

Estrés percibido en madres solteras cabeza de hogar

**ESTRÉS PERCIBIDO POR LAS MADRES SOLTERAS CABEZA DE HOGAR DEL
BARRIO DIVINO NIÑO DE LA CIUDAD DE VALLEDUPAR**

AUTORES:

PUCHE CASTRO DAVID

SANTIAGO PALACIOS ANGIE STEFANY

UNIVERSIDAD POPULAR DEL CESAR

FACULTAD DE DERECHO, CIENCIAS POLÍTICAS Y SOCIALES

PROGRAMA DE PSICOLOGÍA

VALLEDUPAR – CESAR

2022

Estrés percibido en madres solteras cabeza de hogar

**ESTRÉS PERCIBIDO POR LAS MADRES SOLTERAS CABEZA DE HOGAR DEL
BARRIO DIVINO NIÑO MAESTRE DE LA CIUDAD DE VALLEDUPAR**

AUTORES:

PUCHE CASTRO DAVID

SANTIAGO PALACIOS ANGIE STEFANY

TRABAJO COMO REQUISITO PARA OPTAR EL TÍTULO DE PSICÓLOGO

DAZA PORTO MARÍA TRINIDAD

PSICÓLOGA

DIRECTORA DE TRABAJO DE GRADO

UNIVERSIDAD POPULAR DEL CESAR

FACULTAD DE DERECHO, CIENCIAS POLÍTICAS Y SOCIALES

PROGRAMA DE PSICOLOGÍA

VALLEDUPAR - CESAR

2022

Dedicatoria

Inicio por dedicar este logro principalmente a Dios, porque ha sido parte fundamental en mi proceso de formación, porque gran parte de mi ánimo y fortaleza en cada una de las etapas que afronte se las debo a Él, también le debo mucho a mi familia, quienes han creído en mí y me han dado todo el apoyo que necesito para llegar hasta esta etapa de mi carrera, por ultimo quiero dedicar unas líneas a mi compañera y amiga Michel Arias, porque estuvo en todo momento para ayudarme a crecer en conocimiento pero también tuvo la paciencia para ayudarme a creer más en mí.

Angie Stefany Santiago Palacios

Dedico este trabajo principalmente a Dios, el cual ha sido un pilar fundamental en cada momento importante de mi vida, también quiero hacer una mención especial a mi familia y amigos porque han estado siempre que lo he necesitado, porque me motivan a seguir y a dar lo mejor de mí y quienes me han enseñado a perseverar para así poder culminar y a dar lo mejor de mí en todo lo que emprendo.

David Puche Castro

Agradecimientos

Mis agradecimientos van dirigidos a cada uno de los miembros del programa de psicología de la Universidad Popular del Cesar, pero principalmente a todo el equipo de profesionales y quienes en su momento fueron mis docentes, por no escatimar en cuanto a tiempo, experiencia y conocimiento para que hoy día yo pueda afirmar que estoy tan solo a poco pasos de culminar uno de los retos más importantes de mi vida. De igual forma quiero agradecer al grupo de madres solteras cabeza de hogar del barrio Divino Niño, quienes muy amablemente accedieron a formar parte de esta investigación.

Angie Stefany Santiago Palacios

Quiero agradecerle a mi compañera y coequipera Angie Santiago por toda su dedicación en la realización de este proyecto, también quiero agradecer a la Universidad Popular del Cesar y más específicamente a el programa de psicología, por haber dispuesto todos los recursos necesarios desde que inicie a estudiar esta hermosa carrera en la formación de profesionales capaces de dar un aporte significativo a la sociedad y por ultimo mis agradecimientos son para ese grupo de mujeres y madres solteras, cabeza de hogar del barrio Divino Niño por su disposición y tiempo en la realización de este proyecto.

David Puche Castro

Tabla de contenido

Resumen	9
Summary.....	10
Introducción.....	11
Capítulo 1. El problema.....	13
Planteamiento del problema.....	13
Objetivos de la investigación.....	16
General.....	16
Específicos	16
Justificación.....	17
Delimitación (línea de investigación).....	18
Capitulo II. Marco referencial	19
Antecedentes de la investigación.....	19
Antecedentes internacionales	19
Antecedentes nacionales	21
Antecedentes regionales.....	24
Bases teóricas	26
Estrés percibido (EEP).....	26
Afrontamiento de los estresores.....	28
Percepción del estrés.....	29
Marco legal.....	30
Sistema de variables	31
Capitulo III. Marco metodológico.....	32
Enfoque de la investigación.....	32
Diseño y corte	32
Tipo de Investigación.....	32
Población, muestra y muestreo	33
Técnicas e Instrumentos de recolección	34
Validez	35
Confiabilidad	35
Consideraciones Éticas	36
Calificación y baremos del instrumento	42
Capítulo IV. Resultados de la investigación.....	44

Estrés percibido en madres solteras cabeza de hogar

Análisis de los datos.	44
Discusión	51
Conclusiones.....	53
Recomendaciones	55
Referencias	57
Anexos	63
Apéndice A. Consentimiento informado	63
Apéndice B. Caracterización sociodemográfica	64
Apéndice C. Escala de Estrés Percibido (EEP)	65
Apéndice D. Registro fotográfico	66

Índice de tablas

Tabla 1. Operacionalización de escala de estrés percibido.....	38
Tabla 2. Forma de calificación de la escala de estrés percibido.....	43

Índice de figuras

Figura 1. Proporción de las edades de las madres solteras cabeza de hogar del barrio Divino Niño.	46
Figura 2. Proporción de ocupación de las madres solteras cabeza de hogar de barrio Divino Niño.	46
Figura 3. Proporción de la tenencia de la vivienda de las madres solteras cabeza de hogar del barrio Divino Niño.	47
Figura 4. Proporción número de hijos de las madres solteras cabeza de hogar de barrio Divino Niño.	47
Figura 5. Nivel de Estrés Percibido en las madres solteras cabeza de hogar del barrio Divino Niño.	48
Figura 6. Percepción de los estresores.	49
Figura 7. Afrontamiento de los estresores.	49

Resumen

Debido a que el presente trabajo de investigación busca determinar el nivel de estrés percibido de las madres solteras cabeza de hogar del barrio Divino Niño de Valledupar, se estableció como recurso metodológico la aplicación de un enfoque cuantitativo, el cual contribuye a la obtención de resultados precisos y verificables. En ese sentido, se justifica el desarrollo de este estudio bajo los parámetros de un diseño de tipo no experimental, con corte transversal y de tipo descriptivo; además, se utilizó como técnica de recolección de datos una ficha de caracterización sociodemográfica y la Escala de Estrés Percibido (EEP) las cuales fueron aplicadas en 47 de las 60 madres solteras, cabeza de hogar que conforman la población total, lo cual arrojó como resultado que las condiciones laborales, económicas, familiares y sociales en muchas de las familias son desfavorables, lo cual determina un alto índice de estrés percibido, siendo este el principal detonante para el desarrollo de múltiples enfermedades físicas y/o mentales.

Palabras claves: estrés percibido, madres solteras, afrontamiento.

Summary

Due to the fact that this research work seeks to determine the level of perceived stress of single mothers who are heads of households in the Divino Niño neighborhood of Valledupar, the application of a quantitative approach is established as a methodological resource, which contributes to obtaining accurate results. and verifiable. In this sense, the development of this study is justified under the parameters of a non-experimental design, with a cross-sectional and descriptive type; In addition, a sociodemographic characterization sheet and the Perceived Stress Scale (EEP) were shown as a data collection technique, which were applied to 47 of the 60 single mothers, heads of households that make up the total population, which resulted in that the working, economic, family and social conditions in many of the families are unfavorable, which determines a high rate of perceived stress, this being the main trigger for the development of multiple physical and/or mental illnesses.

Keywords: perceived stress, single mothers, coping.

:

Introducción

El presente trabajo, se llevó a cabo por medio de la indagación teórica y la aplicación del instrumento estrés percibido en madres solteras cabeza de hogar del barrio Divino Niño de la ciudad de Valledupar, con el fin de determinar cuáles son los niveles de estrés en esta población que se considera vulnerable por las responsabilidades que deben asumir al momento de ejercer su rol.

No obstante, en ocasiones es la mujer quien enfrenta la maternidad siendo ella la única responsable de la crianza, el sustento y educación de sus hijos asumiendo el rol de madre soltera cabeza de hogar, a esto se le suma la cotidianidad, estado socioeconómico, nivel educativo entre otros factores psicosociales que de una u otra forma alteran su salud mental por los altos niveles de estrés percibido que se pueden manejar al experimentar diferentes situaciones, es por ello que los autores de esta investigación plantean el siguiente objetivo: Determinar el nivel de estrés percibido de las madres solteras cabeza de hogar residentes en el barrio Divino Niño de la ciudad de Valledupar.

Teniendo en cuenta la carga emocional y psicosocial que manejan las madres solteras cabeza de hogar, según Lazarus (1990), el estrés lo define como la correlación psicológica, conductista y fisiológica y la cantidad de demanda agobiante que puede tener el ser humano en cuanto a las evaluaciones que hace de su ambiente en función de sus recursos, obstáculos y amenazas.

Por otro lado, en esta investigación, se tendrán presente los objetivos que ayudarán a determinar la hipótesis planteada; de modo que se describirán las condiciones sociales de las madres solteras cabeza de hogar, con el fin de poder ahondar en dichos antecedentes y tener las bases para hacer una clasificación sociodemográfica de la población objeto de estudio y por último, identificamos la percepción y el afrontamiento del estrés de la madres del barrio

Estrés percibido en madres solteras cabeza de hogar

Divino Niño de Valledupar por medio de la aplicación del instrumento escala de estrés percibido en cual ayudará en gran manera a la recolección de los datos de las diferentes variables como lo son la percepción de estrés y el afrontamiento del estrés.

Capítulo 1. El problema

Planteamiento del problema

En la actualidad, el término familia resulta bastante ambiguo, de hecho, cada vez es más difícil definirlo en virtud de las constantes tipologías y dinámicas familiares que van surgiendo. Al respecto, Gallego (2011) plantea que una concepción segura de familia comprende a la asociación de dos o más personas, unidas o no por lazos de consanguinidad, en donde prima la unidad, la fraternidad y en donde sus integrantes propenden por la potencialización del bienestar común, la afectividad y la consolidación de lazos emocionales, sociales, psicológicos, económicos y de consumo. Entre tanto, Palacios y Rodrigo (2001), plantean que la familia debe ser concebida como aquella asociación de personas que tienen un propósito de vida compartido y cuyo deseo es mantenerse unidos en el tiempo. Al respecto Torres, Ortega, Garrido y Reyes (2008) señalan a la familia como “un sistema de interrelación biopsicosocial que media entre el individuo y la sociedad y se encuentra integrada por un número variable de individuos, unidos por vínculos de consanguinidad, unión, matrimonio o adopción”.

A través de la historia, cada vez son más comunes las relaciones familiares disfuncionales, especialmente en aquellos casos en los que la figura paterna de la familia abandona el hogar. En este contexto, la maternidad está compuesta de lucha y responsabilidad, de modo que muchas mujeres crían a sus hijos de forma individual por múltiples razones, de las cuales pueden estar en primer lugar, que no se hayan podido establecer con una pareja; en segundo por viudez después de haber formado una familia nuclear y una de las más comunes que el padre evada su responsabilidad, convirtiéndose en una familia monoparental, de igual modo sea cual sea la razón, la madre emprende un camino de exigencia y dificultad.

Estrés percibido en madres solteras cabeza de hogar

A nivel mundial, en países como Marrueco, el término madre soltera ha sido inculcado como algo negativo, donde se han implementado política que obligan a los hombres a responder y donde la crianza, los gastos económicos y la educación debe ser equitativa por parte de los procreadores (Borrat, 2016). En Latinoamérica, ser madre soltera es más tradicional, toda vez que la práctica se puede apreciar cómo este rol se ha normalizado.

