver, las estrategias de afrontamiento dependen de los estilos de afrontamiento, ya que, estas ayudan al individuo a actuar y pensar de manera más estable frente a estas situaciones estresantes.

Por lo que, los estilos de afrontamiento son las predisposiciones personales que tienen los individuos para hacer frente a diferentes situaciones estresantes. Estos estilos influyen en la elección y uso de estrategias de afrontamiento específicas. Cada persona puede tener un estilo de afrontamiento único y preferido, que refleja su manera habitual de responder ante el estrés y las demandas de la vida.

Los estilos de afrontamiento pueden variar de una persona a otra, y pueden ser influenciados por factores como la personalidad, las experiencias pasadas, las creencias y los valores individuales. Algunas personas pueden tener un estilo de afrontamiento más enfocado en el problema, mientras que otras pueden recurrir más a estrategias de afrontamiento centradas en las emociones.

Estos a su vez pueden tener un impacto significativo en cómo una persona enfrenta y se adapta a situaciones estresantes. Algunos estilos de afrontamiento pueden ser más efectivos y adaptativos, lo que ayuda a las personas a hacer frente a los desafíos y mantener un bienestar emocional saludable. Otros estilos de afrontamiento pueden no ser tan efectivos y pueden contribuir al aumento del estrés y la dificultad para adaptarse.

La comprensión de los estilos de afrontamiento y su relación con las estrategias utilizadas es importante para que las personas puedan identificar sus patrones de afrontamiento y, si es necesario, desarrollar habilidades para mejorar su capacidad de hacer frente al estrés. A través de la autoconciencia y el aprendizaje de estrategias efectivas de afrontamiento, las personas pueden mejorar su resiliencia y su capacidad para enfrentar los desafíos de manera más saludable y constructiva.

Es fundamental reconocer que el afrontamiento es un proceso dinámico y que puede variar según la situación y el momento de la vida de una persona. Las estrategias

de afrontamiento y los estilos pueden ser aprendidos y adaptados a lo largo del tiempo, lo que permite a las personas desarrollar una mayor flexibilidad y adaptabilidad en su capacidad para enfrentar el estrés y las demandas de la vida.

Linares y Poma (2016), indican que Lazarus y Folkman han planteado dos tipos de estilos de afrontamiento; el primero está centrado en el problema y el otro está centrado en la emoción. Y Matalinares et al. (2016), citaron que el que está centrado en el problema hace referencia a la búsqueda de posibles soluciones.

Lazarus y Folkman son dos psicólogos que han hecho importantes contribuciones al estudio del afrontamiento. Ellos plantearon dos tipos principales de estilos de afrontamiento: centrado en el problema y centrado en la emoción.

- Afrontamiento centrado en el problema: Este estilo de afrontamiento se enfoca en la búsqueda activa de soluciones y acciones para hacer frente a la situación estresante. Las personas que utilizan estrategias de afrontamiento centradas en el problema tienden a enfrentar directamente los desafíos y buscar soluciones prácticas. Buscan identificar las causas del estrés y toman medidas concretas para resolver los problemas y reducir el impacto negativo de la situación.
- Afrontamiento centrado en la emoción: En contraste, este estilo de afrontamiento se enfoca en manejar las emociones y reacciones emocionales asociadas con la situación estresante. Las personas que utilizan estrategias de afrontamiento centradas en la emoción buscan reducir el malestar emocional y el estrés a través de técnicas como la expresión emocional, el apoyo social o el reenfoque de pensamientos negativos.

Es importante destacar que tanto el afrontamiento centrado en el problema como el centrado en la emoción son estrategias válidas y pueden ser útiles en diferentes situaciones y contextos. No hay una única forma correcta de afrontar el estrés, y la elección de la estrategia de afrontamiento dependerá de factores como la naturaleza del estrés, las características personales y las circunstancias específicas de cada individuo.

Además, las personas pueden utilizar diferentes estrategias de afrontamiento en diferentes momentos o combinar ambos enfoques según sea necesario. Por ejemplo, en situaciones donde el problema es abordable, puede ser útil emplear estrategias centradas en el problema para resolverlo. Mientras que en situaciones donde el problema es fuera de control o no puede cambiarse, las estrategias centradas en la emoción pueden ayudar a manejar el impacto emocional de la situación.

El conocimiento y reconocimiento de estos diferentes estilos de afrontamiento pueden ser beneficiosos para ayudar a las personas a adaptar sus estrategias de afrontamiento de manera más efectiva a las demandas y desafíos que enfrentan en su vida diaria.

Lazarus y Folkman identificaron diferentes estilos de afrontamiento que las personas pueden emplear para hacer frente a situaciones estresantes. Estos estilos se refieren a las formas en que las personas abordan y manejan los desafíos y demandas que enfrentan. Se puede hablar de tres estilos de afrontamiento principales: El afrontamiento activo o centrado en el problema, afrontamiento pasivo o centrado en la emoción y el afrontamiento de evitación.

#### ***Afrontamiento activo o centrado en el problema***

En el afrontamiento activo o centrado en el problema, la persona se enfoca en tomar acciones directas para abordar y resolver la situación estresante. Este enfoque implica hacer esfuerzos concretos para modificar la situación problemática y reducir las consecuencias negativas. Algunas de las estrategias psicológicas utilizadas en este tipo de afrontamiento pueden incluir:

1. **Búsqueda de información:** La persona busca recopilar información sobre el problema para comprenderlo mejor y tomar decisiones informadas.
2. **Generación de opciones:** Se exploran diferentes alternativas y soluciones posibles para abordar la situación estresante. Se evalúa cuál de estas opciones es más efectiva y adecuada.

3. **Planificación:** Se elabora un plan detallado para implementar las soluciones identificadas. Esto implica establecer pasos específicos y cronogramas para llevar a cabo las acciones necesarias.
4. **Organización:** Se establece un orden y una secuencia lógica para las acciones que se deben tomar, lo que ayuda a evitar la sensación de abrumo y a seguir un enfoque estructurado.
5. **Búsqueda de apoyo:** Se solicita ayuda y apoyo a otras personas, ya sea en términos de consejo, asistencia práctica o incluso recursos económicos. La colaboración y el trabajo en equipo pueden hacer que el proceso sea más manejable.

El afrontamiento activo se basa en la creencia de que uno puede influir en la situación y tomar medidas para cambiarla de manera positiva. Es una estrategia que implica empoderamiento y toma de control sobre las circunstancias. Sin embargo, es importante reconocer que no todas las situaciones pueden ser modificadas directamente, y en algunos casos, puede ser necesario combinar estrategias de afrontamiento centradas en el problema con estrategias centradas en la emoción para manejar efectivamente el estrés.

#### ***Afrontamiento pasivo o centrado en la emoción***

En el afrontamiento pasivo o centrado en la emoción, la persona se centra en regular las reacciones emocionales negativas que surgen como resultado de la situación estresante. En lugar de intentar cambiar directamente la situación, el enfoque se dirige a manejar y aminorar el impacto emocional que tiene en el individuo. Algunas de las estrategias psicológicas utilizadas en este tipo de afrontamiento pueden incluir:

1. **Búsqueda de apoyo emocional:** La persona busca el apoyo de amigos, familiares u otras personas cercanas para expresar sus emociones, recibir empatía y comprensión, y sentirse acompañada en su experiencia emocional.

2. Desahogo emocional: Se permite expresar las emociones de forma natural, ya sea a través del llanto, la expresión verbal o la escritura. Esto puede ayudar a liberar tensiones emocionales acumuladas.
3. Rezar o meditar: La práctica de la religión, la espiritualidad, la meditación o el mindfulness pueden ayudar a encontrar calma y consuelo emocional en momentos de estrés.
4. Encontrar el lado positivo: Se busca encontrar aspectos positivos o lecciones aprendidas en medio de la situación estresante. Esta reevaluación puede ayudar a cambiar la perspectiva y generar una sensación de esperanza.
5. Aceptación: Reconocer y aceptar la realidad de la situación tal como es, en lugar de luchar contra ella. La aceptación puede reducir la lucha interna y permitir que las emociones fluyan de manera más natural.

El afrontamiento centrado en la emoción reconoce la importancia de cuidar y manejar las reacciones emocionales para evitar una sobrecarga emocional. Algunas situaciones pueden estar fuera del control directo de la persona, y en esos casos, las estrategias centradas en la emoción pueden ser valiosas para mantener un equilibrio emocional y psicológico. Es importante señalar que el afrontamiento exitoso generalmente involucra una combinación de estrategias centradas en el problema y en la emoción, dependiendo de la situación y las necesidades individuales.

#### ***Afrontamiento de evitación***

Este tipo de afrontamiento implica evitar o eludir directamente el problema o la situación estresante en lugar de enfrentarlo de manera activa o centrada en la emoción. Las estrategias de afrontamiento de evitación buscan minimizar el malestar o el impacto emocional que el problema puede generar. Algunas de las estrategias psicológicas específicas utilizadas en este estilo de afrontamiento son:

**Negación:** La persona se niega a aceptar la realidad del problema o la situación estresante. Puede convencerse a sí misma de que "no ha sucedido nada" o que "no es tan grave como parece".

**Evitar recordatorios:** Se evitan deliberadamente situaciones, lugares o personas que puedan recordar o relacionarse con el problema, con la esperanza de no enfrentar la situación estresante.

**Poner excusas:** Se buscan justificaciones o razones para no abordar el problema de frente. Puede implicar culpar a otros o a las circunstancias externas por la situación.

**Consumo de sustancias:** Algunas personas recurren al consumo de sustancias como el alcohol o las drogas para escapar temporalmente de la realidad y reducir el malestar emocional.

**Utilizar el humor:** Se utiliza el humor como una forma de minimizar la importancia del problema y reducir la tensión emocional. Sin embargo, en algunos casos, esto puede ser una forma de evitar enfrentar la situación.

**Evitación situacional:** La evitación situacional es una estrategia de afrontamiento en la cual una persona trata de reducir o evitar el estrés al evitar deliberadamente ciertas situaciones o eventos que considera estresantes o problemáticos. En lugar de enfrentar directamente la situación, la persona opta por no participar o no estar presente, con la esperanza de evitar el malestar emocional o la tensión que podría surgir. Es una estrategia de afrontamiento que puede ser adaptativa en ciertos contextos, especialmente cuando la situación no es crucial o puede ser innecesariamente estresante. Sin embargo, cuando se utiliza de manera constante y para situaciones importantes, puede limitar el crecimiento personal, la resiliencia y la capacidad para enfrentar desafíos de manera efectiva.

**Evitación cognitiva:** La evitación cognitiva es una estrategia de afrontamiento que implica tratar de evitar conscientemente pensamientos, emociones o recuerdos que generen malestar o estrés. Esta estrategia puede involucrar mantenerse ocupado constantemente con actividades para evitar tener tiempo para pensar en las situaciones o emociones que son difíciles de enfrentar. Si bien la evitación cognitiva puede ofrecer un alivio temporal al distraer la mente de las dificultades, a largo plazo puede tener efectos negativos. Evitar enfrentar y procesar las emociones puede evitar que la persona resuelva los problemas

subyacentes y puede dificultar el desarrollo de habilidades de afrontamiento saludables y la adaptación emocional.

**Evitación somática o interoceptiva:** La evitación somática o interoceptiva se refiere a la estrategia de evitar situaciones o contextos que puedan provocar reacciones físicas o sensaciones incómodas en el cuerpo. Esta estrategia está relacionada con la somatización, que es la tendencia a experimentar problemas físicos como resultado de factores emocionales o psicológicos. Esta estrategia de evitación puede ser utilizada por personas que tienen síntomas físicos relacionados con la ansiedad, el estrés o las emociones desagradables. Sin embargo, al igual que con otras estrategias de evitación, la evitación somática puede limitar el desarrollo de habilidades de afrontamiento y la capacidad para enfrentar y manejar de manera efectiva las emociones y situaciones desafiantes.

**Evitación emocional:** La evitación emocional se refiere a la estrategia de cambiar un sentimiento por otro con la intención de evitar o suprimir emociones consideradas incómodas o inadecuadas. En lugar de enfrentar y aceptar el sentimiento original, la persona intenta reemplazarlo con otro que percibe como más aceptable o menos doloroso. La evitación emocional puede dificultar la comprensión de las propias emociones, la resolución de problemas y la comunicación efectiva con los demás. En cambio, aprender a identificar, comprender y manejar de manera saludable las emociones es fundamental para el bienestar emocional y psicológico.

**Evitación protectora:** La evitación protectora se refiere a la estrategia de evitar situaciones o experiencias que se perciben como potencialmente peligrosas o amenazantes para mantenerse dentro de la llamada "zona de confort". En este caso, la persona elige quedarse en su zona segura y evitar ciertas actividades o situaciones que podrían generar ansiedad o miedo, incluso si estas actividades podrían ser gratificantes o enriquecedoras en otros aspectos. La evitación protectora puede ser una respuesta comprensible ante situaciones que generan ansiedad o miedo, pero también puede llevar a la pérdida de oportunidades y a una restricción innecesaria de la vida.

Si bien las estrategias de evitación pueden brindar un alivio temporal al evitar el malestar emocional, a largo plazo, pueden ser desadaptativas, ya que impiden enfrentar y resolver el problema de manera efectiva. En lugar de abordar la causa subyacente, las estrategias de evitación pueden mantener el estrés y prolongar la dificultad para manejar la situación.

El afrontamiento activo, involucra tomar medidas concretas y directas para abordar un problema. En situaciones en las que se puede influir en el resultado mediante acciones específicas, es importante identificar las opciones disponibles, considerar las posibles soluciones y elaborar un plan de acción. Este enfoque puede ayudar a las personas a sentirse empoderadas y a tener un sentido de control sobre la situación.

