

Estrés, malestar psicológico, bienestar psicológico y satisfacción con la vida según modalidades de trabajo en madres de familia

Stress, psychological distress, psychological well-being and life satisfaction according to work modalities in mothers of families

Estresse, mal-estar psicológico, bem-estar psicológico e satisfação com a vida segundo as modalidades de trabalho nas mães de família

Mariela Isabel Valle Pico¹, ORCID 0000-0001-6891-4253
Aitor Larzabal Fernández², ORCID 0000-0001-6756-5768

¹ Pontificia Universidad Católica del Ecuador Sede Ambato, Ecuador

² Pontificia Universidad Católica del Ecuador Sede Ambato, Ecuador

Resumen

La investigación tuvo como propósito comparar estrés, malestar psicológico, bienestar psicológico y satisfacción con la vida según las modalidades de trabajo en madres de familia. Se realizó un estudio descriptivo y comparativo, con diseño no experimental, enfoque cuantitativo y de corte transversal. Las participantes fueron 436 madres ecuatorianas, divididas en tres grupos: trabajo presencial, teletrabajo y trabajo no remunerado. El análisis estadístico ANOVA indicó diferencias significativas en las variables de malestar psicológico ($F = 4.67$; $p < .01$), bienestar psicológico ($F = 7.64$; $p < .001$) y satisfacción con la vida ($F = 8.69$; $p < .001$), siendo el grupo de trabajo no remunerado el que muestra mayores niveles de malestar psicológico y menores niveles en bienestar y satisfacción, y el teletrabajo con mejores puntuaciones en bienestar y satisfacción y bajos niveles en malestar psicológico. Se encontró en el estrés diferencias entre los grupos ($F = 5.13$; $p = .02$) al analizarlo con la covariable seguimiento educativo a través del ANCOVA. El grupo de trabajo no remunerado presentó niveles más altos en estrés al aumentar las horas de seguimiento educativo. Se concluye que la modalidad de trabajo está relacionada con el malestar psicológico, bienestar psicológico y satisfacción con la vida. Los niveles de estrés varían en función de la modalidad y aumentan cuando se destina más horas de seguimiento educativo.

Palabras clave: estrés; malestar psicológico; bienestar psicológico; satisfacción con la vida; modalidades de trabajo

Abstract

The purpose of the research was to compare stress, psychological distress, psychological well-being, and life satisfaction according to work patterns in mothers. A descriptive and comparative study was carried out, with a non-experimental design, quantitative and cross-sectional approach. The participants were 436 Ecuadorian mothers, divided into three groups: face-to-face work, telework, and unpaid work. The ANOVA statistical analysis indicated significant differences in the variables of psychological distress ($F = 4.67$; $p < .01$), psychological well-being ($F = 7.64$; $p < .001$), and life satisfaction ($F = 8.69$; $p < .001$), with unpaid work group showing higher levels of psychological distress and lower levels of well-



being and satisfaction, and teleworking with better scores in well-being and satisfaction and low levels of psychological distress. Differences in stress were found between the groups ($F = 5.13$; $p = .02$) when the covariate educational follow-up through ANCOVA is analyzed. The unpaid work group presented higher levels of stress as the hours of educational follow-up increased. It is concluded that work mode is related to psychological distress, psychological well-being, and life satisfaction. Stress levels increase as a function of modality and when more hours of educational follow-up are allocated.

Keywords: stress; psychological distress; psychological well-being; life satisfaction; work modality

Resumo

O objetivo desta pesquisa foi comparar o estresse, o mal-estar psicológico, o bem-estar psicológico e a satisfação com a vida segundo as modalidades de trabalho das mães de família. Foi realizado um estudo descritivo e comparativo, com um desenho não-experimental, enfoque quantitativo e corte transversal. As participantes foram 436 mães equatorianas, divididas em três grupos: trabalho presencial, teletrabalho e trabalho não remunerado. A análise estatística da ANOVA indicou diferenças significativas nas variáveis de mal-estar psicológico ($F = 4,67$; $p < 0,01$), bem-estar psicológico ($F = 7,64$; $p < 0,001$) e satisfação com a vida ($F = 8.69$; $p < 0,001$), sendo o grupo de trabalho não remunerado o que apresenta níveis mais altos de mal-estar psicológico e níveis mais baixos de bem-estar e satisfação com a vida; e o de teletrabalho com os melhores resultados em bem-estar e satisfação e baixos níveis de mal-estar psicológico. Foram encontradas diferenças de estresse entre os grupos ($F = 5,13$; $p = 0,02$) quando analisados com a covariável de acompanhamento educacional através da ANCOVA. O grupo de trabalho não remunerado apresentou níveis mais altos de estresse à medida que as horas de acompanhamento educacional aumentavam. Conclui-se que a modalidade de trabalho está relacionada ao mal-estar psicológico, ao bem-estar psicológico e à satisfação com a vida. Os níveis de estresse variam em função da modalidade e aumentam quando se destinam mais horas de acompanhamento educacional.