Un estudio hecho en México dice que, para el 2020, el 26.1% de las madres solteras ocupadas en el mercado laboral tiene de 15 a 29 años de edad; más de la mitad (52.0%) son de 30 a 49 años y 21.9% tienen 50 o más años. Entre el total de mujeres sin hijos, los porcentajes son: 67.6%, 26.0% y 6.3%, respectivamente, y el 76% entre estas edades son madres solteras (Instituto Nacional de las Mujeres, 2020).

Por otro lado, el estudio afirma que las madres solteras se enfrentan al doble reto de ser el sustento económico de la familia y de cuidar al menor. Son tareas que muchas veces resultan difíciles de compaginar, en especial cuando no se tiene ayuda. Esta sobrecarga las lleva a experimentar mayores niveles de estrés y una mayor propensión a presentar ansiedad, depresión y una autoestima más baja que las madres en familias biparentales (Jiménez, 2019).

En Colombia, para el año 2015, según el Banco Mundial, el 36,4% de los hogares estaban conformados por madres cabeza de hogar. Por otro lado, el DANE, en censo del año 2018, determinó que el 40,7% de los hogares cuentan con madres cabeza de hogar, especificando que en el caribe colombiano un estudio revela que en el Atlántico el 56% de las mujeres son madres cabeza de hogar y tiene como patrón principal la pobreza (Porrás, 2019).

Conforme a lo anterior, este trabajo de investigación se adelanta con el fin de conocer el nivel de estrés de las madres solteras cabeza de hogar, por lo que se conoce ellas responde por sus familias en tiempo y recursos, luchan contra la tasa de desempleo que enfrenta país y el nivel de pobreza que persigue a la sociedad, lo que puede conllevar a manejar un nivel de

Estrés percibido en madres solteras cabeza de hogar

estrés frente a la incertidumbre, ya que en muchas ocasiones no tiene la ayuda económica de parte de padre de los hijo y tampoco apoyo de sus familiares, por lo tanto acarrear con toda una lista de obligaciones difíciles de cubrir, situaciones que puede incluir múltiples estresores como no tener vivienda propia y pagar renta estos sucesos son impulsores a un estado de estrés elevado.

Por consiguiente, surge la necesidad de conocer qué niveles de estrés manejan las madres solteras cabeza de hogar al enfrentarse a estas situaciones psicosociales, ya que el manejo de altos niveles de estrés afecta la salud de forma permanente y si la madre siendo la jefa de hogar tiene alteraciones en la salud física, mental y emocional, se verá afectada la dinámica familiar. En este orden de ideas, la presente investigación se encuentra orientada a dar respuesta al siguiente interrogante: ¿Cuál es el nivel de estrés percibido de las madres solteras cabeza de hogar del barrio Divino Niño de la ciudad de Valledupar?

Objetivos de la investigación

General

- Determinar el nivel de estrés percibido de las madres solteras cabeza de hogar del barrio Divino Niño de Valledupar

Específicos

- Describir las condiciones sociales de las madres solteras cabeza de hogar del barrio Divino Niño de Valledupar.
- Clasificar socio-demográficamente a las madres solteras cabeza de hogar de la población objeto de estudio.
- Identificar la percepción y el afrontamiento del estrés en las madres solteras cabeza de hogar del barrio Divino Niño de Valledupar.

Justificación

Esta investigación hace alusión a la importante y trascendental labor de las madres solteras cabeza de hogar, no solo desde la perspectiva económica y social, sino desde la perspectiva psicológica, cultural y educativa, en la medida que ellas tienen la compleja y difícil labor de asumir completamente el cargo del cuidado, desarrollo y formación de los menores a su cargo y al mismo tiempo interesarse por su desarrollo personal y emocional, sumado a ello todas aquellas obligaciones económicas, laborales y sociales de su día a día para su sustento. Con respecto a este tema, la labor de las mujeres solteras cabeza de hogar es admirable teniendo en cuenta que el deseo de salir adelante junto a sus hijos es una prioridad, sin embargo, la necesidad del presente estudio se fundamenta en determinar los niveles de estrés que percibe las madres solteras cabeza de hogar en pro de que a partir de esa información se pueden propiciar nuevas investigaciones dirigidas al diseño de estrategia integrales enfocadas al mejoramiento de la calidad y condiciones de vida de la población objeto de estudio.

Por lo anterior, este trabajo se realizará con el fin de determinar los niveles de estrés percibidos en las madres solteras cabeza de hogar del barrio Divino Niño en aras de evidenciar las afectaciones físicas, psicológicas y sociales que presentan y que son generadas por las experiencias que viven a diario y que de alguna manera le crean situaciones que les afectan a ellas y a su núcleo familiar.

Por lo tanto, la motivación de los autores para realizar este proyecto se fundamenta en hacer una investigación de tipo descriptivo y a través de un enfoque cuantitativo evidenciar y definir de forma concreta, cuáles son los niveles de estrés en las madres solteras cabeza de hogar utilizando como instrumento el cuestionario de escala de estrés percibido a la población de madres solteras cabeza de hogar en el barrio Divino Niño de Valledupar.

Estrés percibido en madres solteras cabeza de hogar

En este sentido, consideramos que indagar sobre el estrés percibido en las madres solteras cabeza de hogar genera un impacto positivo en esta población debido a que su salud física, mental y emocional está en riesgo sino se toman medidas a tiempo para mitigar esta problemática que cada día va en aumento y repercute en el su bienestar integral y el de sus familias.

Delimitación (línea de investigación)

La presente investigación se sustenta en la línea de la Psicología en Contextos Sociales y Culturales y se desarrollará con madres solteras cabeza de hogar en el barrio Divino Niño de la ciudad de Valledupar durante los meses de junio de 2021 a junio del 2022, tiempo en el que se buscará responder y dar cumplimiento a cada uno de los objetivos presentados por los investigadores.

Capítulo II. Marco referencial

Antecedentes de la investigación

En este apartado se hace mención de los trabajos realizados acerca del estrés percibido a nivel internacional, nacional y regional donde se demuestra la importancia de la investigación de esta variable, en este sentido, para conservar una idea de cómo ha sido percibida por la sociedad y la comunidad científica este tema de investigación, a continuación, se relacionan los estudios e investigaciones sobre las cuales se estructura y argumenta este proyecto.

Antecedentes internacionales

En el ámbito internacional se destaca la investigación realizada por Peña (2020) titulada “*Estudio en madres jóvenes de la ciudad de Lima: Sentido de coherencia y percepción de estrés*” cuyo objetivo de la investigación fue determinar la relación entre el SOC (permite que las personas identifiquen situaciones manejables, significativas y predecibles el que funciona como un moderador del estrés) y la percepción del estrés en madres jóvenes de la ciudad de Lima.

Dentro de los hallazgos obtenidos en este trabajo, se encontró una correlación entre ambas variables de forma inversa y significativa, donde se comprueba la hipótesis planteada que, a mayor SOC, menor es la percepción de estrés y que, a mayor SOC, mayor es el afrontamiento de los estresores. En cuanto a las similitudes se encuentra la medición del estrés percibido en mujeres, en cuanto a la diferencia se resalta la relación determinada con SOC.

Entre investigación a resaltar, Jiménez (2019) quien llevó a cabo el estudio llamado “*Sintomatología depresiva, estrés y funcionamiento familiar en madres adultas del norte de México*”. Se planteó como objetivo determinar la prevalencia de la sintomatología depresiva y

Estrés percibido en madres solteras cabeza de hogar

analizar su relación con el estrés percibido y el funcionamiento familiar en una muestra de madres adultas del norte de México. Para ello se realizó un estudio observacional analítico de corte transversal en una muestra de 118 mujeres residentes en la Zona Metropolitana de la Laguna.

Este autor, evaluó la sintomatología depresiva utilizando el Inventario de Depresión de Beck, para medir el estrés se empleó la escala de estrés Percibido; con respecto al funcionamiento familiar, se aplicó la escala de Relaciones Intrafamiliares. A sí mismo, empleó el coeficiente de Pearson formado para hallar el nivel de correlación entre las variables y regresión logística binomial a fin de determinar los factores de riesgo y la sintomatología depresiva en los grupos de participantes formados de acuerdo a la edad.

Dentro de los resultados arrojados, se destaca una prevalencia del 12.7% de sintomatología depresiva, estableciendo un riesgo ocho veces mayor para las participantes menores de 30 años que refieren niveles bajos de funcionamiento familiar. Para las participantes mayores de 30 años se determinó un riesgo quince veces mayor de presentar sintomatología depresiva, mostrando estrés percibido elevado).

Teniendo en cuenta lo anterior, se encuentra similitud con esta investigación ya que se utiliza el cuestionario de estrés percibido en mujeres, marcando una diferencia significativa debido a que se miden diferentes variables, y sirve como base teórica en la presente investigación.

Por otro lado, Arapa et. al (2021), realizaron un trabajo denominado “*estrés percibido y estrategias de afrontamiento asociadas a las variables sociodemográficas en familias de la ciudad de Arequipa: análisis en contexto covid-19*” cuyo objetivo fue determinar si existe relación entre el nivel de estrés percibido y las estrategias de afrontamiento, asociadas a variables sociodemográficas en familias de la ciudad de Arequipa en contexto de Covid-19.

Estrés percibido en madres solteras cabeza de hogar

Por consiguiente, los resultados obtenidos evidenciaron que existe una relación entre el estrés percibido y las distintas estrategias de afrontamiento utilizadas por la población, tanto que, el 50% de la población siendo cabeza de hogar, registró un nivel de estrés percibido alto, seguido de un 47,3 % con estrés moderado y solo el 2,7% no presentó síntomas de estrés. Por lo anterior, se dice que esta investigación tiene gran similitud con el presente estudio ya que se investigan las mismas variables, diferenciándose que en el actual trabajo no se tienen en cuentas las consecuencias a causa de COVID-19; En este sentido, este trabajo resulta de gran importancia porque no solo brinda herramientas conceptuales y teóricas para definir y concebir el estrés percibido como un fenómeno social y psicológico que puede estar asociado a las diferentes condiciones sociales, económica y demográficas a la que se enfrenta la sociedad, sino que también guarda una estrecha relación con el tema de investigación que se ha propuesto en este apartado.

Antecedentes nacionales

El estrés es una problemática vigente a nivel mundial, se desencadena por diferentes factores psicosociales evidenciados en la cotidianidad, al respecto Sepúlveda (2020) realizó un estudio llamado “*Estrés, ansiedad y factores asociados en mujeres adolescentes embarazadas y no embarazadas en Medellín*”, presentado a la pontificia universidad bolivariana con el objetivo de comparar el grado de ansiedad y estrés en dos grupos poblacionales de mujeres adolescentes y su asociación con el embarazo, la metodología implementada fue un estudio transversal analítico en 125 adolescentes embarazadas atendidas en el Hospital General y 124 adolescentes no embarazadas estudiantes del Colegio Jorge Eliécer Gaitán de Medellín.

Estrés percibido en madres solteras cabeza de hogar

Las participantes respondieron la encuesta de Hamilton para ansiedad y de Holmes y Rahe para estrés psicosocial, arrojando como resultados una mediana de edad de 17 años, en las estudiantes. En las embarazadas, la prevalencia de ansiedad fue del 68% y de estrés del 73.6%, mientras que en el grupo de no embarazadas la prevalencia de ansiedad fue del 64% y la de estrés fue del 40%.

De modo que, se evidencia asociación entre tener una prueba positiva para ansiedad y malas relaciones familiares, consumo de alcohol e inicio de vida sexual, mientras que hubo relación entre el test positivo para estrés y ser menor de 15 años, tener malas relaciones familiares, malas relaciones de pareja, consumo de alcohol, inicio de vida sexual y familiares con enfermedad mental. De la misma forma, se enmarca las similitudes encontradas el cual se limitan a la medición del estrés en madres y como diferencia relevante se señala, las distintas variables y la comparación entre poblaciones, se haya como similitud que el estudio es hecho con mujeres, marcando como diferencia la medición de diferente variable en mujeres gestantes,

Asimismo, es fundamental destacar la investigación de Bernal et. al (2020), quienes presentaron al Politécnico Grancolombiano un estudio llamado “*Estrés y ansiedad en madres cabeza de familia en la pandemia COVID-19*”, su objetivo fue determinar cómo influye la ansiedad y el estrés percibido en 30 madres cabeza de hogar, utilizando la escala de Estrés Percibido de Cohen.