Por otro lado, el afrontamiento pasivo o centrado en la emoción es valioso cuando la situación está fuera de nuestro control directo. En momentos de pérdida, duelo o situaciones que no se pueden cambiar, enfocarse en aceptar las emociones, buscar apoyo emocional y encontrar formas de adaptarse a la nueva realidad puede ser más beneficioso. Este enfoque ayuda a las personas a lidiar con el impacto emocional y a encontrar formas de seguir adelante a pesar de las dificultades.

Adaptar el estilo de afrontamiento según la naturaleza y el nivel de control de la situación puede contribuir en gran medida a una mejor gestión del estrés y a una mayor capacidad para enfrentar los desafíos de manera efectiva.

Las habilidades sociales juegan un papel crucial en el afrontamiento y la adaptación de las personas a situaciones estresantes. Estas habilidades permiten a los individuos interactuar de manera efectiva con los demás, lo que a su vez puede tener un impacto positivo en su bienestar emocional y en la resolución de problemas.

En relación con el estudio realizado acerca de la relación entre la autoeficacia, el afrontamiento y la retención en estudiantes de Elison (2006), el acompañamiento social y el desarrollo de habilidades sociales pueden mejorar la autoeficacia y la retención de información en los estudiantes. La interacción con compañeros y profesores en un entorno

de aprendizaje positivo puede aumentar la confianza de los estudiantes en sus habilidades académicas y sociales, lo que a su vez contribuye a su éxito y bienestar en la escuela.

## **AFRONTAMIENTO DEL ESTRÉS DESDE LA PERSPECTIVA PARENTAL**

La llegada de los niños provoca una variedad de emociones que pueden incluir alegría o preocupación, dada la multiplicidad de demandas y las nuevas responsabilidades que esta etapa conlleva. En muchas ocasiones, esto da lugar al surgimiento de la variable estrés, como señalaron Pérez et al. en 2010. Siguiendo esta línea de pensamiento, Quihui (2003) concluyó en uno de sus estudios que existe una relación directamente proporcional entre los niveles de estrés percibidos por las madres y las conductas manifestadas por sus hijos, lo que implica un mayor compromiso de tiempo y, por ende, afecta la disponibilidad de tiempo libre de las madres.

En este contexto, Albarracín et al. (2017) sugieren que los padres tienden a emplear estrategias de afrontamiento tanto racionales como emocionales para abordar las diversas demandas que surgen en la relación entre padres e hijos. Del mismo modo, Pérez et al. (2014) proponen que las demandas parentales se intensifican cuando los hijos requieren un cuidado especializado, lo que impulsa a los padres a recurrir a métodos como estrategias para atender estas necesidades.

En relación a esta temática, Gonzáles et al. (2015) argumentan que muchos padres con hijos que enfrentan dificultades en su desarrollo, ya sean emocionales o cognitivas, a menudo recurren a estrategias poco adaptativas. Estas estrategias incluyen la pasividad, la evitación emocional, reacciones agresivas y el conformismo, tal como se menciona en investigaciones previas realizadas por Durán et al. en 2016, Tereucán y Treimún en 2016 y Tijeras et al. en 2016.

## **AFRONTAMIENTO DEL ESTRÉS**

El afrontamiento del estrés se refiere a un conjunto de respuestas que un individuo emplea, ya sean comportamientos, pensamientos o creencias, para abordar una dificultad específica y reducir la preocupación o el estrés que esta genera, como se expuso en la investigación de Casullo y Fernández en 2001.

Por otro lado, Buendía y Mira (citados en Trianes, 2003) sostienen que el afrontamiento del estrés se centra en la evaluación que realiza una persona con respecto a una situación estresante, destacando que esta evaluación puede ser positiva o negativa dependiendo de las cogniciones y percepciones individuales.

En este contexto, los pioneros en el estudio de las estrategias de afrontamiento, Lazarus y Folkman (citados en Naranjo, 2009), sitúan esta variable como un proceso que permite al individuo determinar las acciones necesarias para contribuir de manera positiva o, en ocasiones, perjudicial a una situación estresante. Además, Sierra et al. (2003) describen el afrontamiento como los estilos adoptados por una persona frente a situaciones estresantes, que pueden originarse tanto en el entorno físico como en el entorno social que le rodea.

En consecuencia, cualquier individuo posee la capacidad de emplear esfuerzos anticipados a través de comportamientos para abordar situaciones estresantes, como señalan Barboza, Muñoz, Rueda y Suárez en 2009.

Asimismo, Morán y Schulz (2008) conciben el afrontamiento del estrés como "todas las formas en que se utilizan los recursos disponibles para enfrentar los estados de estrés" (p.88).

En resumen, en casos de estrés parental, es posible utilizar estrategias de afrontamiento, como la participación en actividades positivas que ayuden a reducir la tensión, aunque es importante tener en cuenta que estas actividades pueden afectar las relaciones interpersonales y el desarrollo personal si no se llevan a cabo de manera productiva.

## **MARCO INSTITUCIONAL**

La Fundación de Integración para Personas con Autismo “F.I.P.A.” nació en el año 2019 en el mes de diciembre con el fin primordial de brindar información y ayuda a las personas con autismo y a sus Familias. La Fundación “F.I.P.A.” obtuvo su personería jurídica el 30 de octubre del 2020.

El nombre del director Institucional es Wilfredo Magno Pinto C., la fundación se encuentra ubicada en la Av. 15 de abril N°460 Zona de Villa Fátima.

### **- Misión**

Somos integradores para dar esperanza y oportunidades para los niños diagnosticados con autismo y su entorno familiar; cubriendo sus necesidades básicas en la búsqueda de mejorar su calidad de vida”.

### **- Visión**

“Ser una organización modelo y de preferencia, capaz de fortalecer y proveer a las familias, especialmente a los niños (as) y jóvenes, valores y oportunidades que contribuyan a su crecimiento integral permitiéndoles integrarse a la sociedad”.

## **Objetivos de la Fundación**

### **Objetivo general**

Tiene por objeto facilitar, gestionar y promover la formación e integración social de las personas con autismo para favorecer su calidad de vida

### **Objetivos específicos**

- Mejorar la calidad de vida de las personas con autismo, especialmente en cuanto a sus habilidades e intereses.
- Implementar iniciativas orientadas a la integración en la sociedad de las personas con autismo.
- Promover, reivindicar y difundir los derechos que tienen las personas con autismo
- Promover la sensibilización social e investigación con relación al autismo.

## **RECURSOS DE LA INSTITUCIÓN**

### **Infraestructura.**

Los ambientes donde se brindan las terapias de la fundación son alquilados.

### **Recursos económicos**

La fundación cuenta con un 70% de patrocinio de una empresa privada y un 30% de recursos propios

### **Recursos materiales**

Los recursos materiales con los que cuenta la fundación son propios y adecuados a los ambientes donde se brindan las terapias

### **Recursos tecnológicos**

El 92% de los recursos tecnológicos con los que cuenta la fundación fueron importados ya condicionados a los ambientes donde pertenecen y se brindan las terapias, para las que fueron adquiridos.

### **Recursos humanos**

El 97% de los recursos humanos con los que cuenta la fundación son licenciadas relacionadas al área del autismo, las cuales brindan terapias según las áreas que correspondan.

### **Población estudiantil**

La Fundación cuenta con un aproximado de 46 niños entre 3 a 6 años en el primer piso, en el segundo piso están los niños entre 7 a 12 años divididos en el turno de la mañana y el turno de la tarde.

### **Organización multidisciplinaria**

La Fundación trabaja en 5 áreas fundamentales como ser:

- Psicomotricidad,
- Fisioterapia

- el área de Montessori,
- Estimulación Conductual
- Fonoaudiología

Trabajando de manera integral con el fin de contribuir al desarrollo del niño.

## **CAPITULO III**

### **METODOLOGÍA**

Este apartado presenta el enfoque, tipo y diseño del estudio de investigación.

#### **A.TIPOS Y DISEÑO DE INVESTIGACIÓN**

##### **ENFOQUE DE INVESTIGACIÓN:**

El enfoque de la presente investigación es de carácter cuantitativo, la misma se centra en la recopilación y análisis de datos numéricos para responder a preguntas de investigación y probar hipótesis. Por ello se utilizó la recolección de datos y el análisis estadístico de ellos, respondiendo eficazmente los objetivos y probando la hipótesis establecida con anterioridad. (Sampieri et al., 2014)

##### **TIPO DE INVESTIGACIÓN**

La presente investigación es de tipo correlacional, debido a que el propósito principal es saber cómo se puede comportar una variable conociendo el comportamiento de otra con la que tiene relación, la misma, se enfoca en analizar y medir la relación entre variables sin establecer una relación de causa y efecto. Esta metodología es útil para explorar patrones y asociaciones en datos. (Sampieri et al., 2006).

##### **DISEÑO DE INVESTIGACIÓN**

El diseño de investigación es no experimental transversal del tipo correlacional, sobre este diseño, Sampieri señala que no existe manipulación deliberada o intencional de ninguna variable y se hace una observación del fenómeno tal y como se da en su contexto natural, es decir no varía intencionalmente la variable independiente (Sampieri et al., 2006).

Es una investigación no experimental, porque no se puede asignar a los sujetos variables o situaciones, no se construye ninguna situación, sino que, se

observa situaciones ya existentes no provocadas por el investigador de manera intencionada, las variables independientes ya han ocurrido y no pueden ser manipuladas, el investigador no tiene ningún control directo sobre estas variables.

La investigación es transversal correlacional, es decir que, se tiene como objetivo describir relaciones entre dos variables en un momento único, se trata también de descripciones, pero no de variables individuales sino de su relación, por lo que en estas investigaciones se mide y se describe la relación. (Sampieri et al., 2006).

## **B. VARIABLES**

En este apartado se muestran las variables estudiadas y sus definiciones conceptuales.

### **ESTRÉS PARENTAL (V1)**

De acuerdo con Loyd y Abidin (1985), la percepción de competencia, la personalidad, el comportamiento y la capacidad de adaptación de los padres en relación con la crianza o el cuidado de sus hijos son factores determinantes en el estrés que experimentan.

### **ESTRATEGIAS DE AFRONTAMIENTO (V2)**

Para Barraza (2003) Las Estrategias de afrontamiento implican esfuerzos cognitivos y conductuales que sufren cambios constantes para controlar las demandas de un evento estresante, ya sea interno o externo que exceden los recursos de la persona para hacerlo.

## OPERACIONALIZACIÓN DE VARIABLES

A continuación, mediante el siguiente cuadro se muestran las variables, las definiciones operacionales, los indicadores, las dimensiones, las medidas, las técnicas y los instrumentos de medición.

VARIABLE	DEFINICION OPERACIONAL	DIMENSIÓN	INDICADORES	MEDIDA	INSTRUMENTO
ESTRÉS PARENTAL	El Estrés parental es la tensión que viven los padres al verse confrontados con el proceso de crianza que deben ejercer sobre los hijos, donde intervendrá ciertas características que tengan los niños y los padres en esta interacción.	-Malestar Paterno (Ítems: 1, 2, 3, 4, 5, 6, 7)	-Conflictos con la pareja. (del padre a la madre o viceversa)	Nivel Bajo (entre 7 a 16 pts.) Nivel Medio (entre 17 a 25 pts.) Nivel Alto (entre 26 a 29 pts.)	Cuestionario de Estrés Parental PSI-SF creada por Abidin (1995)-(Versión Abreviada) Versión Peruana (2015)
		-Interacción Disfuncional Padre-Hijo (Ítems: 8, 9, 10, 11, 12, 13)	-Relación conflictiva que surge entre el padre y el hijo.	Nivel Bajo (entre 8 a 14 pts.) Nivel Medio (entre 15 a 21 pts.) Nivel Alto (entre 22 a 27 pts.)	
		-Niño Difícil (Ítems: 14, 15, 16, 17, 18, 19, 20, 21, 22, 23, 24)	-Características propias del niño como el temperamento, las necesidades, la conducta y la adaptabilidad.	Nivel Bajo (entre 16 a 28 pts.) Nivel Medio (entre 29 a 38 pts.) Nivel Alto	

				(entre 39 a 46 pts.)	
ESTILOS DE AFRONTAMIENTO	Las Estrategias de Afrontamiento son todas aquellos recursos y esfuerzos que van orientados a resolver la situación estresante o adversa.	<p>Estrategias enfocadas en el PROBLEMA.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-Búsqueda de información</li> <li>-Generación de opciones.</li> <li>-Planificación.</li> <li>-Organización.</li> <li>-Búsqueda de apoyo.</li> </ul> <p>Estrategias enfocadas en la EMOCION.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-Desahogo emocional.</li> <li>-Búsqueda de apoyo emocional.</li> <li>-Rezar, meditar o búsqueda de la calma.</li> <li>-Encontrar el lado positivo de las cosas</li> <li>-Aceptación.</li> </ul> <p>Estrategias enfocadas en la EVITACION</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-Negación.</li> <li>-Uso de sustancias</li> <li>-Evitar recordatorios</li> <li>-Poner excusas</li> <li>-Utilizar el humor</li> <li>-Evitación cognitiva</li> <li>-Evitación somática o interoceptiva.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>-Búsqueda de información</li> <li>-Generación de opciones.</li> <li>-Planificación.</li> <li>-Organización.</li> <li>-Búsqueda de apoyo.</li> <li>-Desahogo emocional.</li> <li>-Búsqueda de apoyo emocional.</li> <li>-Rezar, meditar o búsqueda de la calma.</li> <li>-Encontrar el lado positivo de las cosas</li> <li>-Aceptación.</li> <li>-Negación.</li> <li>-Uso de sustancias</li> <li>-Evitar recordatorios</li> <li>-Poner excusas</li> <li>-Utilizar el humor</li> <li>-Evitación cognitiva</li> <li>-Evitación somática o interoceptiva.</li> </ul>	<p>Pocas veces (entre 7 a 17 pts.)</p> <p>Depende de las circunstancias (entre 18 a 29 pts.)</p> <p>Frecuentemente (entre 30 a 34 pts.)</p> <p>Pocas veces (entre 2 a 4 pts.)</p> <p>Depende de las circunstancias (entre 5 a 6 pts.)</p> <p>Frecuentemente (entre 7 a 9 pts.)</p> <p>Pocas veces (entre 7 a 9 pts.)</p> <p>Depende de las circunstancias (entre 10 a 15 pts.)</p>	<p>Cuestionario de Estrategias de afrontamiento – Abreviado (COPE-28)</p>

			-Evitación emocional -Evitación protectora	Frecuentemente (entre 16 a 22 pts.)	
--	--	--	---	--	--

## C. POBLACIÓN Y MUESTRA

En este apartado se presentan las unidades de observación, el tamaño de la población con sus características y el número de la muestra.