Palavras-chave: estresse; mal-estar psicológico; bem-estar psicológico; satisfação com a vida; modalidades de trabalho

Recibido: 20/01/2022

Aceptado: 15/10/2022

Correspondencia: Mariela Isabel Valle Pico, Pontificia Universidad Católica del Ecuador Sede Ambato, Ecuador, E-mail: isavallepico@gmail.com

A partir de marzo de 2020, el coronavirus ha afectado a la salud a nivel global; la patología viral ocasionó muertes y alto nivel de contagio (Vázquez et al., 2020). Para frenar la propagación del virus, el gobierno ecuatoriano decretó el estado de excepción por calamidad pública y determinó medidas emergentes: cierre de escuelas y suspensión total de la jornada presencial, implementando el trabajo a distancia, a través del Decreto ejecutivo N.º 1017-2020 (Corte Constitucional del Ecuador, 2020). Sin embargo, también hubo reducción de horas laborables para evitar el despido masivo de empleados (Möhrling et al., 2020) y, en otros casos, la pérdida de ingresos, tanto de madres como de padres de familia, producto de problemas económico-financieros que atravesaron las empresas (Llanes & Pacheco, 2021).

Durante esta crisis, algunas madres se retiraron del mercado laboral para destinar su tiempo y atención a las tareas domésticas, apoyo en la educación virtual, cuidado de los hijos, adultos mayores y familiares con COVID-19 (Esteves, 2020; Gordon, 2021; Manrique & De Jesús, 2020).

Las condiciones laborales parecen desempeñar un papel crucial en el ajuste psicológico de la familia. Los resultados de varias investigaciones permiten pensar que se han dado dificultades psicológicas en las personas que modificaron su trabajo; en el trabajo no remunerado se registra mayor angustia psicológica y en el teletrabajo mayor desgaste de energía mental producto de la carga de actividades (Cusinato et al., 2020; Martiny et al., 2021; Xue & McMunn, 2021). En Ecuador, el 76.8 % de horas de trabajo no remunerado son ejecutadas por mujeres, quienes dedican un promedio de 31 horas a la semana a dichas actividades (Instituto Nacional de Estadística y Censos [INEC], 2020).

Moscardino et al. (2021) mencionan que la suma de los eventos en los padres puede ser predictor significativo de estrés parental, pero al aumentar su autoeficacia y funcionamiento familiar saludable se reduce de forma considerable la sintomatología. Según la teoría transaccional, el estrés percibido corresponde a la interacción entre la persona y el entorno, es decir, es un proceso de doble vía: el ambiente produce factores estresantes y el individuo emite respuestas frente a los estresores (Lazarus & Folkman, 1986). Por tanto, el estrés percibido es producto de la interpretación amenazante de la persona frente a una situación (Lazarus & Folkman, 1984).

Es posible que las madres sean las que asumen varios roles dentro del entorno familiar, pero a causa de la COVID-19 se puede hablar de una triple presencia: madre, trabajadora y facilitadora del aprendizaje a partir de la educación virtual. En este sentido, cabe destacar los estudios de Calarco et al. (2020) y Möhring et al. (2020) quienes encuentran que las madres de familia están experimentando ansiedad, estrés y frustración por el aumento de horas destinadas al cuidado de los hijos, el cierre de guarderías y escuelas, educación virtual, encierro y conciliación laboral-familiar. Lyttelton et al. (2020) señalan que las madres en modalidad de teletrabajo refieren aumento de ansiedad, soledad e incluso síntomas depresivos. Además, el incremento de casos de violencia intrafamiliar genera síntomas de miedo, temor y angustia (Herrera et al., 2021).

Por su parte, Mayorga y Llerena (2021) exponen que las madres de familia a partir del SARS-CoV-2 sumaron, al rol de ama de casa y cuidadora de los hijos, el papel de docente, asesora, acompañante de clase, representante legal y apoyo en el cumplimiento de tareas. Este hecho parece haber generado sentimientos variados, algunas de ellas se ven más conectadas con el acompañamiento escolar de los hijos y otras como una carga adicional a la doble presencia.