Por consiguiente, los resultados arrojaron que el 33% de las mujeres presentaron un nivel alto de estrés percibido y el 67% restante maneja estrés percibido moderado, apuntando hacia un estado de riesgo antes la influencia de la presión por el COVID-19. De este modo, se dice que la similitud de la investigación realizada y el presente estudio, es la indagación sobre

Estrés percibido en madres solteras cabeza de hogar

la variable estrés percibido en la misma población y difieren porque miden los niveles de ansiedad.

Finalmente, se resalta la investigación realizada en Bogotá por Mojica (2021) titulada *“Efecto de la aplicación de un protocolo de mindfulness para el estrés parental en madres con hijos menores de 10 años”*, cuyo objetivo principal fue evaluar la efectividad de dicho protocolo compuesto por seis sesiones en una muestra de 10 madres solteras con hijos dentro del rango de edad establecido y que además no hayan asistido en los últimos 12 meses a procesos terapéuticos de mindfulness (técnica de meditación donde se observa la realidad como un momento del presente, tratando de no juzgar y haciendo el mayor esfuerzo de aceptar el devenir diario).

Para cuantificar los niveles de estrés, se les pidió a las madres que diligenciaran una lista de chequeo autoadministrada de 24 ítems y el instrumento index de estrés para padres cada 4 días antes de la sesión; de la misma manera, los evaluadores tomaron medidas de la conducta durante la misma. Dentro de los principales resultados, se demostró que el mindfulness sí resultó efectivo para reducir los niveles de estrés en la población, ya que, a lo largo de 8 semanas de seguimiento, los resultados del instrumento para 7 madres pasaron de un puntaje de nivel alto que oscilaba entre 16-14, a un nivel moderado entre los 13-9 puntos. El estudio anterior muestra similitudes relevantes con la presente investigación debido a que se enfoca en la población de madres solteras de Bogotá, brinda un enfoque amplio al tener en cuenta el rango de edad de los hijos, sin embargo, esto no se tiene en cuenta para este caso. Así mismo, se muestra una clara diferenciación en el diseño de tipo experimental que se empleó, lo cual puede causar contrastes fuertes en los resultados de estrés de las madres en comparación con la muestra de este estudio.

Antecedentes regionales

En el contexto regional se resalta a Ortegón et. al (2022) en la investigación llamada *“Apoyo social, resiliencia, estrés percibido, estrés postraumático, ansiedad, depresión y calidad de vida relacionada con la salud en líderes comunitarios víctimas del conflicto armado en los Montes de María, Sucre, Colombia”* el cual tuvo como objetivo evaluar las relaciones entre las variables psicológicas positivas y negativas que influyen en la calidad de vida de las víctimas del conflicto armado, los resultados manifestaron un nivel favorable entre las variables del estudio, demostrando que el estrés percibido tiene un influencia negativa en la calidad mental de la población.

Entre las similitudes se destaca la aplicación del cuestionario de estrés percibido, con resultados que dan base a la presente investigación, difiere de las distintas variables como estrés postraumático, depresión y ansiedad. Estos dos últimos trabajos, contribuyen significativamente a la justificación de la investigación propuesta, porque brinda herramientas conceptuales mediante las cuales se pueden determinar los niveles de estrés percibido en este grupo poblacional.

Por su parte, en Sincelejo, las autoras Fonseca et. al (2021) llevaron a cabo el estudio llamado *“Percepción del uso de aplicaciones móviles para el afrontamiento del estrés y la gestión de las emociones en adolescentes embarazadas de entornos rurales del departamento de Sucre, Colombia”*, en el buscaban analizar dichas percepciones en una muestra de 87 madres adolescentes en proceso de gestación pertenecientes al rango socioeconómico bajo, así como un enfermero y una médica de la zona rural de Sucre. Al ser esta investigación de tipo cualitativo, se recolectó información por medio de una entrevista semiestructurada que buscaba conocer el uso de aparatos móviles y el proceso de adaptación y emociones de las gestantes.

Estrés percibido en madres solteras cabeza de hogar

Mostrando en los resultados que las adolescentes emplean como estrategia de afrontamiento la evitación emocional, que impide la correcta regulación e interpretación de sus emociones causando la reacción agresiva hacia sí mismas o los demás; finalmente, tanto las embarazadas como el personal de salud entrevistado no emplean en su día a día el uso frecuente de la tecnología, en cuanto a las estrategias utilizada para afrontar el estrés se halló la resignación ante las situaciones agobiantes. En este sentido, la similitud encontrada entre ambos estudios es la medición de la variable estrés percibido y la población en la que se aplica el instrumento, entre las diferencias se detectó la evitación emocional en mujeres gestantes.

Como último antecedente, a nivel de todo el Caribe colombiano, Monterrosa et. al (2022) estudiaron “*Factores psicosociales y obstétricos asociados con la depresión, la ansiedad y estrés psicológico en embarazadas residentes del Caribe colombiano*”, en el cual buscaron determinar la presencia de síntomas y factores psicosociales principales en una muestra de 484 mujeres con siete o más semanas de embarazo residentes en el departamento de Bolívar y Atlántico, a quienes se les tomaron sus datos sociodemográficos y antecedentes de salud; posteriormente se les aplicó la Escala de Depresión, Ansiedad y Estrés DASS-21 de carácter autoadministrable.

La puntuación del instrumento en mención, arrojó que el 18% manifestó haberse sentido muy deprimida en algún punto de su embarazo, al 34% le resulta difícil tomar iniciativas y el otro 52% le cuesta relajarse la mayor parte del tiempo. Se demostró también que la ansiedad es tres veces más severa que la depresión o estrés. Estos resultados muestran una similitud importante a nivel poblacional, en cuanto a las diferencias se resalta el proceso de gestación.

Bases teóricas

Estrés percibido (EEP)

Es conveniente mencionar algunas definiciones de autores que han trabajado la variable estrés percibido. Al respecto, Vales (2012) lo define como una reacción del ser humano ante situaciones de amenazas o de excesiva demanda (p. 179). En este orden de idea, se entiende el estrés como mecanismo de defensa ante las situaciones agobiantes a las que el ser humano debe enfrentarse a diario, en el caso de las madres solteras cabeza de hogar, serían la reacción a todas las labores y responsabilidades que enfrenta, por lo que Vales (2012), dispone que estas amenazas y demandas pueden estar al servicio de la supervivencia del sujeto y de la especie.

En otras palabras, la vida en la actualidad con necesidad de lo inmediato, la espera del éxito, dificultades económicas, distintas relaciones interpersonales, exigencias laborales, los fenómenos sociales y demás situaciones del diario de una de madre cabeza de hogar, pueden generar respuestas del individuo que impliquen una inadecuada adaptación. Cuando estas reacciones se prolongan con frecuencia de 30 días se produce una sobrecarga en el organismo que puede desencadenar problemas en la salud física y mental, así como extenderse a afectar las esferas sociales y relaciones interpersonales de la persona, esta alteración en la psiquis se conoce como estrés percibido, Vales (2012).

Por otra parte, Gómez (2002), dice que el estrés se define como una perturbación de la homeostasis e incluye el estresor, la respuesta a ese estresor y los cambios fisiológicos entre el estresor y la reacción corporal (p.01), en otras palabras, lo define como un grupo de reacciones en un proceso que altera lo equilibrado, así mismo, se sigue un ciclo que termina afectando el organismo, la vida social y el entorno del individuo.

Estrés percibido en madres solteras cabeza de hogar

Por consiguiente, Gómez (2002), habla de los estresores externos o internos afirmando que estos pueden actuar de manera aguda o crónica, aunque también se puede generar internamente como parte de la función mental y la intensidad de sus efectos dependiendo de la experiencia individual, el autor hace referencia a que la vivencia que cada quien experimenta es la que va a definir con qué intensidad se generará este proceso.

Cohen et.al (1983), amplia el concepto y definiciones ya existentes de la variable al afirmar que el estrés percibido puede ser visto como una variable de resultado que mide el nivel de estrés experimentado en función de eventos estresores objetivos, procesos de afrontamiento, factores de personalidad, entre otros. (p.08) Por lo que básicamente estos autores se refieren al estrés como el resultado de las experiencias vividas, y la categorización que el individuo realiza con cada una, es decir, las personas son quienes deciden si una situación es un estresor o no. En este orden de ideas, resulta necesario para obtener resultados acordes, interrogar a los sujetos acerca de qué grado consideran que ejercen control sobre las situaciones inesperadas o estresantes; de igual manera, tener en cuenta aspectos como estresores diarios, eventos vitales, y por los medios y recursos de los cuales la persona disponga en determinado momento, ya que estas situaciones influyen los niveles de estrés.

En este contexto, Vales (2012), define el estrés como una reacción del ser humano ante situaciones amenazantes o de excesiva demanda, mientras que, Gómez (2002), dice que el estrés es una perturbación de la homeostasis que incluye el estresor, la respuesta al estresor y los cambios fisiológicos entre el estresor y la reacción corporal. En tanto, Cohen et. al (1983), lo precisan como una variable de resultado experimentado en función de eventos estresores objetivos. Por último, se puede señalar que el estrés es el resultado de la presión que ejercen la experiencia de cada vivencia y se caracteriza por causar reacciones anómalas en las personas que lo experimentan.

Estrés percibido en madres solteras cabeza de hogar

En este orden de idea, la presente investigación fija posición con Cohen et. al (1983), debido a que sus aportes sustentan la teoría y el abordaje para medir el estrés percibido en las madres solteras cabeza de hogar, cuando hace referencia al estrés como el resultado de las experiencias vividas, y la categorización en la que el individuo considera cada situación como estresante o no.

Afrontamiento de los estresores

Los estresores se definen como aquellos afanes cognitivos y conductuales que están en constante cambio, desarrollados para manejar las demandas específicas, extrínsecas y/o intrínsecas, donde el individuo haya diversas estrategias como mecanismos de adaptación. Según Lazarus (1986), en su teoría del afrontamiento, dispone que ante el estrés todo individuo tiene sus propios procesos concretos que utiliza para enfrentar la situación dependiendo del contexto en el que se encuentre. Lo que se entiende como un proceso individual, es decir, cada persona afronta los estresores de formas diferente, por lo tanto, cada reacción será distinta teniendo en cuenta el contexto.

Desde otra perspectiva, Stokols (1986), argumenta que los estresores físicos patógenos como el ruido o los estresores psicológicos, provocan el mismo patrón de respuesta psicológica. Según este autor, todas estas respuestas proceden de una manera característica, en todas se reitera el patrón de tres etapas: Alarma, Resistencia y Agotamiento, es decir, las reacciones no dependen del individuo, sino según el tipo de estresor, todo individuo reacciona de una forma característica; se puede inferir así que toda respuestas son inconsistentes y variables. Contradiendo lo anterior, Cohen et, al (1983), mencionan que, si bien la reacción de cada sujeto sí difiere dependiendo al estímulo, los aspectos específicos de las respuestas psicológicas hacia un estresor pueden ser obtenidas por una reacción emocional hacia un

Estrés percibido en madres solteras cabeza de hogar

estímulo más que por el estresor físico en sí mismo, es decir que el afrontamiento a las tensiones es emocional, ya que debe existir una emoción y de esa forma se hará un afrontamiento.

Por lo tanto, Lazarus (1986), habla de un proceso individual donde prima el contexto en el que se afronta el estresor, es decir, si el ambiente del sujeto le favorece para tomar decisiones rápidas o afecta su proceso de razonamiento. Al respecto, Stokols (1986), argumenta que todo tipo de estresor o patógeno psicológico es caracterizado por un mismo tipo de reacción. Cohen et. al (1983), menciona que los aspectos inespecíficos de las respuestas psicológicas hacia un estresor pueden ser obtenidas por una reacción emocional, donde se fija posición con este último autor ya que a base de su estudio se plasma la EPP con la cual se da la medición del afrontamiento de los estresores y la percepción del estrés.

Percepción del estrés.