### **Unidad de Observación:**

Las unidades de observación del presente estudio son padres de familia con hijos que presentan trastorno del espectro autista en la Fundación de Integración para Personas con Autismo “F.I.P.A.” de la ciudad de La Paz.

### **Tamaño de la Población:**

El total de niños que asisten a la Fundación de Integración para Personas con Autismo “F.I.P.A.” de la ciudad de La Paz es de 35, el tamaño de la población es 50 padres de familia, entre ellos están familias que viven con solo uno de sus padres.

### **Características:**

Los niños que asisten a la Fundación de Integración para Personas con Autismo “F.I.P.A.” presentan Autismo de grado 1, grado 2 y grado 3. Algunos presentan además otras características clínicas como Microcefalia, Retraso en el desarrollo psicomotor, entre otros.

### **Muestra:**

Para llevar a cabo la siguiente investigación se seleccionó una muestra probabilística de tipo aleatorio simple de padres de niños con trastorno espectro autista de una población de 50 padres, es decir que se eligió a los miembros sin

tomar en cuenta ninguna característica específica. El resultado de la fórmula para la obtención de la muestra es la siguiente:

$$n = \frac{k^2 * p * q * N}{(e^2 * (N-1)) + k^2 * p * q}$$

$n=44$

De los resultados de la fórmula, se obtuvo una muestra de  $n = 44$  padres con un nivel de confianza del 95% y un margen de error del 5%. Por lo que se trabajó con 44 padres de familia en esta investigación.

#### **D. TÉCNICAS E INSTRUMENTOS DE INVESTIGACIÓN**

En este apartado se presentan los instrumentos utilizados en el presente estudio investigativo, cada instrumento mide una de las variables estudiadas e incluye sus características.

##### **Cuestionario de Estrés parental versión abreviada**

###### **Ficha Técnica**

**Autor:** Richard Abidin (versión inglés)

**Adaptación de la prueba:** Gracia Sánchez Griñan Martínez del Solar (adaptación y validación a la versión peruana.)

**Año original :** 1995

**Año de adaptación:** 2015

**Duración:** 10 a 15 minutos

**Administración:** Individual o colectiva, en formato del autoinforme.

Para medir el estrés parental se utilizará el Cuestionario de Estrés Parental – Stress Index (PSI-SF), la versión abreviada de Sánchez (2015). Es un instrumento que evalúa el estrés de los padres en su rol de progenitores. Es una escala de 24 ítems de tipo Likert de 5 niveles;

- Muy de Acuerdo “5 puntos”,
- De Acuerdo “2 puntos”,
- No estoy seguro “3 puntos”,
- Desacuerdo “4 puntos”
- Muy en Desacuerdo “1 puntos”

Se divide en tres dimensiones: la primera dimensión **Malestar Paterno** está compuesta por 7 ítems (ítem 1 al ítem 7), aquí se refiere al desacuerdo que presenta la pareja de padres con respecto a la crianza de los hijos, ausencia de apoyo para el cuidado y competencia o rivalidad para la atención de las necesidades de estos; la segunda dimensión **Interacción Disfuncional Padre-Hijo** tiene 6 ítems (ítem 8 al ítem 13) y nos brinda la medición del conflicto existente entre el padre e hijo, y la última dimensión **Niño Difícil** presenta 11 ítems (ítem 14 al ítem 24), que buscan la medición del grado en el cual el estrés se ve incrementado debido a las propias cualidades del hijo como su conducta, temperamento y adaptabilidad. Así también en sus ítems, presenta una escala sobre sucesos que producen estrés y está compuesta por 19 ítems (ítem 25 al ítem 43); en esta parte del cuestionario los padres deberán marcar los sucesos ocurridos en los últimos 12 meses para la obtención de mayor información sobre el estrés que presentan.

Las respuestas están entre sí y no, pero esta escala no es incluida en el puntaje total de la prueba, ya que su interpretación es de manera individual y cualitativa. En cuanto a la validez de criterio presenta un coeficiente de consistencia interna de 0.84 para la dimensión Malestar paterno con un error estándar de medición de 2.32, para la dimensión Padre – Hijo se obtuvo un 0.77 con un error estándar de medición de 1.28, para la tercera dimensión Niño difícil presento un 0.87 con un error estándar de 2.45, y para toda la prueba se obtuvo 0.89 con un error estándar de medición de 4.04.

## **Cuestionario de Estrategias de afrontamiento COPE-28**

### **Ficha Técnica**

**Autor:** Carver, Sheier y Weintraub

**Año de publicación de la versión original:** 1989

**Adaptación de la prueba:** Moran y Manga

**Año de adaptación:** 2010

**Duración:** 10 a 15 minutos

**Administración:** Individual o colectiva, en formato del autoinforme.

Para medir las estrategias de afrontamiento se utilizará el Cuestionario de modos de afrontamiento del estrés (COPE) de Carver, Sheier y Weintraub (1989), en su versión adaptada por Morán y Manga (2010), este instrumento evalúa las estrategias de afrontamiento ante el estrés presentado en los padres de familia. Este instrumento consta de 28 ítems divididos en 14 estrategias:

#### **Estrategias de Afrontamiento enfocado al problema:**

- Afrontamiento activo (2 ítems)
- Planificación (2 ítems)
- Apoyo instrumental (2 ítems)
- Reinterpretación positiva (2 ítems)
- Aceptación (2 ítems)
- Humor (2 ítems)
- Desconexión conductual (2 ítems)

#### **Estrategias de afrontamiento Enfocado en la Emoción:**

- Desahogo (2 ítems)
- Uso de Apoyo (2 ítems)

#### **Estrategias de Afrontamiento Evitativo:**

- Negación (2 ítems)
- Religión (2 ítems)
- Uso de sustancias

- Auto-inculpación (2 ítems)
- Auto-distracción (2 ítems)

Un total de 28 ítems, que proporcionaran una evaluación importante sobre las estrategias de afrontamiento que los padres suelen usar ante un suceso o evento estresor. Los puntajes para el instrumento se obtienen mediante una escala tipo Likert de 4 opciones de respuesta:

**No, en absoluto** (tiene un puntaje de “0”)

**Un poco** (tiene un puntaje de “1”)

**Bastante** (tiene un puntaje de “2”)

**Mucho** (tiene un puntaje de “3”)

Carver (1997) creó una versión abreviada del COPE original, el cual consta de 14 escalas con dos ítems cada una de las cuales son Afrontamiento Activo, Planificación, Reevaluación positiva, Aceptación, Humor, Espiritualidad, Negación, Uso del Apoyo emocional, Uso del apoyo instrumental, Auto distracción, Auto culpa, Consumo de sustancias, Desahogarse y Abandono; para esta nueva versión, se tuvieron que eliminar dos escalas pertenecientes al inventario original.

El “Brief COPE” realizado por Carver (1997), presenta 28 ítems, con una escala tipo Likert de 4 alternativas (de 0 a 3), entre “nunca hago esto” hasta “siempre hago esto”. Posterior a esto, Morán, Landero y Gonzales (2010) realizaron un trabajo de investigación en España para conocer la validez del “Brief COPE” creando una versión en español (no eliminaron ítems, ni se cambió la calificación), esta investigación se realizó con 260 sujetos con edades entre los 21 y 61 años de edad. La confiabilidad según el alfa de Cronbach iba desde los 0.58 a 0.93. Sin embargo, la correlación entre los ítems de cada sub escala, resultaron positivas y significativas. Finalmente se llegó a la conclusión de que la validez no era concluyente.

Quispe (2013) realizó una investigación acerca de la sobrecarga del cuidador y modos de afrontamiento al estrés en 140 madres con hijos.

Al analizar la confiabilidad según el alfa de Cronbach, este mostro una confiabilidad elevada con un .757. En cuanto a la correlación, ninguno de los ítems obtuvo una correlación menor a 0.30, mostrándolos significativos

### **Ficha Sociodemográfica**

Contaron de las siguientes preguntas:

#### **Datos personales del participante:**

Edad – Sexo – Parentesco con el niño – Actualmente trabaja usted

¿Cuál es su estado civil? - ¿Cuántos Hijos tiene usted? - ¿Cuál es su grado de instrucción?

#### **Datos personales del hijo o la hija:**

Edad de su Hijo/a – Sexo de su hijo/a –

¿Tardaron en aceptar el diagnostico de su hijo? - ¿al enterarse del diagnóstico de su hijo, afecto al estilo de vida del hogar?

#### **Marcar los tratamientos a los cuales acude o acudió su hijo para su mejor progreso:**

Terapia del Lenguaje - Terapia de Psicomotricidad - Terapia Ocupacional

Terapia Sensoperceptual - Taller de Modificación de la Conducta

Taller de Aprendizaje - Taller de Déficit de atención e hiperactividad

## **E. ANÁLISIS DE RESULTADOS**

El análisis correspondiente de los datos se hará con el programa SPSS 23v. Se tomará en cuenta las siguientes variables: Estrés Parental y Estrategias de Afrontamiento, los datos serán obtenidos por la aplicación del Cuestionario de Estrategias de Afrontamiento al Estrés en la versión Brief 28 (COPE-28) y el Cuestionario de Estrés Parental (Versión Peruana) (PSI-SF).

## **F. PROCEDIMIENTO**

La presente investigación se llevó a cabo dentro de los márgenes éticos, cumpliendo con las obligaciones correspondientes, también se adaptó a las condiciones y normativas de bioseguridad correspondientes.

En cuanto al procedimiento para recabar la información sobre los datos que se quiere obtener se dio de la siguiente forma:

En primer lugar, se buscó la fundación donde se aplicarán las pruebas correspondientes.

Se hablo con la fundación acerca de la investigación que se realizará en dicho lugar con la recepción de cartas y quedando como respaldo la fundación.

En segundo lugar, las pruebas “Cuestionario de Estrés Parental (PSI-SF) (Versión Peruana) y el Cuestionario de Estrategias de Afrontamiento Versión Brief 28(COPE-28)” se aplicó a los padres de familia en el espacio proporcionado por la Fundación, para el respectivo llenado de ambos cuestionarios, cumpliendo con el tiempo establecido para cada prueba.

Se tuvo que separar a los padres de familia del turno de la mañana y a los padres de familia del turno de la tarde de la fundación para la aplicación en una sola instancia a todos.

Luego de la obtención de las pruebas, se procedió a sacar los datos o resultados correspondientes de cada prueba y se verifico la relación correspondiente mediante un análisis estadístico.

### **Recursos Materiales**

- Papel bond (copias de la prueba)
- Engrapadora
- Bolígrafos

## **CAPITULO IV**

### **PRESENTACION Y ANALISIS DE RESULTADOS**

En este capítulo se presenta los resultados encontrados en la investigación sobre las Estrategias de Afrontamiento que poseen los padres de familia con hijos autistas con el Cuestionario de modos de afrontamiento del estrés COPE 28 de Carver (1997), en su versión adaptada por Morán y Manga (2010) frente al Estrés Parental evaluado por el Cuestionario de Estrés Parental – Stress Index (PSI-SF), la versión abreviada de Sánchez (2015).

Se efectuó en lo relacionado al tratamiento de los resultados, el tabulado, vaciado y análisis de la información de forma individual a cada instrumento aplicado en la población de estudio.

Posteriormente se realizó el análisis de los resultados obtenidos utilizando el programa estadístico SPSS 23.0.

#### **DATOS ESTADISTICOS DE LA POBLACION DE ESTUDIO**

##### **ANALISIS DE LA CORRELACION DE PEARSON.**

Para la correlación entre las variables de estudio de la presente investigación se utilizó el coeficiente de correlación simple de Pearson (Modelo Rectilíneo). El coeficiente de correlación es una medida de asociación entre dos variables y se simboliza con la letra  $r$ .

Los valores de la correlación van desde  $+1$  a  $-1$ , pasando por el valor numérico del cero que corresponde a una ausencia de correlación. Los valores positivos indican que existe una correlación positiva directamente proporcional, los valores negativos señalan que existe una correlación negativa inversamente proporcional, respectivamente.