Las medidas optadas para combatir la pandemia aumentan el riesgo de padecer depresión materna y ansiedad significativa en madres de familia con hijos de 0 a 8 años (Cameron et al., 2020). No obstante, existen mujeres que ven al aumento del cuidado de los hijos como una fuente de energía, bienestar y satisfacción frente a la reducción de horas de trabajo (Calarco et al., 2020; Möhring et al., 2020).

De Clercq y Brieger (2021) señalan que la autonomía económica y laboral en las mujeres posiblemente aumente la satisfacción con su vida, al equilibrar las necesidades de trabajar y aspectos de su propia vida.

El estudio del bienestar parte de dos posturas: hedónica y eudaimónica. La primera, denominada bienestar subjetivo, se asocia con el placer-displacer, ausencia de conflictos y experiencias positivas, compuesto de un factor cognitivo y emocional (Arias & García, 2018;

Gaxiola & Palomar, 2016). La satisfacción con la vida refiere a la valoración cognitiva de la vida y depende de la percepción frente a los intereses, expectativas y entorno cultural (Diener et al., 1995; Padros et al., 2015). Por otra parte, la postura eudaimónica se relaciona con el potencial humano y crecimiento personal, definido como bienestar psicológico (Mayordomo et al., 2016; Moreta et al., 2017).

El modelo teórico más aceptado del bienestar psicológico es el multidimensional de Carol Ryff, haciendo referencia al esfuerzo por el perfeccionamiento y la realización del máximo potencial humano, compuesto de seis dimensiones: autoaceptación, relaciones positivas, autonomía, dominio del entorno, crecimiento personal y propósito en la vida (Moreta et al., 2017; Ryff & Keyes, 1995).

Por otra parte, el malestar psicológico es un conjunto de reacciones psíquicas, manifestaciones emocionales y conductuales que se caracterizan por su curso breve, rápida evolución y buen pronóstico, entre los síntomas que se evidencia son ansiedad y depresión, siendo una respuesta secundaria a eventos estresantes (Espíndola et al., 2006).

A partir de lo expuesto, la pandemia por COVID-19 puede generar alteraciones en la salud mental de las madres de familia debido al cambio de rutinas familiares con respecto a las modalidades de trabajo, educación virtual, disminución del apoyo de familiares para el cuidado de los niños, el aislamiento y distanciamiento social. Es posible la presencia de altos niveles de estrés, sumado a síntomas ansiosos y depresivos, relacionados con el malestar psicológico.

El objetivo de este trabajo entonces es el de comparar las variables de estrés, malestar psicológico, bienestar psicológico y satisfacción con la vida según las modalidades de trabajo presencial, teletrabajo y trabajo no remunerado.

Materiales y Método

Diseño

Estudio no experimental, cuantitativo, de corte transversal, análisis descriptivo y comparativo entre modalidades de trabajo (trabajo presencial, teletrabajo, trabajo no remunerado).

Participantes

Participaron 436 madres de familia ecuatorianas con distintas modalidades de trabajo, cuyos hijos se encuentran en educación virtual. Para su selección se empleó un muestreo no probabilístico bola de nieve con los siguientes criterios de inclusión: 1) aceptación del consentimiento informado, 2) ser madre de familia, 3) tener hijos en educación virtual, y 4) hijos con escolaridad de Inicial I a 3.º de Bachillerato.

La edad de las participantes varía entre 18 y 56 años, con una media de 38.05 y una desviación estándar de 7.59. Predomina el estado civil casada en un 61.2 %. El número promedio de hijos(as) es de 2.29. La escolaridad de los hijos va desde Inicial I hasta 3.º de Bachillerato con predominancia en: 3.º de Bachillerato ($f = 71$), 7.º de Básica ($f = 69$), 6.º de Básica ($f = 66$), 8.º de Básica ($f = 61$), (1.º de Bachillerato ($f = 55$) y 10.º ($f = 55$)). En cuanto a las modalidades de trabajo hay una predominancia de 56.4 % en trabajo presencial, 16.5 % en teletrabajo y 27.1 % en trabajo no remunerado. Son las madres de familia quienes asumen mayoritariamente las tareas vinculadas al cuidado de los hijos en un 77.5 % y del hogar en un 81.9 %. El seguimiento educativo de los hijos oscila entre 1 a 2 horas diarias en un 36.2 %. El 73.9 % de las participantes dicen apoyar a sus hijos en las actividades escolares.