Se dice que la percepción es la impresión de un estímulo generada o procesada por medio de los sentidos; así, se puede entender que la percepción del estado estresor, es la forma en cómo los sentidos dan la impresión de los estresores, y como esta es correspondida con comportamientos usuales; para el caso de un estímulo de un ruido fuerte procesado por la audición, puede generar una reacción de alerta o huida.

Sobre este concepto, para Moysén (2015), el estrés es un estímulo considerado como amenazante, que provoca una reorganización en la vida de la persona, dependiendo de la intensidad con que se presente y el grado en que sea percibido (p. 10). Dicho de otra manera, según el nivel de amenaza con que lo manifiesten los sentidos así será la impresión y del mismo grado debe ser la estrategia de afrontamiento utilizada para el nivel de demanda, de esta forma permite al sujeto saber qué situaciones de estrés priorizar y cuáles son menos

Estrés percibido en madres solteras cabeza de hogar

inquietantes. De hecho, Lazarus (1986), define la percepción del estrés como demandas ambientales que están acompañadas por estrategias para afrontarlas.

Lo dicho anteriormente es corroborado por Selye (1950), quien manifiesta que el estrés es la adaptación general y lo definió ante la Organización Mundial de la Salud, como “la respuesta no específica del organismo ante cualquier demanda y amenaza del exterior”, en su aporte también precisa la percepción del estrés como “una demanda de adaptación anormal en la que el organismo percibe dicha anomalía como amenaza”.

Por consiguiente, se puede decir que se establece relación entre el aporte de los autores con respecto a la percepción del estrés como una “demanda” que debe ir acompañada de un afrontamiento ante esos estresores que serán percibido como impresión por los sentidos y a partir de allí entra en juego un proceso corporal a defensa del organismo ya que estas demandas son consideradas amenazas.

Marco legal

Dentro de la revisión bibliográfica realizada para conocer las normativas y leyes que rigen la presente investigación encontramos la ley 1616 del 2013, conocida como la ley de la salud mental, esta propone diferentes artículos para la promoción de la salud mental y los derechos en salud que tienen las personas. A continuación, se hace mención de dichos artículos y su aporte a la investigación realizada:

Artículo 1 Objeto: El objeto de la presente leyes garantizar el ejercicio pleno del Derecho a la Salud Mental a la población colombiana, priorizando a los niños, las niñas y adolescentes, mediante la promoción de la salud y la prevención del trastorno mental, la Atención Integral e Integrada en Salud Mental en el ámbito del Sistema General de Seguridad Social en Salud, de conformidad con lo preceptuado en el

Estrés percibido en madres solteras cabeza de hogar

artículo 49 de la Constitución y con fundamento en el enfoque promocional de Calidad de vida y la estrategia y principios de la Atención Primaria en Salud.

Artículo 3. Salud Mental: La salud mental se define como un estado dinámico que se expresa en la vida cotidiana a través del comportamiento y la interacción de manera tal que permite a los sujetos individuales y colectivos desplegar sus recursos emocionales, cognitivos y mentales para transitar por la vida cotidiana, para trabajar, para establecer relaciones significativas y para contribuir a la comunidad.

Sistema de variables

Se dice que el estrés es una problemática que ha sido tratada a lo largo de la historia, es un tema de gran relevancia por su impacto en la vida cotidiana de las personas. De allí la necesidad de conocer los aportes teóricos, trabajos e investigaciones realizadas con respecto al tema nivel de estrés percibido en las madres solteras cabeza de hogar del barrio Divino Niño de la ciudad de Valledupar.

Capítulo III. Marco metodológico

Enfoque de la investigación

Esta investigación tiene un enfoque cuantitativo, considerando el interés de medir los niveles de estrés a través de la Escala de Estrés Percibido (EEP), con el que se busca estudiar de manera amplia y aplicada dicha variable. Según Sampieri (2014), el enfoque cuantitativo pretende “acotar” intencionalmente la información, tener “foco” p.7, dicho autor afirma que este método es caracterizado por la estandarización al momento de arrojar resultados precisos y verificables, como se pretende en este presente estudio al evaluar la variable con el fin de obtener resultados numéricos de acuerdo a cada sujeto.

Diseño y corte

Esta investigación se enmarca en el diseño no experimental, sobre esta categoría de diseño, Agudelo et al (2010), afirman que “la investigación no experimental es aquella que se realiza sin manipular deliberadamente variables”. Se entiende que dentro de esta clasificación las investigaciones se realizan sin manipular deliberadamente la variable, solo se observan los fenómenos a estudiar en su contexto natural, es decir, no se pretende accionar ni cambiar el nivel de estrés encontrado. Por otro lado, se optó por un corte transversal, ya que la recolección de datos se dará en un tiempo único sin encuentros posteriores con la población.

Tipo de Investigación

Este estudio es de tipo descriptivo debido a que busca describir el fenómeno del estrés percibido en una población específica. Según Zafra (2006), hace referencia que los estudios descriptivos especifican las propiedades importantes de los fenómenos que están sujetos a

Estrés percibido en madres solteras cabeza de hogar

dicha investigación. Por lo que especifican las propiedades importantes de cualquier fenómeno que sea sometido a un análisis.

Población, muestra y muestreo

En este apartado se hace referencia al conjunto de sujetos de los que se desea conocer algo en una investigación. López (2004), afirma que esta puede estar conformada, por personas, animales o cosas; por su parte, la muestra es un subconjunto representativo de la población seleccionada. Por otra parte, afirma que el muestreo es el método para seleccionar los componentes de la muestra del total de la población. Teniendo en cuenta lo anterior, se obtuvo como objeto poblacional a las madres solteras cabeza de hogar del barrio Divino Niño en la ciudad de Valledupar, para obtener el tamaño de la muestra se utilizó la siguiente fórmula:

Muestra Aleatoria Simple (M.A.S)

N: Número total de madres solteras cabeza de hogar = 60

n: Total de madres con las cuales se realizará la investigación=47

e: Margen de error en la investigación = 5= $(0,05)^2 = (0,0025)$

α : Nivel de confianza = 95% $(1,96)^2 = (3,8416)$

1 y 4: son constantes

$$n = \frac{N}{1 + \frac{4(e)^2(N-1)}{Za_2^2}}$$

$$1 + \frac{4(0,05)^2(105)}{(1,96)^2}$$

Estrés percibido en madres solteras cabeza de hogar

$$\frac{60}{1 + \frac{4 (0.0025) (105)}{(1.96)^2}}$$

$$\frac{60}{1 + \frac{4 (0.0025) (105)}{3,8416}}$$

$$\frac{60}{1 + \frac{(0.01) (105)}{3,8416}}$$

$$\frac{60}{1 + \frac{1.05}{3,8416}}$$

$$\frac{60}{1 + 0.273323615}$$

$$\frac{60}{1.27332362}$$

$$47.12 = 47$$

Sustituyendo se tiene seleccionar las madres cabeza de hogar que conforman la muestra de 47 de las 60 las cuales conforman la población.

Técnicas e Instrumentos de recolección

El presente estudio utiliza como técnicas de recolección de datos una ficha de caracterización sociodemográfica y la Escala de Estrés Percibido (EEP), por medio del cual se conocerá la información que permita determinar el nivel de estrés percibido de la población de madres cabeza de hogar. Según Ángel (2014), las características sociodemográficas son el conjunto de particularidades biológicas, socioeconómica y culturales que están presentes en la población sujeta a estudio, lo que permite enlazar los resultados obtenidos de la variable a medir con aspectos relevantes de los sujetos como la ambiental, que se centra en los eventos vitales estresores; la psicológica, que implica la experiencia subjetiva y respuesta emocional

Estrés percibido en madres solteras cabeza de hogar

frente a los estresores; y la biomédica, que estudia la respuesta y los sistemas fisiológicos involucrados en el afrontamiento de los asuntos vitales Campo (2014). En este sentido, los datos sociodemográficos brindan una perspectiva diversa a la escala empleada.

Teniendo en cuenta lo anterior, las técnicas de recolección de datos utilizadas son las indicadas para dar respuesta a la problemática estudiada, ya que según Campo (2014) afirma que la (EEP) es una de las más conocidas para la medición de la respuesta psicológica general frente a los estresores como evaluación psicométrica en diferentes ámbitos y poblaciones, en la actualidad se cuenta con varias versiones. Así mismo, el proceso de recolección de datos se hace mediante una ficha de caracterización demográfica, lectura y firma del consentimiento informado y posteriormente se realiza la explicación del test y sus especificaciones, es decir, para qué sirve, cómo resolverlo y el tiempo en que debe ser realizado el cual es de 8 a 10 minutos.

Validez

De acuerdo a la información recolectada por medio del manual de implementación del instrumento, se evidencia que la versión española o europea de este instrumento compuesto por 14 ítems, ha mostrado una consistencia interna, $\alpha = .81$, en cuanto al test-retest, puntual un total de $r = .73$, validez (convergente), y sensibilidad. Con estos resultados, se muestra una validez adecuada de la escala.

Confiabilidad

La fiabilidad medida en alfa de cronbach, se puntuó de la siguiente manera ($\alpha = .82$), test-retest, $r = .77$). De acuerdo al manual, la confiabilidad, y sensibilidad de la escala de 14 ítems también han mostrado valores apropiados. Con base a esto y a los resultados

Estrés percibido en madres solteras cabeza de hogar

evidenciados de la validez, se entiende que la Escala de Estrés Percibido es apta y cumple con los requisitos psicométricos para ser implementada.

Consideraciones Éticas

En cuanto a las consideraciones éticas tenidas en cuenta para el proceso investigativo, este se rigió bajo los lineamientos del código deontológico de psicología establecido en Colombia por medio de la ley 1090 de 2006, teniendo en cuenta los principios generales donde se fija posición con los siguientes principios situados en artículo dos de la ley:

1. Responsabilidad. Al ofrecer sus servicios los psicólogos mantendrán los más altos estándares de su profesión. Aceptarán la responsabilidad de las consecuencias de sus actos y pondrán todo el empeño para asegurar que sus servicios sean usados de manera correcta.

2. Competencia. El mantenimiento de altos estándares de competencia será una responsabilidad compartida por todos los psicólogos interesados en el bienestar social y en la profesión como un todo. Los psicólogos reconocen los límites de su competencia y las limitaciones de sus técnicas. Solamente prestarán sus servicios y utilizarán técnicas para los cuales se encuentran cualificados.

En aquellas áreas en las que todavía no existan estándares reconocidos, los psicólogos tomarán las precauciones que sean necesarias para proteger el bienestar de sus usuarios. Se mantendrán actualizados en los avances científicos y profesionales relacionados con los servicios que prestan.

3. Estándares morales y legales. Los estándares de conducta moral y ética de los psicólogos son similares a los de los demás ciudadanos, a excepción de aquello que puede comprometer el desempeño de sus responsabilidades profesionales o reducir la confianza pública en la Psicología y en los psicólogos. Con relación a su propia conducta, los psicólogos

Estrés percibido en madres solteras cabeza de hogar

estarán atentos para regirse por los estándares de la comunidad y en el posible impacto que la conformidad o desviación de estos estándares puede tener sobre la calidad de su desempeño como psicólogos.

Tabla 1. Operacionalización de escala de estrés percibido.

Cuestionario de estrés percibido				
Variable	Dimensiones	Indicadores	Ítems	Valoración
Estrés percibido	Afrontamiento de los estresores	Soy capaz de sentir y expresar estados estresores	¿Con qué frecuencia ha sentido que las cosas le van bien?	A. Casi nunca B. Algunas veces
			¿Con qué frecuencia ha sentido que no podía afrontar todas las cosas que tenía que hacer?	
			¿Con qué frecuencia ha podido controlar las dificultades de su vida?	
			¿Con qué frecuencia ha sentido que tenía todo bajo control?	