Dónde:

- 1.00 Correlación negativa perfecta
- 0.75 Correlación negativa considerable

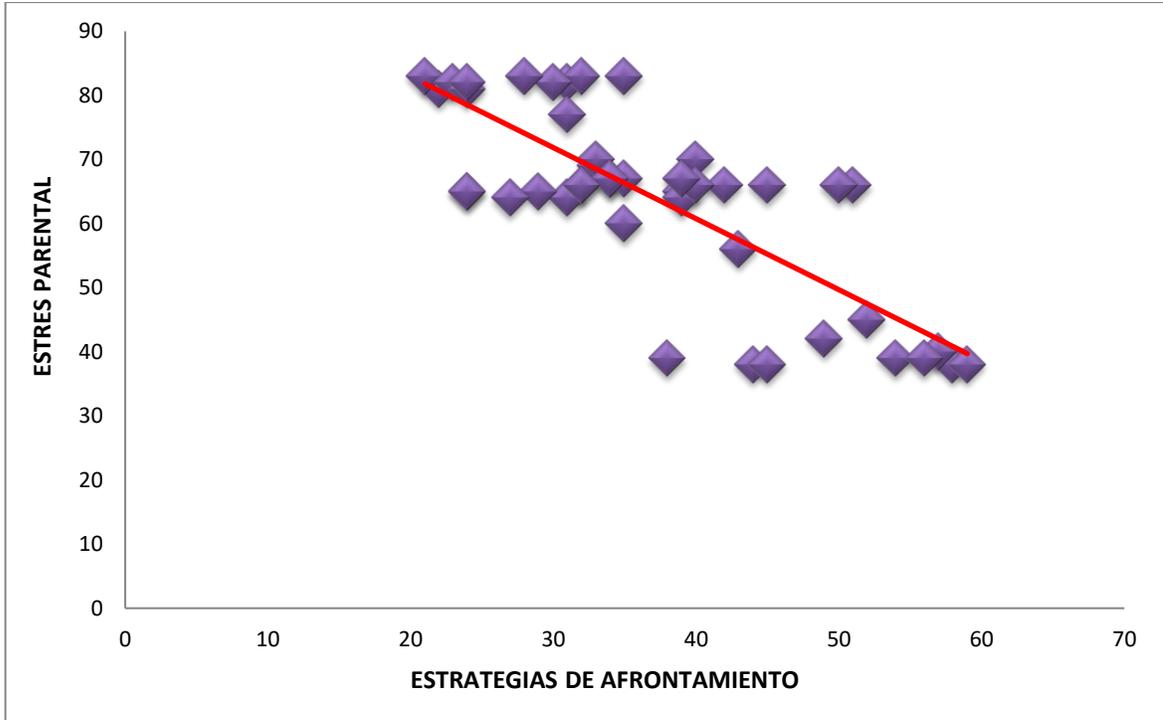
- 0.50 Correlación negativa media
- 0.25 Correlación negativa débil

**0.0 No existe correlación alguna entre variables**

- + 0.25 Correlación positiva débil
- + 0.50 Correlación positiva media
- + 0.75 Correlación positiva considerable
- + 1.00 Correlación positiva perfecta

A continuación, se describirá la correlación que se pudo hallar entre las dimensiones predominantes de las variables **estrés parental** en padres con hijos que presentan trastorno del espectro autista y **estrategias de afrontamiento**, esta información se presenta a continuación:

**Gráfico 1. Diagrama de Dispersión de Estrés Parental y Estrategias de Afrontamiento**



**Tabla 1. Correlación de Estrés Parental y Estrategias de Afrontamiento**

		Estrés Parental	Estrategias de Afrontamiento
<b>Estrés Parental</b>	Correlación de Pearson	1	<b>-0,783**</b>
	Sig. (bilateral)		,000
	N	44	44
<b>Tendencia Límite</b>	Correlación de Pearson	<b>-0,783**</b>	1
	Sig. (bilateral)	,000	
	N	44	44

\*\* La correlación es significativa en el nivel 0,01 (2 colas)

El índice de correlación de Pearson encontrado entre los resultados entre las variables de estudio de Estrés Parental y Estrategias de Afrontamiento es:

**-0.783**

Los resultados presentan una correlación negativa considerable de **-0.783**, tomando en cuenta el signo negativo de la correlación, la relación entre las variables de estudio es inversa, por lo que se puede afirmar que la mayoría de los padres con hijos que presentan trastorno del espectro autista de la Fundación F.I.P.A. que tienen mayores niveles de estrés parental, tienen un menor uso y poco manejo de estrategias de afrontamiento y/o los que tienen menores niveles de estrés parental tienen un mayor y mejor manejo de estrategias de afrontamiento.

## RESULTADOS DE LAS VARIABLES DE ESTUDIO

Gráfico 2. Estrés parental

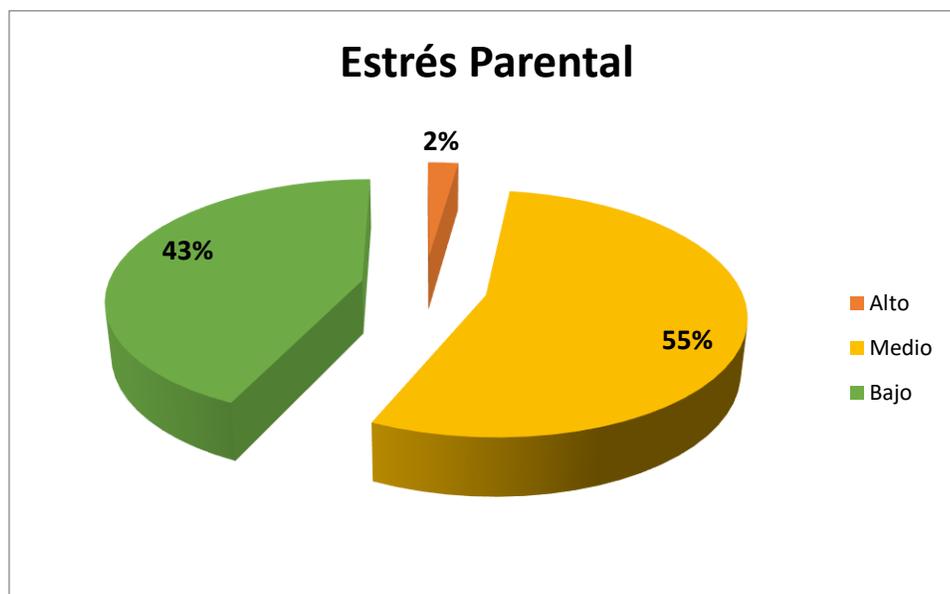


Tabla 2. Niveles de estrés parental

Estrés Parental	No. de Sujetos	%
Alto	1	2%
Medio	24	55%
Bajo	19	43%
<b>TOTAL</b>	<b>44</b>	<b>100%</b>

Fuente: Elaboración Propia

Se observa en el presente cuadro que el nivel predominante del Estrés Parental en los progenitores es el Medio con un 55% que son 24 padres familia, seguido por el nivel bajo con un 43% con 19 progenitores y el nivel alto con el 2% mostrando a una sola persona. También estos resultados concuerdan con otros estudios donde de igual forma el nivel medio es predominante, todo esto indicando que en estos padres de familia existe el estrés sin embargo pueden controlarlo.

## DIMENSIONES DE LA VARIABLE ESTRÉS PARENTAL

Gráfico 3. Niño difícil

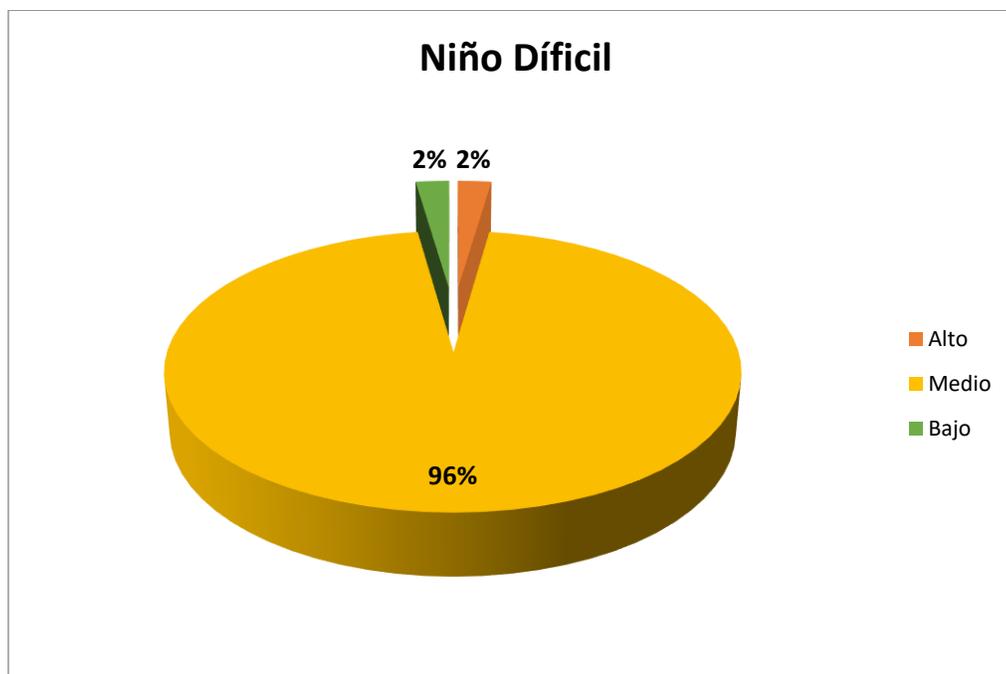


Tabla 3. Grados de la dimensión Niño difícil

Niño Díficil	No. de Sujetos	%
Alto	1	2%
Medio	42	95%
Bajo	1	2%
<b>TOTAL</b>	<b>44</b>	<b>100%</b>

Fuente: Elaboración Propia

Se observa en el presente cuadro que en esta dimensión llamado Niño Díficil el nivel predominante es el Medio con un 95% que son 42 personas, seguido de los dos niveles restantes los cuales son nivel alto con un 2% y nivel bajo con un 2% también. Esto nos muestra el grado en la cual el estrés se ve presente debido a las propias cualidades del hijo o hija como su conducta, temperamento, y adaptabilidad.

**Gráfico 4. Interacción disfuncional padre – hijo**



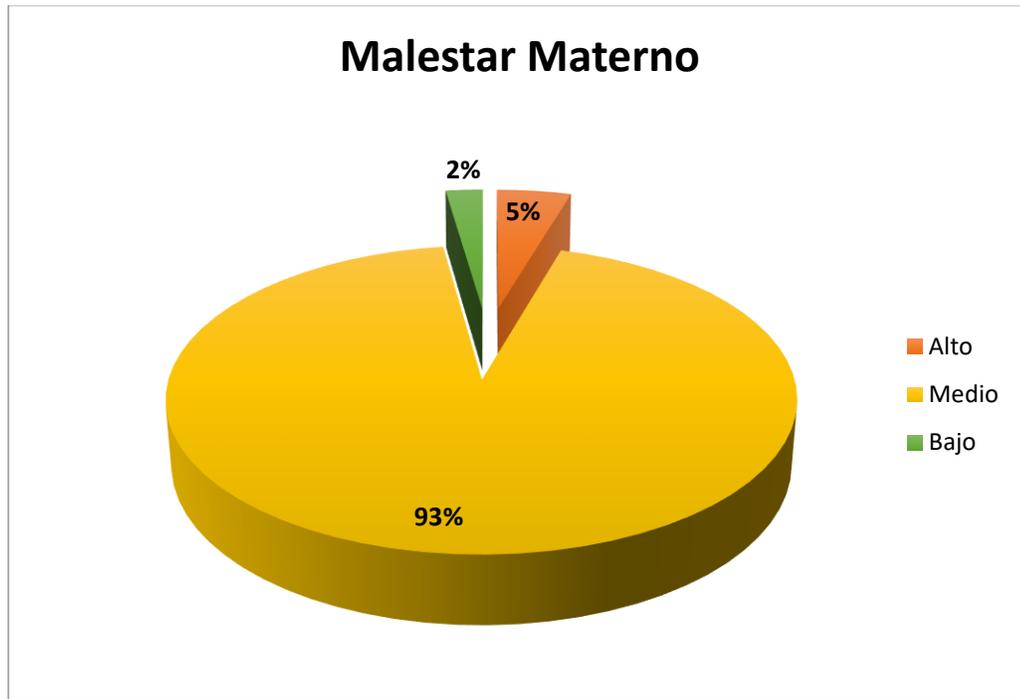
**Tabla 4. Niveles de la dimensión Interacción disfuncional padre – hijo**

Interacción Disfuncional P-H	No. De Sujetos	%
Alto	0	0%
Medio	38	86%
Bajo	6	14%
<b>TOTAL</b>	<b>44</b>	<b>100%</b>

Fuente: Elaboración Propia

Se observa en el presente cuadro que en la dimensión Interacción Disfuncional Padre e Hijo el nivel predominante es el Medio con un 86% que son 38 padres de familia, seguidos del nivel bajo con un 14% que son 6 padres de familia y no se encontró a nadie en el nivel alto. Esto nos muestra el grado en la cual el estrés se ve presente, mostrando el conflicto existente entre el padre y el hijo.

**Gráfico 5. Malestar paterno**



**Tabla 5. Niveles de la dimensión Malestar paterno**

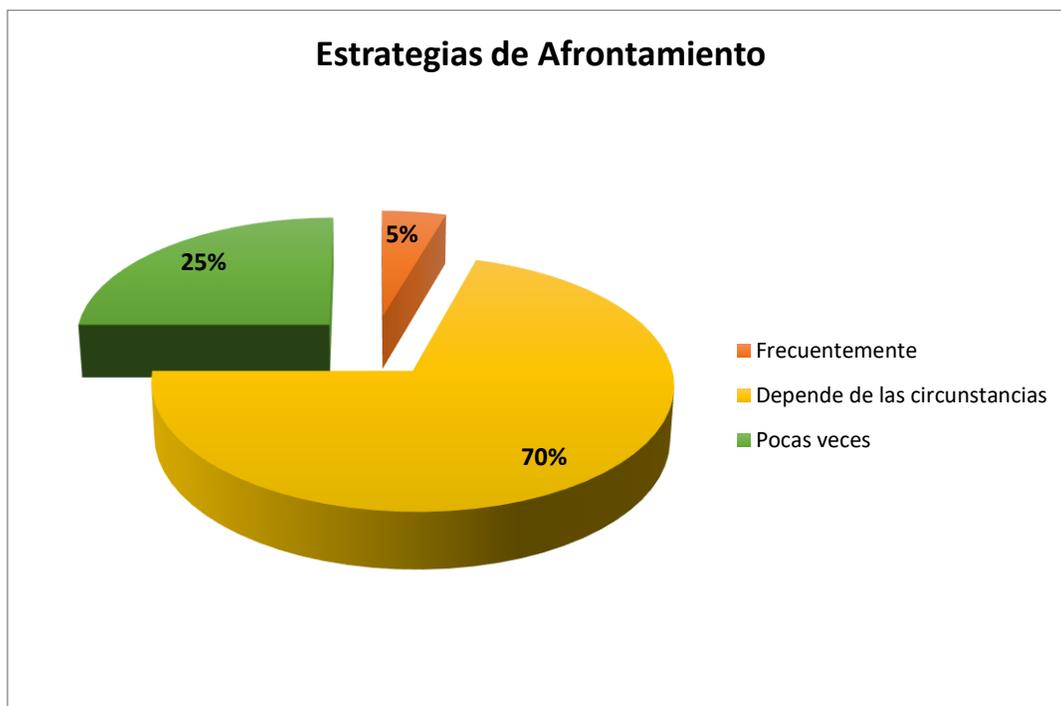
Malestar Materno	No. De Sujetos	%
Alto	2	5%
Medio	41	93%
Bajo	1	2%
<b>TOTAL</b>	<b>44</b>	<b>100%</b>

Fuente: Elaboración Propia

Se observa en el presente cuadro en la dimensión Malestar Paterno que el nivel predominante es el Medio con un 93% que corresponde a 41 padres de familia, en el nivel alto solo encontramos a dos personas con un 5% y en el nivel bajo con un 2% refiriéndonos a una sola persona. Esto nos muestra el grado en la cual hay desacuerdo en la pareja de padres con respecto a la crianza de los hijos, a la ausencia de apoyo para el cuidado y

competencias o rivalidad para la atención de las necesidades de los niños con esta condición.

**Gráfico 6. Variable estrategias de afrontamiento**



**Tabla 6. Dimensión de las estrategias de afrontamiento**

Estrategias de Afrontamiento	No. de Sujetos	%
<b>Frecuentemente</b>	2	<b>5%</b>
<b>Depende de las circunstancias</b>	31	<b>70%</b>
<b>Pocas veces</b>	11	<b>25%</b>
<b>TOTAL</b>	<b>44</b>	<b>100%</b>

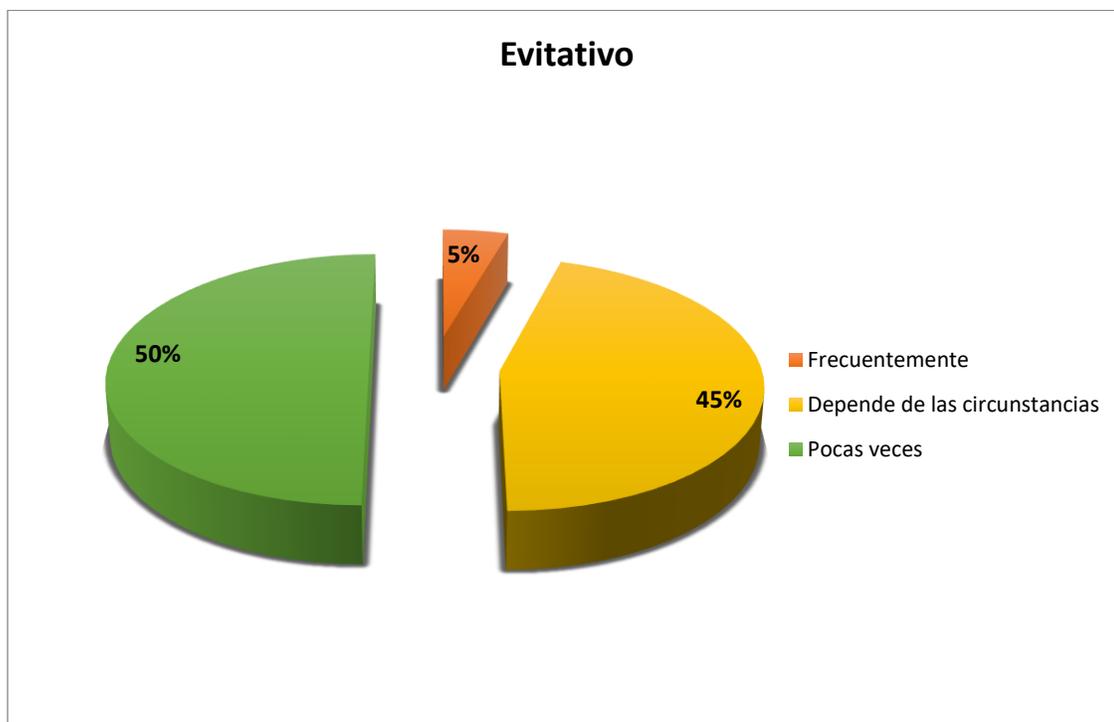
Fuente: Elaboración Propia

Se observa en el presente cuadro que las Estrategias de Afrontamiento que utilizaran un 70% de los progenitores dependerá de las circunstancias, pero se utilizaran pocas veces estrategias de afrontamiento frente al estrés un 25% de los padres de familia, y dos

personas que son el 5% utilizaran frecuentemente estrategias de afrontamiento frente a un evento estresor.

## DIMENSIONES DE LA VARIABLE ESTRATEGIAS DE AFRONTAMIENTO

**Gráfico 7. Dimensión evitativo**



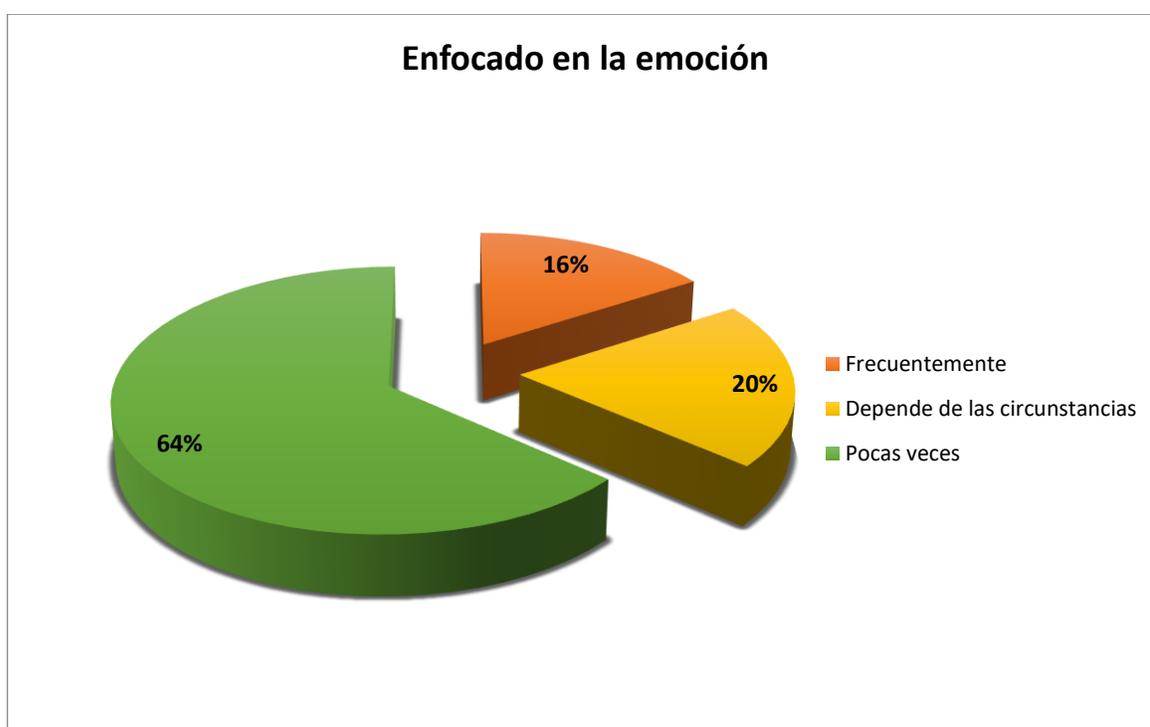
**Tabla 7. Grados de la dimensión evitativo**

Evitativo	No. de Sujetos	%
Frecuentemente	2	5%
Depende de las circunstancias	20	45%
Pocas veces	22	50%
<b>TOTAL</b>	<b>44</b>	<b>100%</b>

Fuente: Elaboración Propia

Se observa en el presente cuadro que un 50% que son 22 progenitores utilizan las estrategias de afrontamiento por evitación pocas veces, un 45% que son 20 progenitores las utilizan dependiendo a las circunstancias que se presentan y en último lugar, solo 5% que son 2 personas las utilizan frecuentemente. Podemos evidenciar que la mayoría de los padres dentro de la muestra investigada usan muy pocas veces el afrontamiento por evitación, pues son conscientes que evitar afrontar la situación solo traerá eventos contraproducentes.

**Gráfico 8. Dimensión Enfocado en la emoción**



**Tabla 8. Niveles de la dimensión enfocado a la emoción**

Enfocado en la emoción	No. de Sujetos	%
Frecuentemente	7	16%
Depende de las circunstancias	9	20%
Pocas veces	28	64%

TOTAL	44	100%
-------	----	------

Fuente: Elaboración Propia

Se observa en el presente cuadro que un 64% que son 28 progenitores utilizan pocas veces estrategias de afrontamiento enfocados en la emoción, seguido de un 20% que son 9 padres de familia que utilizan dependiendo a la circunstancia, y un 16% que son 7 progenitores las utilizan frecuentemente. Nos muestra todo esto que la mayoría de los progenitores utilizan pocas veces la regulación emocional a la hora de afrontar este acontecimiento, incluyendo en ella o el los esfuerzos porque sea más ligero el malestar estresor.

### Gráfico 9. Dimensión Enfocado en el problema



Tabla 9. Grado de la Dimensión enfocado al problema

Enfocado en el problema	No. de Sujetos	%
Frecuentemente	0	0%
Depende de las circunstancias	43	98%
Pocas veces	1	2%

<b>TOTAL</b>	<b>44</b>	<b>100%</b>
--------------	-----------	-------------

Fuente: Elaboración Propia

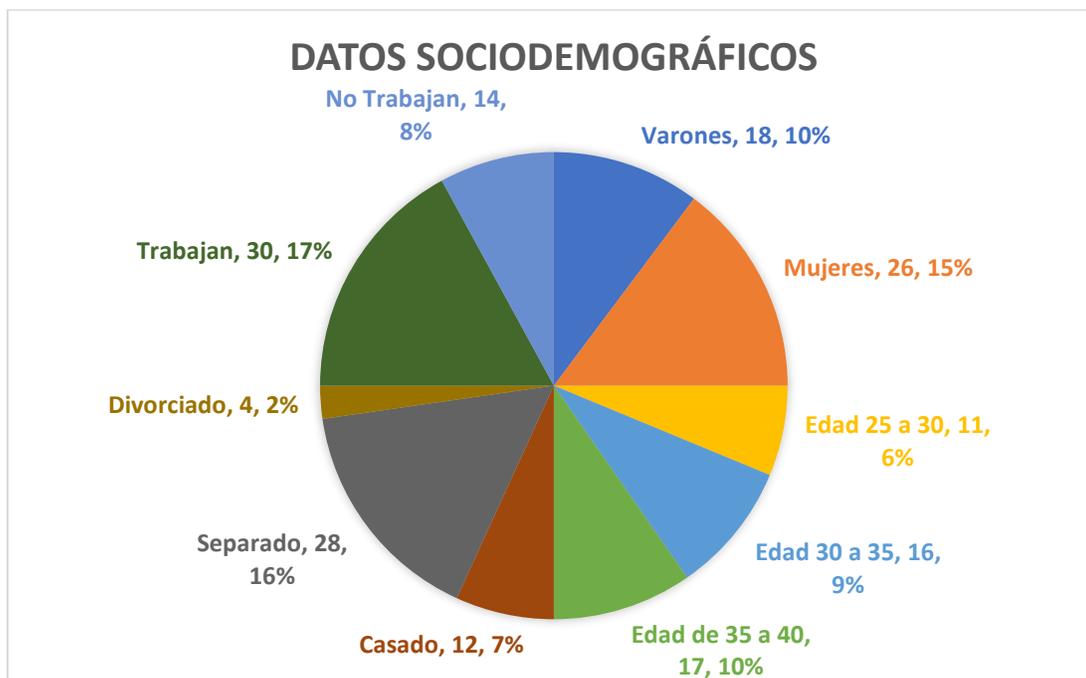
Se observa en el presente cuadro que un 98% que son 43 padres de familia utilizan estrategias de afrontamiento enfocados en el problema dependiendo a las circunstancias, un 2% que es un solo progenitor la utiliza pocas veces y frecuentemente nadie las utiliza con un 0%. Todo esto nos muestra que casi todos los padres de familia presentan una tendencia a focalizar su búsqueda en la solución a las dificultades o problemas en los cuales se encuentran involucrados, siendo esta estrategia de afrontamiento la más usada para sobrellevar y enfrentar la dificultad de tener un hijo con habilidades diferentes.