Estrés percibido en madres solteras cabeza de hogar

			<p>¿Con qué frecuencia ha pensado sobre las cosas que le quedan por hacer?</p> <p>¿Con qué frecuencia ha podido controlar la forma de pensar del tiempo?</p>	<p>C. A menudo</p> <p>D. Casi siempre</p>
	Percepción del estrés	Comprendo bien mis estados estresores	<p>¿Con qué frecuencia ha estado afectado por algo que ha ocurrido inesperadamente?</p> <p>¿Con qué frecuencia se ha sentido incapaz de controlar las cosas importantes en su vida?</p> <p>¿Con qué frecuencia ha sentido que ha afrontado efectivamente los</p>	

Estrés percibido en madres solteras cabeza de hogar

			cambios importantes que han estado ocurriendo en su vida?	
			¿Con qué frecuencia ha estado enfadado porque las cosas que le han ocurrido estaban fuera de su control?	
			¿Con qué frecuencia ha sentido que las dificultades se acumulan tanto que no puede superarlas?	
			¿Con qué frecuencia se ha sentido nervioso o estresado?	
			¿Con qué frecuencia ha manejado con éxito los pequeños problemas irritantes de la vida?	

Estrés percibido en madres solteras cabeza de hogar

			¿Con qué frecuencia ha estado seguro sobre su capacidad para manejar sus problemas personales?	
--	--	--	--	--

Fuente: *Elaboración propia (2021)*

Estrés percibido en madres solteras cabeza de hogar

Para la realización de esta investigación se hace necesario por parte de los investigadores un análisis de los datos recolectados, se utilizará para el estudio de la variable y sus dimensiones, la herramienta Excel desarrollada por Microsoft Office, mediante el uso de técnicas como gráficos, tablas y programación, facilitará el análisis de datos descriptivos, la sumatoria y conocer la puntuación global y específica de la dimensión de la variable.

Calificación y baremos del instrumento

La escala de estrés percibido es un instrumento de autoinforme que consta de 14 ítems con un formato de respuesta de cinco puntos (0 = nunca, 1 = casi nunca, 2 = de vez en cuando, 3 = a menudo, 4 = muy a menudo), donde los ítem 1, 2, 3, 8, 11, 12 y 14 se califican de forma ascendente y teniendo en cuenta la respuesta elegida por los sujetos en la escala Likert, El resultado anterior corresponde a la dimensión de percepción del estrés,

Por el contrario, los ítems 4, 5, 6, 7, 9, 10 y 13 se suman de forma descendente y asignan un valor a la escala Likert. Al marcar 0 tiene el valor de 4. Para 1 se marca el valor de 3; 2 equivale a 2, 3 es 1 y 4 se convierte en 0 dando así el resultado de la variable afrontamiento del estrés, sumando entonces los 14 ítems, la puntuación directa obtenida indica que a una mayor puntuación corresponde un mayor nivel de estrés percibido.

*Estrés percibido en madres solteras cabeza de hogar***Tabla 2.** *Forma de calificación de la escala de estrés percibido.*

0 = nunca	0=4
1 = casi nunca	1=3
2 =de vez en cuando	2=2
3 = a menudo	3=1
4 = muy a menudo	4=0

Fuente: *Elaboración propia*

Capítulo IV. Resultados de la investigación

Análisis de los datos.

A Continuación, se procede con la descripción de las condiciones sociales de las madres solteras cabeza de hogar por medio de la contextualización del barrio Divino Niño de la ciudad de Valledupar de esta forma dar cumplimiento al primer objetivo específico de la presente investigación.

En primera instancia, para hablar de las condiciones sociales de una población ubicada en un lugar específico, es relevante contextualizar acerca de las circunstancias y del entorno en el que se encuentran. El barrio Divino Niño, está ubicado en la comuna 5 de la ciudad, con una estratificación social vulnerable “nivel 1”, dentro de los cuales cuenta con todos los servicios básicos, casa hogar con atención de 0 a 5, colegios de básica primaria y secundaria en el barrio vecino, centro de atención al adulto mayor, hospital de primer nivel ubicado en el barrio la Nevada, iglesias, parque recreativos, se posee vías principales y alternas para el servicio de transporte público y privado de la ciudad.

Si bien es cierto, el barrio en contexto, es un foco importante para el estudio realizado, en el que encontramos un gran número de madres solteras cabeza de hogar, donde sus condiciones laborales, académicas, sociales y culturales entre otras varían, al mismo tiempo esta comunidad está hecha de mujeres emprendedoras, que luchan día a día por la subsistencia de su familia. Teniendo en cuenta la encuesta realizada por los investigadores, dentro de la comunidad hay pocas mujeres profesionales y otras están culminando sus estudios, a nivel general se evidencia un alto grado de desescolarización, gran parte de ellas se dedican de forma informal a diferentes oficios como el mototaxismo, restaurantes en la puerta de su casa y ventas puerta a puerta. En cuanto a la tenencia de

Estrés percibido en madres solteras cabeza de hogar

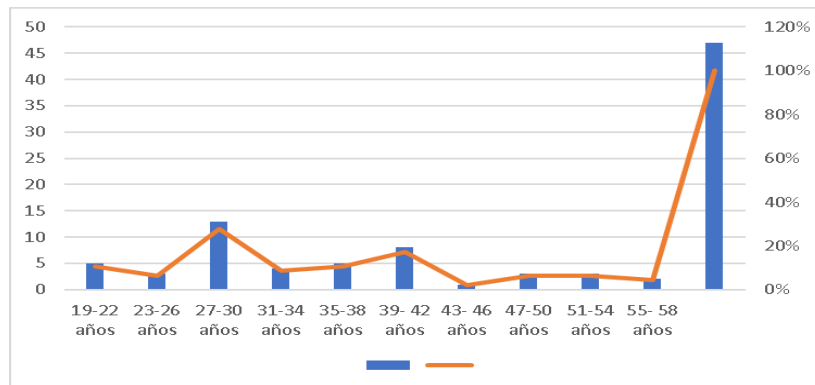
vivienda de la población, es notable que la gran mayoría viven en condición de arrendamiento, otras en propiedad familiar y unas pocas han podido obtener casa propia, en su gran mayoría por que hicieron parte de la fundación del barrio y otras son beneficiarias de subsidios de préstamos del gobierno.

Gran parte de la población tiene la responsabilidad de niños pequeños y algunas tienen a cargo la vejez de sus padres, a esto se le suma la falta de oportunidades laborales, y la situación económica que para muchas es desfavorable. De acuerdo con lo anterior, las condiciones sociales encontradas en este sector manifiestan que estas féminas son propensas a manejar un alto grado de estrés percibido, el cual puede ser un detonante para múltiples enfermedades físicas, mentales y emocionales que afectaría de forma directa su dinámica familiar, por lo que se hace necesario determinar el grado de estrés percibido que maneja la población y conocer detalladamente sus condiciones sociodemográficas.

Por consiguiente, los investigadores del presente estudio aplicaron una encuesta de recolección de datos para caracterizar socio demográficamente a las madres solteras cabeza de hogar del barrio Divino Niño y esta información se representa en gráficos. Entre los datos solicitados están: edad, tenencia de vivienda, ocupación y número de hijos, el cual se muestran de la figura 1 a la 4 y de esta forma se da respuesta al objetivo número dos del presente estudio.

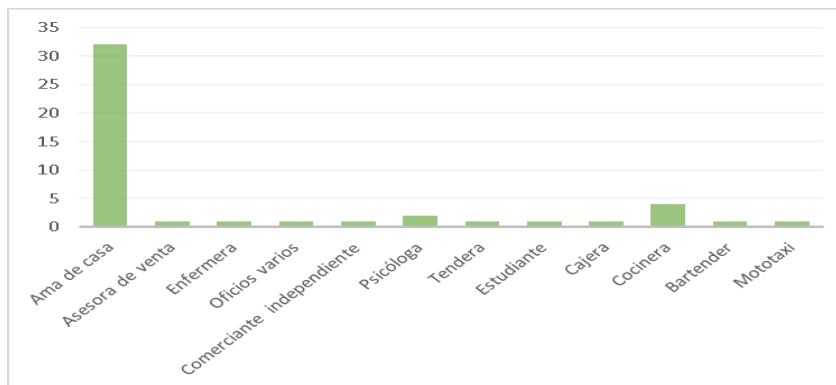
Estrés percibido en madres solteras cabeza de hogar

Figura 1. Proporción de las edades de las madres solteras cabeza de hogar del barrio Divino Niño.



En cuanto a las edades de la población objeto de estudio, se estableció un parámetro de edades entre los 19 y 58 años, el 40% de las participantes se encontraban en un rango de 23 y 54 años, un 28% se ubican en los 27 y 30 años, otro 17% con edades desde los 39 y 42, también se haya con 11% edades de 19 a 22 años y el último 4% restante en las edades de 55 a 58 años.

Figura 2. Proporción de ocupación de las madres solteras cabeza de hogar de barrio Divino Niño.

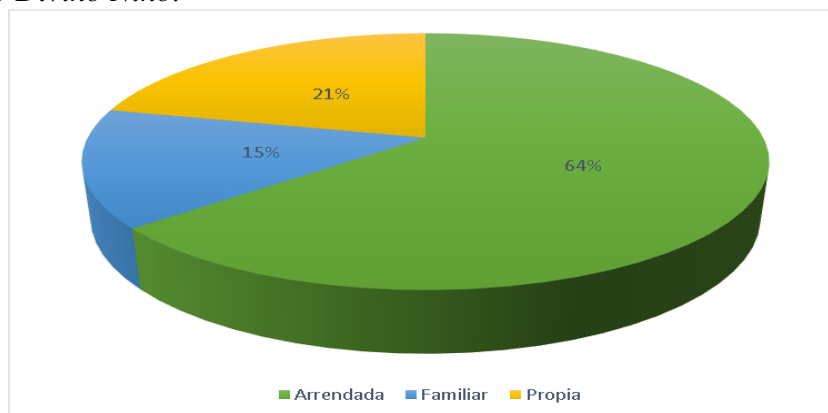


Según la figura 2, se evidencia que el 64% de la población se desempeña en actividades como lo son el mototaxismo, atención de tienda de barrio, atención en cocina, estudiantes, auxiliar en enfermería, oficios varios, asesoría en ventas, cajera, bartender y

Estrés percibido en madres solteras cabeza de hogar

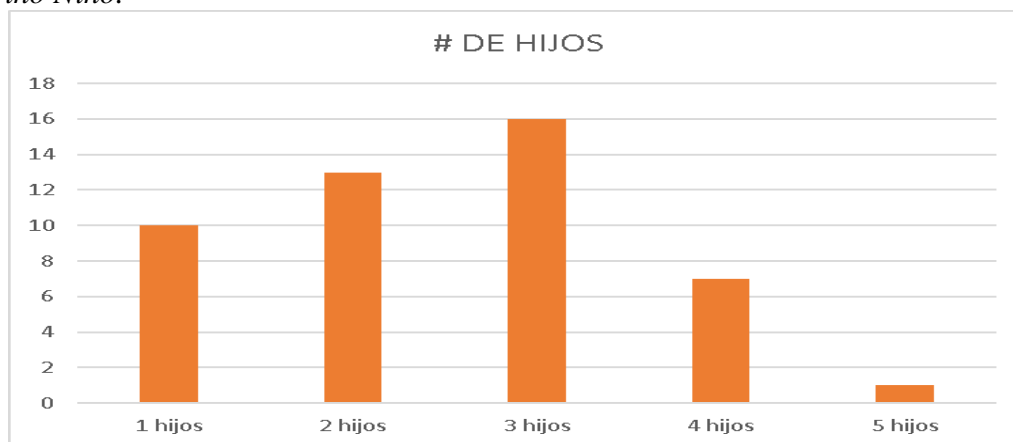
comerciante, otro 32% de la población se dedica netamente al cuidado y atención del hogar, solo un 4% es profesional en una ocupación.

Figura 3. Proporción de la tenencia de la vivienda de las madres solteras cabeza de hogar del barrio Divino Niño.



Por otra parte, el análisis de los datos recolectados muestran que el 64% de la población están en propiedad de arriendo, un 21% tiene casa propia y otro 15% viven en predios de carácter familia, por lo que es evidente la concordancia entre la ocupación, situación económica y la tenencia de vivienda de la población, demostrando que la escasez de recursos y estado laboral inestable repercute en diversos aspectos

Figura 4. Proporción número de hijos de las madres solteras cabeza de hogar de barrio Divino Niño.

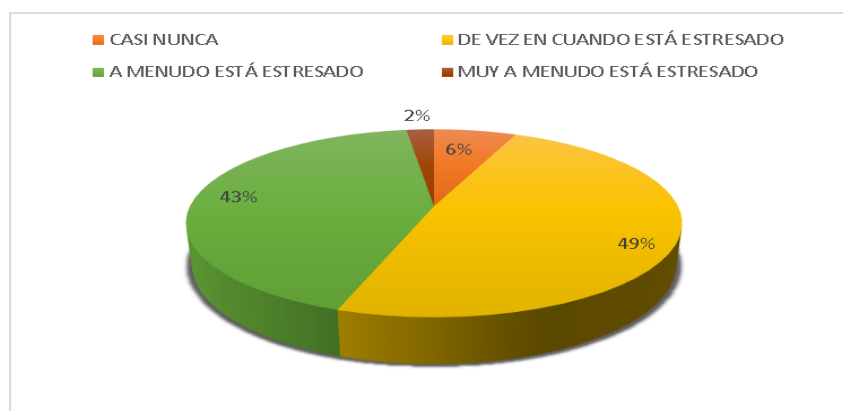


Estrés percibido en madres solteras cabeza de hogar

Finalmente, el 34% de la población objeto de estudio tiene tres hijos, seguidamente un 28% mantiene dos hijos, otro 21% registra un hijo, el 15% cumple con la crianza de cuatro hijos, el puntaje más bajo de las participantes es del 2% con 5 hijos, con el cual se determina el registro total del número de hijos de las encuestadas en el barrio Divino Niño de la ciudad de Valledupar.

Posteriormente, se determina por medio del instrumento PSS el nivel de estrés percibido de las madres solteras cabeza de hogar del barrio Divino Niño de la ciudad de Valledupar, también se especifica de forma detallada las dimensiones de dicha escala el cual son percepción de los estresores y afrontamiento del estrés, con los que se busca obtener datos precisos representados de la figura 5 a la 7, dando cumplimiento al tercer objetivo de la investigación.

Figura 5. Nivel de Estrés Percibido en las madres solteras cabeza de hogar del barrio Divino Niño.

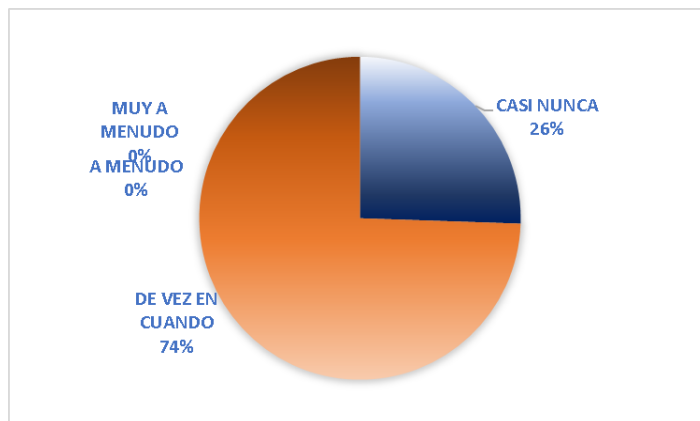


Con base a la información brindada por el instrumento aplicado, se obtuvo como resultado, que 49% de las madres conciben estrés de vez en cuando, un 43%, a menudo están estresadas, otro 6% casi nunca perciben estrés y el 2% muy a menudo, por lo tanto se puede decir que un 94% del censo experimenta estrés derivado del diario vivir, donde

Estrés percibido en madres solteras cabeza de hogar

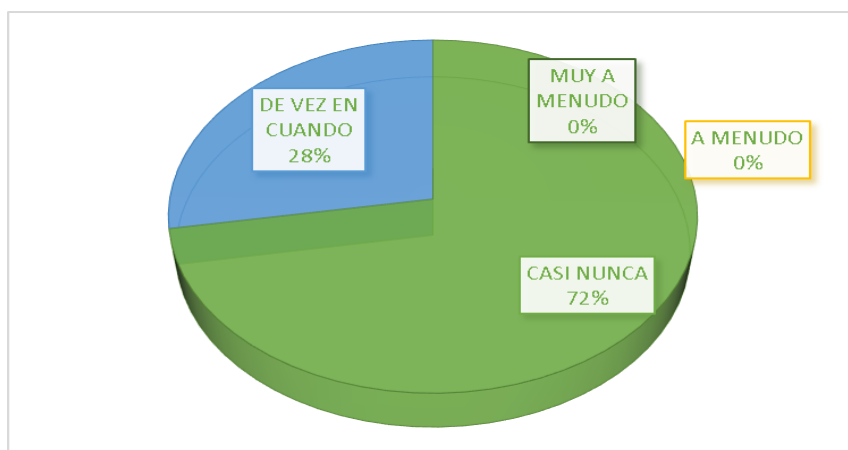
claramente la labor desempeñada por las madres solteras cabeza de hogar demanda un alto nivel de estrés.

Figura 6. Percepción de los estresores.



La anterior figura muestra claramente, que la percepción de estresores de la población objeto de estudio, es que el 74% de las madres solteras cabeza de hogar, de vez en cuando tiene esta percepción y el 26 % restante casi nunca perciben los estresores concentrándose las respuestas en solo dos niveles de la escala, quedando nunca, a menudo y muy a menudo en 0%.

Figura 7. Afrontamiento de los estresores.



Estrés percibido en madres solteras cabeza de hogar

En cuanto al afrontamiento de los estresores, es notable que el 72% de las madres solteras cabeza de hogar casi nunca saben cómo afrontar las demandas del día a día y solo que solo un 28% lo hace de vez en cuando, concentrándose estos resultados en un nivel moderado de la escala ya que las respuestas se encuentran alejadas del nunca y muy a menudo.

Discusión

La presente investigación tuvo como objetivo general determinar el nivel de estrés percibido de la madres solteras cabeza de hogar del barrio Divino Niño de la ciudad de Valledupar, en este orden de ideas , en el anterior análisis de los resultados, se deja ver con claridad el cumplimiento de cada objetivo, por medio de la descripción de las condiciones sociales, caracterización sociodemográfica, la identificación de las variables percepción de los estresores y el afrontamiento de los estresores, que en conjunto dan respuesta al nivel de estrés percibido a determinar en la población objeto de estudio. Por consiguiente, se contrastan los hallazgos de este estudio con los antecedentes expuestos en el marco referencial y las bases teóricas.

Teniendo en cuenta que el primer objetivo hace alusión a las condiciones sociales del entorno en el que vive la población objeto de estudio, vale la pena mencionar que en cuanto al género se haya similitud con la investigación de Jiménez (2019), quien realizó un estudio con madres adultas en condiciones sociales iguales a la de las madres solteras cabeza de hogar del barrio Divino Niño, sin embargo, difiere con la investigación de Sepúlveda (2020) debido a que parte de las participantes a pesar que son mujeres y comparten las mismas condiciones sociales, son jóvenes adolescentes gestantes.

En cuanto al segundo objetivo específico, en lo que tiene que ver con la caracterización socio demográfica de la población se haya similitud con el estudio hecho por Bernal et. al (2020), en el que se evidenció que ambos se realizaron con madres cabeza de hogar, con igual condiciones ya que son madres cabeza de hogar, en la misma situación, en cambio el trabajo realizado por Ortigón et. al (2022) difiere ya que su investigación fue hecha en una población mixta de víctimas del conflicto armado.

Estrés percibido en madres solteras cabeza de hogar

Por consiguiente, en el tercer objetivo específico se identificó el nivel de estrés percibido de las madres solteras cabeza de hogar, por esta razón, la primera dimensión hace referencia a la percepción del estrés, y en la segunda al afrontamiento del estrés, es decir, que el nivel de estrés percibido en la población es medio-alto. De lo anterior, se halló que los antecedentes de las investigaciones y las bases teóricas estudiadas no guardan diferencia, en cambio, sí se encuentra similitud con la postura de Cohen et. al (1983) al referir que el nivel de estrés percibido puede ser en función de los eventos estresantes experimentados que ejercen una gran demanda.

Por otra parte, como justificación a las condiciones sociales de la población, Lazarus (1986), sostiene en sus estudios que ante el estrés cada individuo tiene procesos determinados, que van a depender del entorno en el que se esté manejando, hallando estrategias como mecanismos de adaptación, no obstante, Stokols (1986), menciona que no importa la adaptación de la persona, igual se genera estrés psicológico ya que toda situación pasa por tres etapas: alarma, resistencia y agotamiento.

Por último, Cohen et, al (1983), manifiesta que todo estrés psicológico independientemente de la situación para que haga una afeción directa debe existir una emoción, la cual respaldará la percepción y el afrontamiento de ese estresor. Por lo anterior, todo los autores definen el estrés percibido como una reacción necesaria del cuerpo para actuar, que en situaciones de excesiva demanda llega a ser agobiante, todo ello depende de las formas en cómo se perciban y se afronten, en el que el entorno y el estímulo tiene mucho que ver, por lo tanto, se define como una reacción del ser humano totalmente esperable Cohen et. al (1983).

Conclusiones

Con lo expuesto anteriormente, en el análisis de los resultados y la discusión, se identificó la percepción de los estresores y el afrontamiento del estrés, razón por la cual se concluye que el nivel de estrés percibido de las madres solteras cabeza de hogar es alto, por lo que al analizar los datos recolectados se plantean las siguientes conclusiones:

En lo que se refiere al primer objetivo específico, se dedujo que las condiciones sociales contribuyen de forma directa en el nivel de estrés que afronta la población teniendo en cuenta su entorno, clase social, nivel educativo y estabilidad laboral dejando al descubierto la dificultad con la que se cubren las necesidades básicas y las responsabilidades que acaparan esfuerzo económico para cubrir alimentación, educación, vestimenta y techo de una familia. Así mismo, la forma en como una madre soltera cabeza de hogar distribuye su tiempo entre la crianza, atención a los hijos y dedicarse a ellas mismas.

Posteriormente, en el segundo objetivo se evidencia que los porcentajes arrojados por las encuestas para caracterizar socio demográficamente a la población se halló precariedad en las estadísticas, en lo que respecta a inestabilidad laboral, falencia de vivienda digna y falta de educación en la población, siendo lo anterior factores de riesgo que afectan la salud mental al causar niveles alto de estrés.

Por último, después de aplicar el instrumento Escala de Estrés Percibido en la madres solteras cabeza de hogar de la ciudad de Valledupar, se identificó que las dimensiones evaluada por el instrumento para tercer objetivo, es notable la baja percepción que tiene ante el estrés y la forma inadecuada de afrontamiento, dando respuesta al

Estrés percibido en madres solteras cabeza de hogar

interrogante principal de esta investigación, para determinar el nivel de estrés percibido de la población objeto de estudio, encontrando como respuesta que las madres solteras cabeza de hogar tiene un nivel de estrés percibido medio- alto, por que más del 50% se ubicaron en el ítems de vez en cuando experimento estrés y casi nunca se cómo afrontarlo.

Recomendaciones

Teniendo en cuenta los hallazgos y resultados de esta investigación, se considera pertinente generar algunas recomendaciones a:

Estudiantes de Psicología de la Universidades Populares del Cesar:

- Despertar mayor interés para realizar investigaciones utilizando la variable estrés percibido, ya que en la búsqueda de los antecedentes no se encontró un estudio reciente a nivel local.
- Tener en cuenta las problemáticas que vienen afectando la salud mental de las madres solteras cabeza de hogar y a su vez sirvan como punto de partida para próximas investigaciones.

El programa de psicología de la Universidad Popular del Cesar:

- Incentivar a los próximos investigadores a realizar estudios con diversas poblaciones más allá de la comunidad universitaria.
- Crear un programa con los docentes de la universidad en donde se preste atención a los distintos intereses de todas las personas que forman parte de nuestra realidad social. (interculturalidad).