## **DATOS SOCIODEMOGRAFICO**

En primer lugar, se mostrará los datos obtenidos de la población de estudio, relacionado a la información sociodemográfica de los Padres de Familia de la fundación como la edad, el género, estado civil, si cuenta con trabajo en la actualidad, el tiempo que tardaron en aceptar el diagnóstico de su hijo o hija, si afecto al estilo de vida de su hogar y a los tratamientos a los cuales acude su hijo o hija con autismo.

En segundo lugar, se analizan los datos considerando porcentajes obtenidos de la población de cada cuestionario para finalmente presentar el análisis de correlación rectilínea de Pearson.

**Gráfico 10. Datos sociodemográficos**



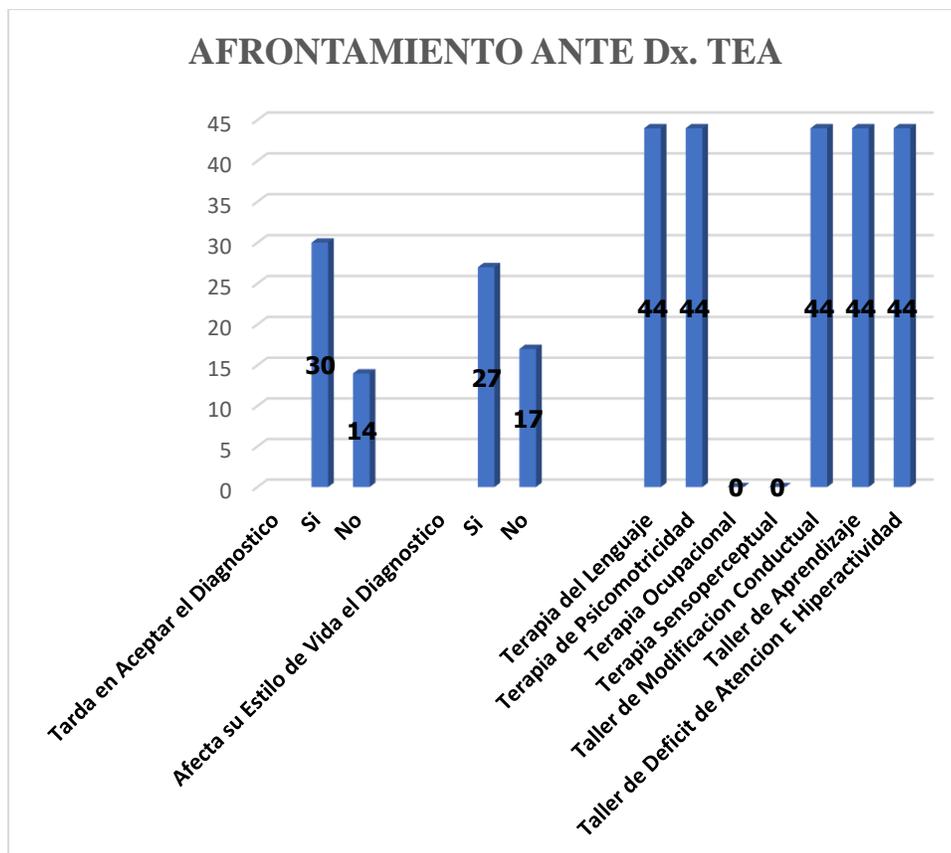
Fuente: Elaboración Propia

En este gráfico se observa que de los 44 padres de familia que participaron de la investigación el 59% que es la mayoría pertenece al sexo femenino y el 41% pertenece al sexo masculino. El género femenino es predominante en la población de estudio, ya que los resultados nos muestran que es más del 50% de los padres de familia encuestados, esto nos da a entender que las mujeres muestran mayor interés a la contribución de esta investigación y demuestran mayor apoyo a la fundación para el progreso de sus hijos e hijas. También se observa que la mayoría de los padres de familia de la fundación están entre los 35 a 40 años con un porcentaje de 39%, seguido de los padres que se encuentran entre los 30 a 35 años con un porcentaje de 36%, y una minoría de padres están entre los 25 a 30 años con un porcentaje de 25%. Nos muestran estos datos que la mayoría de los padres se encuentra en una edad suficientemente madura para tomar decisiones asertivas sobre sus hijos. Así también, respecto al estado civil de los padres de familia de la fundación que una gran mayoría con un 64% que son 28 padres de familia viven separados de su conyugue, el 27% que son 12 padres viven casados bajo un acta matrimonial y el 9% que son 4 padres de familia viven divorciados de su pareja y dos de ellos mencionaron

que esto último sucedió en la época de la pandemia. Asimismo, señalar que no existen padres de familia que vivan en concubinato o sean viudos.

Del mismo modo se evidencia en el cuadro que un 68% que son 30 padres de familia tiene fuentes laborales, cuentan con un trabajo para sostener esa familia, pero un 32% que son 14 padres de familia nos muestran que no tienen trabajo o están buscando trabajo, entre ellos hay personas que viven con sus padres mencionaron. Esto también puede deberse a que durante la pandemia del 2020 cerraron muchas microempresas y muchos otros también perdieron sus trabajos o donde hubo reducción de personal.

**Gráfico 11. Afrontamiento de los padres ante el diagnóstico de TEA en sus hijos**



En el presente cuadro se muestra que un 68% que son 30 padres juntamente a sus respectivas familias son quienes tardaron en aceptar el diagnóstico de su hijo o hija, por

el otro lado el 32% de los padres juntamente a sus familias que son 14 personas que llenaron el cuestionario no tardaron mucho tiempo en aceptar el diagnóstico de su hijo o hija. Esto nos muestra el verdadero impacto que recibe un padre de familia a la hora de saber que su hijo tiene trastorno del espectro autista ya que supera el 50% de las personas cuestionadas. También evidencia que a un 61% que son 27 padres de familia y a sus respectivas familias también afectó a su estilo de vida y que a un 39% que son 17 padres de familia no les afectó porque lo supieron sobrellevar. Esto muestra el gran cuidado que se necesita y se requiere a la hora de enseñar y velar por el bienestar del hijo o la hija con esta condición dado que los números nos muestran que supera a más del 50% de las personas cuestionadas. Del mismo modo, muestra las Terapias y Talleres a los que asisten los niños y niñas de la fundación F.I.P.A. para su respectivo progreso en su diagnóstico mostrando que a **Terapia del Lenguaje** asisten el 100%, ósea todos los niños y niñas de la fundación, a **Terapia de Psicomotricidad** también asisten el 100% de los niños y niñas de la fundación, a **Terapia Ocupacional** no acude ningún niño ya que la fundación no cuenta con esta área, a pesar de ser multidisciplinaria solo cuenta con 5 áreas para el progreso del niño o niña por el momento pero que en un futuro cubrirá todas las áreas restantes, lo que es **Terapia Sensoperceptual** tampoco acuden los niños por los motivos mencionados anteriormente, a **Taller de Modificación Conductual** asisten los niños un 100%, también se puede ver que a **Taller de Aprendizaje** acuden el 100% de los niños, como última parte de este cuadro a **Taller de Déficit de Atención e Hiperactividad** acuden el 100% de los niños que son todos los inscritos en la fundación.

## **CAPITULO V**

### **CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES**

#### **CONCLUSIONES**

La investigación refleja que la relación entre estrés parental y estrategias de afrontamiento es significativa, puesto que la mayoría de los padres que participaron en el estudio hace notar que ante el incremento de los niveles de estrés se ven reducidos los niveles de uso de estrategias de afrontamiento y al reducirse el grado de estrés las estrategias para afrontar las situaciones se ven incrementadas.

Esta investigación permite notar que los niveles de estrés parental reflejan que la mayoría de los padres con hijos con TEA de la Fundación F.I.P.A. muestran tener un nivel medio de estrés parental. Sin embargo, también se pudo notar que más de la mitad de los padres con hijos con TEA tienen un control adecuado del estrés parental.

Así también se pudo evidenciar que el nivel de estrategias de afrontamiento es muy bajo en los padres con hijos con TEA de la Fundación F.I.P.A., la mayoría de los padres tuvieron dificultades para aceptar el diagnóstico de sus hijos, así también, a más de la mitad les afectó en su estilo de vida.

También se puede ver que cerca de la mitad de los padres con hijos con diagnóstico de TEA se encuentran entre los 30 a 40 años de edad.

En cuanto a la relación entre los padres con sus hijos se muestra en un nivel medio la presencia de una relación conflictiva estresante por la existencia de una interacción disfuncional entre ambos, en la mayoría se puede notar que el estrés de los padres tiene relación con la conducta de sus hijos y su adaptabilidad.

La mayoría de los padres muestran un grado medio de malestar paterno, esto refleja un desacuerdo en la pareja con respecto a la crianza, las competencias en el momento de atender las necesidades de sus hijos.

Más de la mitad de las estrategias de afrontamiento de los padres dependen de las circunstancias que se les presentan, de los que, la mayoría de ellos se alejan o ignoran el problema, sin llegar a resolverlo por causa de agentes externos, así también utilizan pocas veces regulación emocional a la hora de afrontar los problemas o acontecimientos, casi todos los padres se focalizan en buscar soluciones a las dificultades en las que se vean inmersos.

A lo largo del estudio se pudo observar que el estrés parental se incrementa ante situaciones en las que los niños con diagnóstico trastorno del espectro autista presentan comportamientos inadecuados en los ambientes cotidianos, como ser el hogar, lugares de estudio, ambientes públicos, estancias familiares y/o amistosas, entre otros.

También se descubrió que la mayoría de los padres de niños con trastorno del espectro autista tienden a concentrar su búsqueda de soluciones en los desafíos o problemas que enfrentan con sus hijos con un nivel de detalle mayor.

Durante las conversaciones con los padres de la Fundación FIPA, en el transcurso de esta investigación, se observó que un grupo minoritario emplean estrategias para aminorar el diagnóstico de sus hijos se enfocan en recurrir a la religión o al consumo de alcohol. Esto se debe a un fuerte sentimiento de culpa por la condición de sus hijos a la continua búsqueda de una explicación.

La investigación refleja que la mayoría de los padres, cuando se enfrentan a comportamientos destacados y típicos del TEA en sus hijos, comienzan su búsqueda de ayuda consultando primero a personas cercanas como familiares, amigos, vecinos e incluso conocidos, y en última instancia, recurren a profesionales de la salud para obtener un diagnóstico.

El estudio muestra que el diagnóstico de TEA requiere que los padres continúen aprendiendo y ajustando su estilo de vida en relación con este tema, sin ofrecerles una expectativa de cambio completo, sino más bien los lleva a adaptarse y aprender a convivir con la condición de sus hijos.

También se pudo evidenciar que la crianza de niños con TEA provoca niveles significativamente elevados de estrés en los padres debido a las conductas restringidas y repetitivas, la dificultad en el contacto visual, la ecolalia, la falta de variación en las conversaciones, la sensibilidad sensorial y otras características que pueden variar de un caso a otro en sus hijos. Esto se debe a la necesidad de prestar una atención especial a estos aspectos y a los lugares donde estas conductas se manifiestan con mayor intensidad, además de otras conductas que pueden ser desafiantes en los niños con este diagnóstico.

Los padres que forman parte de la Fundación FIPA manifestaron que están en constante búsqueda de la oportunidad de conectarse con otros padres que también tienen hijos con TEA, con el propósito de adquirir nuevos conocimientos a partir de las experiencias compartidas por estos.

Según lo discutido con los padres y los integrantes de la Fundación, los padres muestran una actitud ambivalente hacia el diagnóstico de sus hijos y no han llegado a aceptarlo por completo en relación al cuidado y trato de sus hijos.

La necesidad en los padres de la Fundación FIPA de proporcionar un mayor nivel de atención a los niños con Trastorno del Espectro Autista conlleva a la implementación de cuidados más precisos, y la dinámica familiar se centra en atender sus necesidades de manera prioritaria.

Las entrevistas indicaron que los padres experimentan un aumento en el estrés cuando se enfrentan a la incertidumbre sobre cómo pueden mejorar la educación y el aprendizaje de sus hijos. Se centran en buscar soluciones para esta área, dejando de lado el problema en sí mismo.

Las condiciones particulares en las que los niños de la Fundación crecen pueden ser muy diversas. En algunos casos, se enfrentan al abandono de uno de los padres, mientras que, en otros, sus padres se separan o son cuidados por familiares cercanos, entre otras situaciones.

El nivel de estrés experimentado por los padres de la Fundación aumenta en función de las particularidades de cada niño, siendo influido por la cantidad de demandas que implica cuidar de ellos.

Los padres en la Fundación también expresan un anhelo de observar una mejoría rápida en sus hijos en lo que respecta a su comportamiento, habilidades de aprendizaje, comunicación y cualquier aspecto relacionado con las áreas donde sus hijos enfrentan mayores dificultades. Ello generó en algunos padres que ante una mejora leve en sus hijos los lleve a otros espacios de estudio, por lo que al poco tiempo retornaron a la Fundación.

Las familias de la Fundación expresan inquietud acerca de lo que depara el futuro para los niños con trastorno del espectro autista, ya sea debido a la posibilidad de su ausencia, la dificultad para dedicarles el tiempo necesario para su crianza, o las dificultades en las relaciones con ellos en ciertos casos.