Entes gubernamentales:

- Desarrollar y hacer seguimiento a las propuestas de intervención psicosocial en el marco de las políticas públicas que mitiguen la problemática de salud mental ocasionada por el nivel de estrés que viven las madres cabeza de hogar del departamento.

Estrés percibido en madres solteras cabeza de hogar

- Disminuir las barreras en la atención primaria a través de la canalización de los servicios básicos y de seguridad para preservar la salud mental.

Las madres solteras cabeza de hogar:

- Reconocer la necesidad de recibir atención en caso de experimentar altos niveles de estrés y puedan prevenir afectaciones en su salud mental y física.
- Fortalecer las redes de apoyo para que se simplifiquen las actividades diarias, reduciendo la carga de responsabilidad que implica el rol de madre cabeza de hogar.

Referencias

- Acosta Ramos A, J. R. (2018). *Estrés ocupacional y evaluación de desempeño*. Artículo Científico. Dialnet.
https://www.google.com/url?sa=t&rct=j&q=&esrc=s&source=web&cd=&cad=rja&uact=8&ved=2ahUKEwim_vLPs5v3AhUtQjABHXGTCXUQFnoECAoQAQ&url=https%3A%2F%2Fdialnet.unirioja.es%2Fservlet%2Farticulo%3Fcodigo%3D6860592&usg=AOvVaw2Tg1wfwghlDN53DI6DteqM
- Arapa Gabriel, Paredes Palacios Edison (2021), “*Estrés percibido y estrategias de afrontamiento asociadas a las variables sociodemográficas en familias de la ciudad de Arequipa: análisis en contexto covid-19*”,
- Adalberto Campo-Arias, H. C. (2014). *Escala de Estrés Percibido: Desempeño psicométrico*. Artículo Científico. Scielo.
<https://www.google.com/url?sa=t&rct=j&q=&esrc=s&source=web&cd=&cad=rja&uact=8&ved=2ahUKEwimqZzks5v3AhVhTTABHcKuA34QFnoECAsQAQ&url=http%3A%2F%2Fwww.scielo.org.co%2Fpdf%2Frfmun%2Fv62n3%2Fv62n3a10.pdf&usg=AOvVaw3VnJZ1OIo2lJlJfXUsxMmL>
- Agudelo, G. A. (2008). *Diseños De Investigación Experimental Y No-Experimental*. Artículo Científico. Medellín: CEO.
https://www.google.com/url?sa=t&rct=j&q=&esrc=s&source=web&cd=&cad=rja&uact=8&ved=2ahUKEwj6xOGDtJv3AhVHTjABHbK_CzgQFnoECAgQAQ&url=https%3A%2F%2Frevistas.udea.edu.co%2Findex.php%2Fceo%2Farticle%2Fview%2F6545&usg=AOvVaw3p1WFNRQGzp1F32yCJ3Eeb
- Agudelo, G., Aignerren, M., y Ruiz Restrepo, J. (2010). *Experimental Y No-Experimental*. Artículo Científico. <https://revistas.udea.edu.co/index.php/ceo/article/view/6545>
- Arias F. (2012). *el Proyecto De Investigación Introducción A La Metodología Científica*. Artículo Científico.
<https://www.google.com/url?sa=t&rct=j&q=&esrc=s&source=web&cd=&cad=rja&uact=8&ved=2ahUKEwihifSptZv3AhUmTDABHRvoAbUQFnoECAsQAQ&url=https%3A%2F%2Fwww.scielo.org.co%2Fpdf%2Frfmun%2Fv62n3%2Fv62n3a10.pdf&usg=AOvVaw3p1WFNRQGzp1F32yCJ3Eeb>

Estrés percibido en madres solteras cabeza de hogar

3A%2F%2Fwww.researchgate.net%2Fpublication%2F27298565_El_Proyecto_de_la_ Investigacion_Introduccion_a_la_Metodologia_Cientifica&usg=AOvVaw3mznywiuF Vs7yhN9XboMFb

Bernal Ruíz, J., Fernández Gómez, D., Tobón Chaguala, D. y Valbuena Cocunubo, L. (2021) *Estrés y ansiedad en madres cabeza de familia ante la pandemia covid-19 durante el segundo trimestre del 2021*. Tesis de grado. Institución universitaria politécnico grancolombiano. Bogotá- Colombia.

<https://alejandria.poligran.edu.co/handle/10823/6444>Borrat M. (2016). *El drama de ser madre soltera en Marruecos*. Artículo de Noticia. Periódico Digital El País.

https://elpais.com/elpais/2016/02/24/planeta_futuro/1456332090_629729.html

Cohen, K. y. M. (1983). A Global Measure of Perceived Stress. *Revista de salud y comportamiento social*. 24, 385-96.

Cohen, S. K. (1983). A global measure of perceived stress. *Journal of Health and Social Behavior*.

Cueto L. D. (2017). *Factores Causales De Estrés Laboral En El Personal*. Repositorio de la UNAD.

<https://www.google.com/url?sa=t&rct=j&q=&esrc=s&source=web&cd=&cad=rja&uact=8&ved=2ahUKEwjQy9iatpv3AhWUQTABHYo3Dw4QFnoECAwQAw&url=https%3A%2F%2Frepositorio.unad.edu.co%2Fbitstream%2Fhandle%2F10596%2F18247%2F49763606.pdf%3Fsequence%3D1%26isAllowed%3Dy%23%3A~%3Atext%3DEl%2520estr%25C3%25A9s%2520laboral%2520surge%2520cuando%20Caparece%2520la%2520experiencia%2520del%2520estr%25C3%25A9s.&usg=AOvVaw1fMplRgTom5CqtnRinLS9>

Fonseca, L., Carpintero, L., Romero, K. (2021). Percepción del uso de aplicaciones móviles para el afrontamiento del estrés y la gestión de las emociones en adolescentes embarazadas de entornos rurales del departamento de Sucre, Colombia. *Búsqueda*, 8(1), 25-35. <https://revistas.cecar.edu.co/index.php/Busqueda/article/view/564/690>

Gallego Henao A. (2011). *Recuperación crítica de los conceptos de familia, dinámica familiar y sus características*. Artículo Científico. Universidad Católica del Norte. <https://revistavirtual.ucn.edu.co/index.php/RevistaUCN/article/view/364/679>

Estrés percibido en madres solteras cabeza de hogar

Gómez Beatriz, E. A. (2002). Neuro anatomía de estrés. Artículo Científico.

https://www.google.com/url?sa=t&rct=j&q=&esrc=s&source=web&cd=&cad=rja&uact=8&ved=2ahUKEwihvJ_ctpv3AhXNQjABHZIfBnEQFnoECBEQAQ&url=http%3A%2F%2Fprevious.revmexneurociencia.com%2Fwp-content%2Fuploads%2F2014%2F07%2FNm0025-04.pdf&usg=AOvVaw1aI_28WItTuXnC_ph0jsag

Gutiérrez, L. A. (2016). *El estrés en el profesorado*. Artículo Científico. Scielo.

https://www.google.com/url?sa=t&rct=j&q=&esrc=s&source=web&cd=&cad=rja&uact=8&ved=2ahUKEwiZyab2tpv3AhXbSTABHZERBD4QFnoECAsQAQ&url=http%3A%2F%2Fwww.scielo.org.bo%2FsciELO.php%3Fscript%3Dsci_arttext%26pid%3D32223-30322016000100006&usg=AOvVaw2C5GHyB3PlugHf9h8K1dMZ

Instituto Nacional de las Mujeres, (2020). *Madres Solteras*. Estadística.

http://estadistica.inmujeres.gob.mx/formas/tarjetas/Madres_solteras.pdf

Jiménez A. (2019). *Madres solteras presentan mayores niveles de estrés y ansiedad*. Artículo

Web. <https://guiadeposgrados.mx/madres-solteras-presentan-mayores-niveles-de-estres-y-ansiedad/>

Jiménez Gaytán E. (2019). *Sintomatología depresiva, estrés y funcionamiento familiar en madres adultas del norte de México*. Scielo.

https://www.google.com/url?sa=t&rct=j&q=&esrc=s&source=web&cd=&cad=rja&uact=8&ved=2ahUKEwjBgPeLt5v3AhW4TjABHVzADGQQFnoECAyQAQ&url=http%3A%2F%2Fwww.scielo.org.mx%2FsciELO.php%3Fscript%3Dsci_arttext%26pid%3DS0188-62662019000100157&usg=AOvVaw2vTXPKAa5i5hwX4SwNkJHI

Lazarus Richard. (1983). *Stress, Appraisal, and Coping*. New York.

Lazarus, F. (1986). *Psychological stress and the coping process*. Nueva York: McGraw-Hill.

López P. L. (2004). *Población Muestra*. Artículo Científico. Scielo.

https://www.google.com/url?sa=t&rct=j&q=&esrc=s&source=web&cd=&cad=rja&uact=8&ved=2ahUKEwiKs6vMt5v3AhV4TDABHXaiD4oQFnoECAoQAQ&url=http%3A%2F%2Fwww.scielo.org.bo%2FsciELO.php%3Fscript%3Dsci_arttext%26pid%3DS1815-02762004000100012&usg=AOvVaw0LpeiiSxlZTNy4ibla8bu3

Mojica, A. (2021). *Efecto de la aplicación de un protocolo de mindfulness para el estrés parental en madres con hijos menores de 10 años* [tesis de maestría, Fundación

Estrés percibido en madres solteras cabeza de hogar

Universitaria Konrad López] Repositorio KL.

https://repositorio.konradlorenz.edu.co/bitstream/handle/001/4756/911191027_Tesis.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Monterrosa, A., Rodelo, A., Monterrosa, A. B., Morales, I. (2022). Factores psicosociales y obstétricos asociados con depresión, ansiedad o estrés psicológico en embarazadas residentes del Caribe colombiano. *Revista mexicana de Ginecología y Obstetricia*, 90(2),134-147.<https://www.medigraphic.com/pdfs/ginobsmex/gom-2022/gom222c.pdf>

Moysén, A. (2015). *Afrontamiento del estrés en adolescentes estudiantes de nivel medio superior*. Digital de investigación en docencia universitaria.

<https://www.google.com/url?sa=t&rct=j&q=&esrc=s&source=web&cd=&cad=rja&uact=8&ved=2ahUKEwjej8H0t5v3AhXzQjABHbJLDfoQFnoECAoQAQ&url=https%3A%2F%2Fvistas.upc.edu.pe%2Findex.php%2Fdocencia%2Farticle%2Fview%2F380&usg=AOvVaw36gojLOuZJO5lHwraeF0uf>

Naranjo Pereira, M. L. (2009). Una Revisión Teórica Sobre El Estrés Y Algunos Aspectos Relevantes De Éste. Redalyc.

<https://www.google.com/url?sa=t&rct=j&q=&esrc=s&source=web&cd=&cad=rja&uact=8&ved=2ahUKEwjJ-fajuZv3AhUKSzABHVYVAOoQFnoECAkQQ&url=https%3A%2F%2Fwww.redalyc.org%2Fpdf%2F440%2F44012058011.pdf&usg=AOvVaw2nYdO59FqsTx1chlsfjJUS>

Ortegon, T. Vinaccia, S. Quiceno, M. Capira, A. cerra, D. Berna, S (2022) *Apoyo social, resiliencia, estrés percibido, estrés postraumático, ansiedad, depresión y calidad de vida relacionada con la salud en líderes comunitarios víctimas del conflicto armado en los Montes de María, Sucre, Colombia*. Artículo científico. Universidad nacional de Colombia. Bogotá- Colombia.

<https://revistasoj.s.ucaldas.edu.co/index.php/eleuthera/article/view/6807/6154>

Palacios J. y Rodrigo M. J. (2001). *La familia como contexto de desarrollo humano. Familia y desarrollo Humano*. Madrid. Alianz.

https://www.google.com/url?sa=t&rct=j&q=&esrc=s&source=web&cd=&cad=rja&uact=8&ved=2ahUKEwiC6OnCuZv3AhUWQzABHTZPA2kQFnoECAsQAQ&url=http%3A%2F%2Fdialnet.unirioja.es%2Fdescarga%2Farticulo%2F2200910.pdf&usg=AOvVaw0xi_V1OvKzYcARNMDwP7ZM

Estrés percibido en madres solteras cabeza de hogar

- Peña Ramos, M. E. (2020). *Estudio en madres jóvenes de la ciudad de Lima*. Universidad Peruana de Ciencias Aplicadas. Artículo Científico.
<https://www.google.com/url?sa=t&rct=j&q=&esrc=s&source=web&cd=&cad=rja&uact=8&ved=2ahUKEwjC6KXkuZv3AhU3QzABHxD5CgIQFnoECA0QAQ&url=https%3A%2F%2F repositorioacademico.upc.edu.pe%2Fhandle%2F10757%2F652397&usg=AOvVaw1OGmzpF6ehZQRo62sNXVkG>
- Porras M. Fabian. (2019). *Una Realidad, una Cotidianidad, un Contexto: a Propósito de las Madres Cabeza de Hogar*. Artículo Web. Revista Level.
<https://www.revistalevel.com.co/contenido/una-realidad-una-cotidianidad-un-contexto-a-proposito-de-las-madres-cabeza-de-hogar>
- Sampieri, R. (2014). *Definición del tipo de investigación*. Mexico.
- Selye, H. (1950). *The Stress of Life*. New York: McGraw-Hill Book Company.
- Sepúlveda, B. (2020). *Estrés, ansiedad y factores asociados en mujeres adolescentes embarazadas y no embarazadas en Medellín (Colombia)*. Tesis de Grado.
[https://www.google.com/url?sa=t&rct=j&q=&esrc=s&source=web&cd=&cad=rja&uact=8&ved=2ahUKEwigwI_bupv3AhVzsDEKHaGDDU0QFnoECA4QAw&url=https%3A%2F%2F revistas.upb.edu.co%2Findex.php%2Fmedicina%2Farticle%2Fview%2F7013%23%3A~%3Atext%3D%2FEn%2520las%2520embarazadas%2520C%2520la%2520prevalencia%2520B%2520p%2520D%2520C0.01\).&usg=AOvVaw0TAAgBIb9gg8YUj43x39PV](https://www.google.com/url?sa=t&rct=j&q=&esrc=s&source=web&cd=&cad=rja&uact=8&ved=2ahUKEwigwI_bupv3AhVzsDEKHaGDDU0QFnoECA4QAw&url=https%3A%2F%2F revistas.upb.edu.co%2Findex.php%2Fmedicina%2Farticle%2Fview%2F7013%23%3A~%3Atext%3D%2FEn%2520las%2520embarazadas%2520C%2520la%2520prevalencia%2520B%2520p%2520D%2520C0.01).&usg=AOvVaw0TAAgBIb9gg8YUj43x39PV)
- Stokols D. &. (1986). *Behavior, health, and environmental*. New York: Plenum Press.
- Torres Ramírez, A. M. (2020). *Influencia de los niveles de estrés en el desempeño laboral de los colaboradores del Almacén Sandraagro en el departamento Caquetá*. Artículo Científico.
https://www.google.com/url?sa=t&rct=j&q=&esrc=s&source=web&cd=&cad=rja&uact=8&ved=2ahUKEwi3wIP4upv3AhVIRDABHeg4AssQFnoECAsQAQ&url=https%3A%2F%2F repositorio.ecci.edu.co%2Fhandle%2F001%2F831&usg=AOvVaw0p_9osP3zTqp7z8klBMqXe
- Torres Velázquez L. E., Ortega Silva P., Garrido Garduño A. y Reyes Luna A. G. (2008). *Dinámica familiar en familias con hijos e hijas*. Revista Intercontinental de Psicología y Educación. Universidad Intercontinental. México.

Estrés percibido en madres solteras cabeza de hogar

https://www.google.com/url?sa=t&rct=j&q=&esrc=s&source=web&cd=&cad=rja&uact=8&ved=2ahUKEwjBxKOOu5v3AhVAQTABHdGyBDcQFnoECAYQAQ&url=https%3A%2F%2Fwww.redalyc.org%2Farticulo.oa%3Fid%3D80212387003&usg=AOvVaw1RcBjGDyr_wdfniuq-kPHI

Vales L. (2012). *Manual de bases biológicas del comportamiento humano*. Uruguay: Udelar. CSE.

<https://www.google.com/url?sa=t&rct=j&q=&esrc=s&source=web&cd=&cad=rja&uact=8&ved=2ahUKEwjS-PuYu5v3AhUmTDABHRvoAbUQFnoECAUQAQ&url=https%3A%2F%2Fwww.cse.udelar.edu.uy%2Fwp-content%2Fuploads%2F2018%2F10%2FManual-de-bases-biolo%25CC%2581gicas-del-comportamiento-humano.pdf&usg=AOvVaw0KJyIHHZyOz8kQwG3e9OEQ>

Zafra Galvis, O. (2006). *Tipos de Investigación*. General José María.

<https://www.google.com/url?sa=t&rct=j&q=&esrc=s&source=web&cd=&cad=rja&uact=8&ved=2ahUKEwjwolitu5v3AhXqRjABHf-6DcMQFnoECACQAQ&url=https%3A%2F%2Fwww.redalyc.org%2Fpdf%2F4762%2F476259067004.pdf&usg=AOvVaw2DxvqhwE2h8XdcSxl9iGIV>

Anexos**Apéndice A. Consentimiento informado**

Yo _____, identificado con C.C. _____ de _____. En mi calidad de adulto, expreso de manera libre y voluntaria que acepto participar en la investigación del plan de intervención en el proyecto de prácticas: ***“Estrés percibido por las madres solteras cabeza de hogar del barrio Divino Niño de la ciudad de Valledupar.”*** A través del instrumento escala de estrés percibido; Determinar el nivel de estrés percibido de las madres solteras cabezas de hogar del barrio Divino Niño de Valledupar.

Por tanto, entiendo que la participación en este estudio no implica ningún riesgo para mi salud física o psicológica, que toda la explicación que me ha sido dada es clara. Al igual que toda la información que voy a proporcionar será verdadera y será utilizada de forma confidencial y con fines académicos; Luego de iniciada la investigación, usted puede decidir retirarse y disentir cuando lo deseen. Los datos y resultados individuales serán usados de manera confidencial, según lo exige el artículo 2 numeral 5 de la Ley 1090 de 2006 al rol del psicólogo, la única excepción es si hay inminencia de riesgo al bienestar físico o mental del participante. Mis resultados no serán divulgados a medios de comunicación, ni entregados a ninguna otra institución que no sea bajo la dirección del jefe de psicología; en el caso específico, pero en el caso general se tomarán los datos para la presentación de los resultados a la hora de socializar el plan de proyecto de práctica, el cual, en caso de yo necesitar aclarar cualquier inquietud o ampliar la información del estudio, podrá resolvérmela. Todo esto está contemplado en el marco de la resolución 8430 del Ministerio de Salud y de la Ley 1090 que reglamenta la profesión de psicología, dicta el código deontológico y bioético y que contempla otras disposiciones.

FIRMA _____

Estrés percibido en madres solteras cabeza de hogar

CONSENTIMIENTO INFORMADO DE LAS MADRES CABEZA DE HOGAR DEL BARRIO DIVINO NIÑO

NOMBRE	FIRMA	1
Ambar Hernández	Ambar Hernández	2
ELIANA M.		2
ELENIS ANGLIS	ELENIS ANGLIS	3
MARIZA VERGARA		4
LUCIA VERGARA		4
VERONICA PEREZ		5
EDITH GUILERMO	076.072.062	5
CAROLINA CUETO	37.235.065	
MARIA JOSE		
MARIA FERNANDA		
SOL MARIA		
ADRIANA PEREAS	ADRIANA PEREAS	
YOLIMA OLIVELLA	26.576.576	
ELIZABETH USTANGUR		
SERMIAN CONTRERAS		
AIDAN CONTRERAS		
LUCIA CASTRO	LUCIA CASTRO	

Apéndice B. Caracterización sociodemográfica

CARACTERIZACION SOCIODEMOGRAFICA DE LAS MADRES CABEZA DE HOGAR DEL BARRIO DIVINO NIÑO

NOMBRE	EDAD	OCCUPACION	ESTADO DE VIVIENDA	NUMER DE HIJOS	TELEFONO	1
Ambar Hernández	21	Cocinera	Propiedad	1	3196124571	
ELIANA M.	20	Cocinera	Arriendo	2	3182732940	
ELENIS ANGLIS	24	Barrendera	Arriendo	1	3249651075	
MARIZA VERGARA	19	AMA DE CASA	Arriendo	1	3187293280	
LUCIA VERGARA	22	AMA DE CASA	Familiar	1	3245708254	
VERONICA PEREZ	29	AMA DE CASA	Familiar	3	3245800085	
EDITH GUILERMO	33	AMA DE CASA	Arriendo	3	324278046	
CAROLINA CUETO	28	AMA DE CASA	Arriendo	2	3012777700	
MARIA JOSE	27	Cocinera	Familiar	3	327202331	
MARIA FERNANDA	28	Cocinera	Familiar	2	301242940	
SOL MARIA	30	AMA DE CASA	Familiar	3	320105075	
ADRIANA PEREAS	35	AMA DE CASA	Propia	7	3186021000	
YOLIMA OLIVELLA	36	AMA DE CASA	Arriendo	2	324968075	
ELIZABETH USTANGUR	23	AMA DE CASA	Arriendo	2	315569900	
SERMIAN CONTRERAS	40	AMA DE CASA	Arriendo	5	32732575	
AIDAN CONTRERAS	39	AMA DE CASA	Arriendo	5	318757345	
LUCIA CASTRO	27	MOTO TAXI	Arriendo	3	324000305	
LUCIA MARIA	29	Cocinera	Arriendo	3	328167450	
SOLIA VERGARA	30	AMA DE CASA	Arriendo	3	318465030	
GLORIA OLIVE	27	AMA DE CASA	Familiar	3	3152791030	
STEFANY LOUVE	26	AMA DE CASA	Familiar	2	3245726050	

*Estrés percibido en madres solteras cabeza de hogar***Apéndice C. Escala de Estrés Percibido (EEP)**

	Nunca	Casi nunca	De vez en cuando	A menudo	Muy a menudo
En el último mes, ¿con qué frecuencia ha estado afectado por algo que ha ocurrido inesperadamente?	0	1	2	3	4
En el último mes, ¿con qué frecuencia se ha sentido incapaz de controlar las cosas importantes en su vida?	0	1	2	3	4
En el último mes, ¿con qué frecuencia se ha sentido nervioso o estresado?	0	1	2	3	4
En el último mes, ¿con qué frecuencia ha manejado con éxito los pequeños problemas irritantes de la vida?	0	1	2	3	4
En el último mes, ¿con qué frecuencia ha sentido que ha afrontado efectivamente los cambios importantes que han estado ocurriendo en su vida?	0	1	2	3	4
En el último mes, ¿con qué frecuencia ha estado seguro sobre su capacidad para manejar sus problemas personales?	0	1	2	3	4
En el último mes, ¿con qué frecuencia ha sentido que las cosas le van bien?	0	1	2	3	4
En el último mes, ¿con qué frecuencia ha sentido que no podía afrontar todas las cosas que tenía que hacer?	0	1	2	3	4
En el último mes, ¿con qué frecuencia ha podido controlar las dificultades de su vida?	0	1	2	3	4
En el último mes, ¿con qué frecuencia se ha sentido que tenía todo bajo control?	0	1	2	3	4
En el último mes, ¿con qué frecuencia ha estado enfadado porque las cosas que le han ocurrido estaban fuera de su control?	0	1	2	3	4
En el último mes, ¿con qué frecuencia ha pensado sobre las cosas que le quedan por hacer?	0	1	2	3	4
En el último mes, ¿con qué frecuencia ha podido controlar la forma de pasar el tiempo?	0	1	2	3	4
En el último mes, ¿con qué frecuencia ha sentido que las dificultades se acumulan tanto que no puede superarlas?	0	1	2	3	4

Estrés percibido en madres solteras cabeza de hogar

Apéndice D. Registro fotográfico