En ciertas ocasiones, se pudo notar que la influencia de los familiares en los niños con Trastorno del Espectro Autista de la Fundación supera la influencia de los cuidadores de la institución.

También se pudo notar que los niveles de estrés aumentan en relación con el grado de proximidad familiar que tienen con los niños que presentan Trastorno del Espectro Autista en la fundación.

La mayoría de los padres manifiestan un alto interés en participar en actividades destinadas a mejorar las habilidades de sus hijos en la Fundación, como ser las actividades en los días festivos para poder adquirir mayor información acerca de sus hijos y compartir un tiempo de comunicación con ellos.

Se pudo observar que la mayoría de los padres que tienen hijos con trastorno del espectro autista están en situaciones de separación, lo que contribuye a aumentar el estrés de quien tiene la custodia.

Los hallazgos indican que más de la mitad de los padres experimentaron dificultades al aceptar el diagnóstico de sus hijos y mostraron aprehensión ante los cambios que este implica en la dinámica de vida en el hogar.

En síntesis, la presente investigación expone un análisis exhaustivo y comprensivo de cómo el estrés de los padres, las estrategias de afrontamiento y la dinámica familiar se entrelazan en familias con niños que tienen Trastorno del Espectro Autista (TEA) en la Fundación F.I.P.A. Es claro que el nivel de estrés que experimentan los padres desempeña un papel fundamental en cómo enfrentan los desafíos relacionados con el TEA de sus hijos.

Los resultados destacan que el aumento del estrés conduce a una disminución en el uso de estrategias de afrontamiento efectivas, mientras que una reducción en el estrés está asociada con un mayor uso de estas estrategias. Esto resalta la importancia de abordar el estrés parental como un factor clave en el bienestar de la familia.

Además, se observa que muchos padres enfrentan dificultades significativas al aceptar el diagnóstico de TEA de sus hijos, lo que impacta en su capacidad para desarrollar y utilizar estrategias de afrontamiento adecuadas. Esta dificultad para aceptar el diagnóstico puede estar relacionada con sentimientos de culpa, incertidumbre sobre el futuro y la necesidad de adaptarse a un nuevo estilo de vida.

Es reconfortante observar que la mayoría de los padres demuestran tener un manejo adecuado del estrés parental, lo que indica la existencia de recursos y apoyos disponibles para ayudarles a enfrentar estos desafíos. No obstante, es evidente que aún queda trabajo por hacer en términos de mejorar las estrategias de afrontamiento y brindar un mayor apoyo emocional a los padres en esta situación.

En este sentido, esta investigación destaca la importancia de abordar el estrés parental y proporcionar recursos y apoyos adecuados para ayudar a los padres a enfrentar los desafíos asociados con el TEA de sus hijos. Al hacerlo, se puede mejorar el bienestar de toda la familia y promover un entorno más saludable y comprensivo para los niños con TEA.

## **RECOMENDACIONES**

Se recomienda la introducción de políticas familiares adicionales a nivel organizacional con el fin de ofrecer mejoras en la crianza de niños que presentan trastorno del espectro autista en la Fundación FIPA.

Se recomienda la introducción de áreas de especialización adicionales en la Fundación que se adapten a las demandas de apoyo necesarias para los niños con diagnóstico de trastorno del espectro autista.

Se sugiere la implementación de espacios recreativos para disminuir los niveles de estrés que presentan los padres con hijos con TEA y reforzar las actividades que coadyuvan en el control del mismo.

Se recomienda la contratación de un mayor número de profesionales capacitados en la Fundación, con el objetivo de brindar una atención más especializada y detallada, ajustada a las diferentes etapas de desarrollo de los niños.

Se sugiere la exploración de iniciativas que promuevan una mayor participación e interacción de los padres con la Fundación en relación a sus actividades.

Se recomienda la introducción de actividades recreativas en grupo que promuevan la colaboración entre el personal de la Fundación, con el objetivo de reducir los conflictos interpersonales.

Se recomienda llevar a cabo una formación continua y promover el respeto a las funciones profesionales del personal de la Fundación, con el fin de guiar adecuadamente la percepción de los niños hacia ellos.

Se recomienda la implementación de atención psicológica para los padres con hijos con TEA, para facilitar la aceptación del diagnóstico y el fortalecimiento de las relaciones entre padres – hijos y en la pareja.

Se sugiere la creación de grupos de apoyo que reúnan a padres y profesionales para proporcionar orientación sobre los desafíos que enfrentan en la crianza de sus hijos.

Se sugiere a los padres que busquen actividades que promuevan la inclusión de sus hijos en las actividades familiares.

Se recomienda que los padres fomenten el cuidado propio de sus hijos, centrándose en los aspectos positivos y los avances que experimentan gracias al respaldo ofrecido por la Fundación.

Se sugiere que los padres se unan a organizaciones de apoyo para niños con autismo, con el fin de obtener orientación basada en las vivencias de otros padres y respuestas a las preguntas que puedan surgirles mientras crían a sus hijos.

Se recomienda que los padres se unan a redes de apoyo y que extiendan estas redes a personas cercanas que puedan ofrecer apoyo cuando sea necesario para sus hijos con Trastorno del Espectro Autista

Se sugiere que los padres busquen momentos para cuidar de sí mismos, permitiendo cierto grado de independencia para sus hijos con Trastorno del Espectro Autista.

Se recomienda proporcionar a los miembros de la familia de los niños con Trastorno del Espectro Autista información precisa y puntual, con el fin de promover una dinámica familiar más sólida y colaborativa en el desarrollo de las habilidades de los niños.

Se recomienda dar continuidad al presente estudio con mayor profundidad en sus diferentes aspectos.

También se propone la idea de realizar investigaciones adicionales vinculadas a los resultados obtenidos, incluyendo la exploración de aspectos relacionados con el divorcio entre padres y la crianza de hijos que tienen trastorno del espectro autista.

## BIBLIOGRAFÍA DE REFERENCIA

Abidin, R. (1995). *Parenting stress Index: Professional Manual*. (3<sup>rd</sup> ed.). Odessa, FL: Psychological Assessment Resources

Aguir, V., Muñoz, Y. (2002). *Estrategias de afrontamiento ante el estrés y fuentes de recompensa profesional en médicos especialistas de la Comunidad Valenciana: Un estudio con entrevistas semiestructuradas*. *Revista Española de Salud Pública*, 76(5), 595-604. Recuperado en 27 de octubre de 2022, de [http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1135-57272002000500019&lng=es&tlng=es](http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1135-57272002000500019&lng=es&tlng=es).

Albarracín Rodríguez, A. P.; Rey Hernández, L. A. & Jaimes Caicedo, M. M. (2014). *Estrategias de afrontamiento y características sociodemográficas en padres de hijos con trastornos del espectro autista*. *Revista Virtual Universidad Católica del Norte*, 42, 111-126. Recuperado de:

<http://revistavirtual.ucn.edu.co/index.php/RevistaUCN/article/view/498/1034>

Alejandro Luque Figueroa (2020). *Cortisol y estrés*. *Revista Virtual Escuela de Salud Integrativa*. Obtenido de:

<https://www.esi.academy/cortisol-y-estres>

Artigas, J., (2004) *Un acercamiento al Síndrome de Asperger: una guía teórica y práctica*. [https://issuu.com/ayudapsicologicaenlinea/docs/acercamiento\\_al\\_asperger](https://issuu.com/ayudapsicologicaenlinea/docs/acercamiento_al_asperger).

Artigas, P. & Pérez, P. (2012). *El Autismo 70 años después de Leo Kanner y Hans Asperger*. *Revista de la Asociación española de Neuropsiquiatría*, 32(115), 567-587. <http://dx.doi.org/10.4321/S0211-57352012000300008>.

Asociación Americana de Psiquiatría. (2013). *Guía de consulta de los criterios diagnósticos del DSM 5*. Arlington VA: Asociación Americana de Psiquiatría.

Barraza, M. A. (2003). *El estrés académico en alumnos de maestría y sus variables moduladoras: un diseño de diferencia de grupos*. Avances en Psicología Latinoamericana, 26(2),270-289. [fecha de consulta 26 de octubre de 2022]. ISSN:1794-4724. Recuperado de: <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=79926212>

Basa, J. A. Estrés parental con hijos autistas. Un estudio comparativo [en línea]. Tesis de Licenciatura, Universidad Católica Argentina, Facultad de Humanidades “Teresa de Ávila”, 2010. Disponible en:

<https://repositorio.uca.edu.ar/handle/123456789/578>

Belloch, A., Sandín, B. & Ramos, F. (1995). *Manual de Psicopatología*.

Bonilla, N., Bahamón, M., Forgiony, J., & Mora, K. (2019). *Propiedades psicométricas de la escala de afrontamiento para la intervención psicológica en adolescentes COPE*. Archivos Venezolanas de Farmacología y Terapéutica 37(5). Recuperado de:

[http://www.researchgate.net/publication/331876896\\_Propiedades\\_psicométricas\\_de\\_la\\_escala\\_d](http://www.researchgate.net/publication/331876896_Propiedades_psicométricas_de_la_escala_d)

[e\\_afrontamiento\\_para\\_la\\_intervencion\\_psicologica\\_en\\_adolescentes\\_COPE\\_Psychometric\\_properties\\_of\\_the\\_coping\\_scale\\_for\\_psychological\\_intervention\\_in\\_adolescents\\_](http://www.researchgate.net/publication/331876896_Propiedades_psicométricas_de_la_escala_d)

Bristol, M. (1987). *Las madres de los niños con autismo o trastorno de comunicación*. Revista Autismo y Trastornos del Desarrollo, 17(4), 469-486. Recuperado de <http://www.psicothema.com/pdf/3220.pdf>

Cabrera, V. E., González, M. R. & Guevara, I. P. (2012). *Estrés parental, tratamiento y monitoreo como factores asociados a la conducta agresiva*. Universitas Psychologica, 11(1), 241-254.

Calzada, A., Oliveros, Y. y Acosta, Y. (2012) *Trastorno por estrés agudo: Presentación de un caso*. Cuadernos de Medicina Forense, 18(1), 27-31. <https://dx.doi.org/10.4321/S1135-76062012000100004>

Camargo, B. (2004). *Estrés, Síndrome General de Adaptación o Reacción General de Alarma*. Revista Médico Científica, 17(2). Recuperado a partir de <https://www.revistamedicocientifica.org/index.php/rmc/article/view/103>

Castaña, E., León, B. (2010). *Estrategias de afrontamiento del estrés y estilos de conducta interpersonal*. International Journal of Psychology and Psychological Therapy, 10(2),245-257. (fecha de consulta 12 de septiembre de 2022). ISSN: 1577-7057. Recuperado de <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=56017095004>

Cristina Molina Camenforte (2020 – 2021). El impacto familiar ante el diagnóstico de un hijo con Trastorno del Espectro Autista. Universidad de Almería

Díaz, A., Brito de la Nuez, A., López, A., Pérez, J. y Martínez, M. (2010). *Estructura factorial y consistencia interna de la versión española del Parenting Stress Index-Short Form*. Psicothema, 2(4), 1033-1038. <https://www.psicothema.com/pdf/3837.pdf>

Doo, S. y Wing, Y. (2006) *Sleep problems of children with pervasive developmental disorders: correlation with parental stress*. Developmental Medicine and Child Neurology, 48(8), 650-655. <https://doi.org/10.1017/S001216220600137X>

Florenzado, R. y Zagers, B. (2003). *Psicología médica*. Ed. Mediterráneo

Fernández, I., Pastor, G. y Botella, P. (2014). *Estrés y Afrontamiento en familias de hijos con trastorno de espectro autista*. International journal of Developmental and educational Psychology. <https://www.redalyc.org/pdf/3498/349851787048.pdf>

Gonzales, J. (2007). *La Familia como Sistema*. Revista Paceyña de Medicina Familiar, 4(6),111-114.

Recuperado de:

[https://www.academia.edu/8054483/REVISTA\\_PACE%C3%91A\\_DE\\_MEDICINA\\_FAMILIA](https://www.academia.edu/8054483/REVISTA_PACE%C3%91A_DE_MEDICINA_FAMILIA)  
[R\\_TEMAS\\_DE\\_MEDICINA\\_FAMILIAR\\_LA\\_FAMILIA\\_COMO\\_SISTEMA](#)

Gutiérrez, J. (1998). La Promoción del Eustres. *Revista electrónica de psicología*,2(1).

Recuperado de <https://psiquiatria.com/bibliopsiquis/la-promocion-del-eustres/>

Gutiérrez Gonzales Clarisa y Guaba Andújar Laudy (2017). Estrategias de afrontamiento, en padres de hijo/as diagnosticados con TEA, para el manejo del estrés, en el Centro de Atención Psicológica y del Lenguaje (APEL), en Santo Domingo, Mayo-Agosto 2017. Trabajo de Grado. Universidad Nacional Pedro Henríquez Ureña.

Hernández, R., Fernández, C. Baptista, P. (2014). *Metodología de la investigación*: McGrawHill Ed.

Hernández, S., Fernández, C., & Baptista, L. (2006). *Metodología de la investigación 6ta edición*. McGrawHill Ed.

Lazarus, R. y Folkman, S. (1984). *Stress, Appraisal and Coping*. Ed. Springer Publishing Company

Ley N° 223/2012 Ley General para Personas con Discapacidad. Constitución Política del Estado Boliviano

Linares, A., Poma, Z. (2016). *Estilos de Afrontamiento al estrés y síndrome de burnout en una dependencia de la Policía Nacional de Perú de Lima*. (Tesis Pregrado, Universidad Peruana Unión). Repositorio de la Universidad Peruana Unión. Recuperado de: <https://repositorio.upeu.edu.pe/handle/20.500.12840/430>

Macías, M., Madariaga, C., Valle, M., Zambrano, J. (2013). *Estrategias de afrontamiento individual y familiar frente a situaciones de estrés psicológico*. *Psicología desde el Caribe*, 30(1), 123 – 145. Recuperado de <http://www.redalyc.org/pdf/213/21328600007.pdf>

Marina, J. A. (2006). *Anatomía del miedo. Un retrato sobre la valentía*. Ed. Anagrama

Martínez, M. y Bilbao, M. (2008). *Acercamiento de la realidad de las familias de personas con autismo*. Revista Intervención Psicosocial, 17(2), 215-230. Recuperado de [http://scielo.isciii.es/scielo.php?pid=S1132-05592008000200009&script=sci\\_arttext](http://scielo.isciii.es/scielo.php?pid=S1132-05592008000200009&script=sci_arttext)

Matalinares, M., Diaz, G., Boca, D., Uceda, J., Yaringaño, J. (2016). *Afrontamiento del estrés y bienestar psicológico en estudiantes universitarios de Lima y Huancayo*. Persona, (019), 105- 126. Recuperado de:

<https://doi.org/10.26439/persona2016.n019.975>

Narda Sofia Torrez Estrada (2018). *Estrés parental y estrategias de afrontamiento en padres de hijos con habilidades diferentes de un CEBE ubicado en Los Olivos, 2018*. (Tesis Pregrado, Universidad Cesar Vallejo).

Nicole Saavedra (abril, 2023) *En Bolivia, las personas con autismo sufren de aislamiento, olvido y prejuicio*. Urgente.bo. Recuperado de:

<https://urgente.bo/noticia/en-bolivia-las-personas-con-autismo-sufren-de-aislamiento-olvido-y-prejuicio>

Nogareda, S (1999). *Fisiología del estrés*. Centro Nacional de condiciones de trabajo. España: Ministerio de trabajo y asuntos sociales. Recuperado de [https://www.insst.es/documents/94886/326827/ntp\\_355.pdf/d0c209e9-026e-4d85-8faf-5a9fcea97276](https://www.insst.es/documents/94886/326827/ntp_355.pdf/d0c209e9-026e-4d85-8faf-5a9fcea97276)

Núñez, B. (2007). *Familia y Discapacidad*. Ed. Lugar

Pérez, D., García, J., García, T., Ortiz, D., & Centellas, M., (2014). *Conocimientos sobre el estrés, salud y creencias de control para la Atención Primaria de Salud*. Revista Cubana de Medicina General Integral, 30(3). Recuperado de [http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0864-21252014000300009&Ing=es&tIng=es](http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0864-21252014000300009&Ing=es&tIng=es).

Pineda, D. (2012). *Estrés parental y estilos de afrontamiento en padres de niños con trastorno del espectro autista*. [Tesis Pregrado, Pontificia Universidad Católica del

Perú] Repositorio Pontificia de la Universidad Católica del Perú.  
<https://tesis.pucp.edu.pe/repositorio/handle/20.500.12404/1659>

Polaino, A., Doménech, E., Cuxart, F. (1997). *El impacto del niño autista en la familia*. Ed. Rialp Sa.

Ramírez, O. (2013). *El estrés de crianza en madres de hijos con la condición de autismo severo (CAS)*. Revista Multidisciplinaria Dialógica, 10(1). Recuperado de:  
<http://dialnet.unirioja.es/download/articulo/5250305.pdf>.

Reyes, J., & Mesías, O., (2005). El Impacto del Niño Autista en la Familia. *Puertas a la Lectura*,

196-207. <https://dialnet.unirioja.es/download/articulo/5963830.pdf>

Rodriguez-Fernandez, J., García-Acero, M. y Franco, P. (2012). *Neurobiología del Estrés Agudo y Crónico: Su Efecto en el Eje Hipotálamo-Hipófisis-Adrenal y la Memoria*. Revista Ecuatoriana de Neurología.  
[http://revecuatneurol.com/magazine\\_issue\\_article/neurobiologia-del-estres-agudo-y-cronico-efecto-hipotalamo-y-memoria/](http://revecuatneurol.com/magazine_issue_article/neurobiologia-del-estres-agudo-y-cronico-efecto-hipotalamo-y-memoria/)

Rosario Torres Mendoza (2022). *Estilos De Afrontamiento Y Estrés Parental En Padres De Niños Con Trastorno Del Espectro Autista De Uncentro Educativo Básico Especial De Puente Piedra, 2017*. Universidad Privada del Norte. Obtenido de:

<https://repositorio.upn.edu.pe/bitstream/handle/11537/30139/Torres%20Mendoza%20Rosario.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Sánchez, G. (2015). *Cuestionario de estrés parental; características psicométricas y análisis comparativo del estrés parental en padres de familia con hijos de 0 a 3 años de edad de lima moderna* [Tesis Pregrado, Universidad de Lima].  
Repositorio de la Universidad de Lima.  
<https://repositorio.ulima.edu.pe/handle/20.500.12724/3384>

Sánchez, A.(2017). *Trastornos del espectro autista. Evaluación, diagnóstico e intervención educativa y familiar*. Formación Alcalá.

Sandín, B. (2003) *El Estrés: un análisis basado en el papel de los factores sociales*. Revista Internacional de Psicología Clínica y de Salud.3(1), 141-157.  
<https://www.redalyc.org/pdf/337/33730109.pdf>

Selye, H. (1978). *The Stress of Life*. McGraw Hill

Snell, R (2010). *Neuroanatomía Clínica*. Ed. Lippincott Williams and Wilkins.

# ANEXOS

## FICHA SOCIODEMOGRAFICO

### DATOS PERSONALES DEL PARTICIPANTE

- **EDAD:**
- **SEXO:** Masculino (  ) Femenino (  )
- **PARENTESCO CON EL NIÑO/LA NIÑA:** Mamá (  ) Papá (  ) Otro Familiar (  )
- **ACTUALMENTE TRABAJA USTED:** Si (  ) No (  )

### MARQUE CON UNA (X) SU RESPUESTA:

- **¿CUÁL ES SU ESTADO CIVIL?** Casado (  ) Conviviente (  ) Separado (  )  
Divorciado (  ) Viudo/a (  )
- **¿CUÁNTOS HIJOS/AS TIENE USTED?** 1 (  ) 2 (  ) o más (  )
- **¿CUAL ES TU GRADO DE INSTRUCCIÓN?** Primaria (  ) Secundaria (  ) Superior Técnica (  )  
Superior Universitaria (  ) Otros (  )

### A CONTINUACION MARQUE CON UNA (X) LA INFORMACION SOLICITADA EN RELACION A SU HUO/A.

- **EDAD DE SU HUO/A:** 1 a 5 años (  ) 6 a 10 años (  ) 11 a 15 años (  )
- **SEXO DE SU HUO/A:** Masculino (  ) Femenino (  )
- **¿USTED Y SU FAMILIA NUCLEAR TARDARON EN ACEPTAR EL DIAGNOSTICO DE SU HUO/A?**  
Sí (  ) No (  )
- **¿CUÁNDO SE ENTERO DEL DIAGNOSTICO DE SU HUO/A AFECTO EL ESTILO DE VIDA DE SU HOGAR?**  
Sí (  ) No (  )

### MARCA CON UNA (X) LOS TRATAMIENTOS A LOS CUALES ACUDE O HA ACUDIDO SU HUO/A PARA SU PROGRESO DE SU DIAGNOSTICO.

	Acude	Ha acudido	No acudio
Terapia de Lenguaje			
Terapia de Psicomotricidad			
Terapia Ocupacional			
Terapia Sensoperceptual			
Taller de Modificacion de conducta			
Taller de aprendizaje			
Taller de deficit de atencion e hiperactividad			

## Cuestionario COPE- 28

{Según el original de Carver, 1997}. Traducido por Consuelo Morán y Dionisio Manga(2010)

**INSTRUCCIONES.** Las frases que aparecen a continuación describen formas de pensar, sentir o comportarse, que la gente suele utilizar para enfrentarse a los problemas personales o situaciones difíciles que en la vida causan tensión o estrés. Las formas de enfrentarse a los problemas, como las que aquí se describen, no son ni buenas ni malas, ni tampoco unas son mejores o peores que otras. Simplemente, ciertas personas utilizan más unas formas que otras. Ponga 0, 1, 2 o 3 en el espacio dejado al principio, es decir, el número que mejor refleje su propia forma de enfrentarse a ello, al problema. Gracias.

0 = No, en absoluto	1 = Un poco	2 = Bastante	3 = Mucho
---------------------------	-------------	--------------	-----------

1. ----- Intento conseguir que alguien me ayude o aconseje sobre qué hacer.
2. ----- Concentro mis esfuerzos en hacer algo sobre la situación en la que estoy.
3. ----- Acepto la realidad de lo que ha sucedido.
4. ----- Recorro al trabajo o a otras actividades para apartar las cosas de mi mente.
5. ----- Me digo a mí mismo "esto no es real".
6. ----- Intento proponer una estrategia sobre qué hacer.
7. ----- Hago bromas sobre ello.
8. ----- Me critico a mí mismo.
9. ----- Consigo apoyo emocional de otros.
10. ----- Tomo medidas para intentar que la situación mejore.
11. ----- Renuncio a intentar ocuparme de ello.
12. ----- Digo cosas para dar rienda suelta a mis sentimientos desagradables.
13. ----- Me niego a creer que haya sucedido.
14. ----- Intento verlo con otros ojos, para hacer que parezca más positivo.
15. ----- Utilizo alcohol u otras drogas para hacerme sentir mejor.
16. ----- Intento hallar consuelo en mi religión o creencias espirituales.
17. ----- Consigo el consuelo y la comprensión de alguien.
18. ----- Busco algo bueno en lo que está sucediendo.
19. ----- Me río de la situación.
20. ----- Rezo o medito.
21. ----- Aprendo a vivir con ello.
22. ----- Hago algo para pensar menos en ello, tal como ir al cine o ver la televisión.
23. ----- Expreso mis sentimientos negativos.
24. ----- Utilizo alcohol u otras drogas para ayudarme a superarlo.
25. ----- Renuncio al intento de hacer frente al problema.
26. ----- Pienso detenidamente sobre los pasos a seguir.
27. ----- Me echo la culpa de lo que ha sucedido.
28. ----- Consigo que otras personas me ayuden o aconsejen.

**Cuestionario de Estrés Parental CEP (PSI-SF)– Nueva versión peruana (2015)**

**Edad :**

**Sexo :** Hombre ( ) - Mujer ( )

**Diagnóstico:** Autismo ( ) Discapacidad Auditiva ( ) Síndrome de Down ( )  
Retraso Mental ( ) Parálisis Cerebral ( ) Multidiscapacidad ( ) Otros ( )

**No olvide que: MA=Muy de acuerdo A=De acuerdo NS=No estoy seguro D=En desacuerdo**

**MD=Muy en desacuerdo**

		M	A	NS	D	MD
1	Siento que dejo mas cosas de mi vida de lo que pense para satisfacer las necesidades de mi hijo(a)					
2	Me siento atrapado por mis responsabilidades como <del>padre</del> padre					
3	Desde que he tenido este niño(a), he sido incapaz de hacer cosas nuevas					
4	Desde que he tenido este niño (a), siento que he dejado de hacer las cosas que me gustan					
5	Tener un niño(a) me ha causado mas problemas de los que esperaba en mis relaciones con otras personas					
6	Antes de tener a mi niño(a) estaba mas interesado(a) por la gente					
7	Antes de tener a mi niño(a) disfrutaba mas de las cosas					
8	Siento que mi niño(a) quiere estar lejos de mi					
9	Mi niño(a) me sonrie menos de lo que yo esperaba					
10	Me parece que el ritmo de aprendizaje de mi niño(a) es mas lento que el de otros niños					
11	Me parece que mi niño(a) sonrie menos que los otros niños					
12	Mi niño(a) hace menos cosas de las que yo esperaba					
13	A mi niño(a) le resulta difícil acostumbrarse a situaciones nuevas					
14	Mi niño(a) parece llorar mas a menudo que la mayoría de los niños					
15	Mi niño(a) se despierta de mal humor					
16	Siento que mi niño(a) se enoja con facilidad					
17	Mi niño(a) hace cosas que me molestan mucho					
18	Mi niño(a) reacciona mal cuando sucede algo que le desagrada					
19	Mi niño(a) se molesta facilmente por las cosas mas insignificantes					
20	Marque una sola opcion He observado que lograr que mi hijo(a) me obedezca es: <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Mucho más difícil de lo que me imaginaba</li> <li>2. Algo más difícil de lo que esperaba</li> <li>3. Como esperaba</li> <li>4. Algo menos difícil de lo que esperaba</li> <li>5. Mucho más fácil de lo que esperaba</li> </ol>					
21	Escriba en las líneas punteadas, y luego cuente, el número de cosas que le molesta que haga su hijo (a) (demasiado movido, llora, interrumpe, pelea, etc.). Luego marque en la columna de la derecha el número que indica el conjunto de cosas que haya contado.  _____					
22	Las cosas que hace mi niño(a) me lastiman mucho					
23	Mi niño(a) se ha convertido en un problema mayor de lo que yo esperaba					
24	Mi niño(a) me demanda mas de lo que exigen la mayoría de niños					

**APLICACIÓN DE PRUEBAS A LOS PADRES DE FAMILIA**