Instrumentos

Ficha sociodemográfica: Se levantó información en relación con la edad, estado civil, modalidad de trabajo (presencial, teletrabajo, trabajo no remunerado). Se preguntó a las madres de familia cuál era su tipo de trabajo en ese momento, entendiendo que el trabajo presencial es remunerado y realizado en el lugar establecido por la institución (Camacho, 2021), el teletrabajo tiene remuneración sin necesitar la presencia física del trabajador (Isch, 2020), y el trabajo no remunerado corresponde a las actividades dentro o fuera del hogar sin la presencia de una remuneración a cambio, como el caso del trabajo doméstico no remunerado (Castillo, 2015). Se indagó el número de hijos, escolaridad de cada hijo, cuidado de los hijos, quién realiza las actividades del hogar, horas dedicadas al seguimiento educativo, es decir el apoyo en las clases virtuales y tareas escolares, así como el envío y recepción de tareas, y quién apoya al trabajo educativo.

Escala de Estrés Percibido de Cohen (PSS-4) (Cohen et al., 1983; Cohen & Williamson, 1988): Se usó la versión adaptada de Herrero y Meneses (2006) de 4 ítems de escala Likert de 4 opciones de respuesta (0: *nunca* – 4: *siempre*). La confiabilidad alfa de Cronbach de la escala es de .74 (Ruisoto et al., 2020). En esta investigación, para determinar la confiabilidad se empleó el análisis Dos Mitades de Guttman, que pondera la correlación que existe entre la puntuación obtenida de la primera y segunda mitad de los ítems del instrumento para determinar la consistente interna (Kerlinger & Lee, 2002). Se obtuvo una correlación de .526 para percepción de estrés y .565, para afrontamiento de estrés.

Escala de Malestar Psicológico de Kessler (K10) (Kessler & Mroczek, 1994): Se utilizó la versión adaptada a la población ecuatoriana que consta de 10 ítems con una escala Likert de 5 niveles (1: *nunca* – 5: *siempre*); posee una adecuada consistencia interna, $\alpha = .90$ (Larzabal et al., 2020).

Escala de Bienestar Psicológico de Ryff (Ryff & Keyes, 1995). Adaptada al español, en versión de 29 ítems (Díaz et al., 2006) con 6 opciones de respuesta (1: *totalmente en desacuerdo* – 6: *totalmente de acuerdo*). El instrumento está compuesto de 6 dimensiones: autoaceptación, relaciones positivas, autonomía, dominio del entorno, propósito de vida y crecimiento personal. Tiene una consistencia interna de $\alpha = .90$ (Moreta et al., 2017). La consistencia interna en el presente estudio es de .89.

Escala de Satisfacción con la Vida de Diener (SWLS) (Diener et al., 1995, versión en español de Vázquez et al., 2013): Se tomó como referencia la versión adaptada a la población ecuatoriana, compuesta de 5 ítems con una escala Likert de 7 niveles (1: *totalmente en desacuerdo* – 7: *totalmente de acuerdo*), que posee un alfa de Cronbach de .81 (Arias & García, 2018).

Procedimiento

La aplicación de las escalas se realizó en el mes de mayo de 2021. Se creó un cuestionario en Google Forms, cuyo link se envió a los contactos de los investigadores mediante correos electrónicos y redes sociales. Estos, a su vez, reenviaron dichos enlaces solicitando participación. Una vez registradas las respuestas, se tabularon automáticamente en hojas de cálculo, obteniendo 439 observaciones. Al depurar aquellas consideradas inconclusas o incongruentes se redujo a 436.

El presente proyecto fue revisado y aprobado por una comisión de la unidad de posgrados de la institución de afiliación. Las participantes accedieron libre y voluntariamente a formar parte de la investigación, previa aceptación del consentimiento informado. Se les indicó, además, que los datos eran únicamente para fines académicos.

Análisis Estadístico

El análisis de datos se realizó mediante el programa estadístico SPSS en su versión 20. Se inicia con un análisis descriptivo de las escalas evaluadas. El procedimiento estadístico empleado para la comparación de medias de las escalas de estrés percibido, malestar psicológico, bienestar psicológico y satisfacción con la vida fue ANOVA, dado que se cumplen los supuestos de normalidad y homocedasticidad de varianzas a través de la prueba de Levene. Además, se empleó ANCOVA para encontrar diferencias de las variables antes mencionadas con la covariable seguimiento educativo. Se realizaron los grupos en función de la modalidad de trabajo: trabajo presencial, teletrabajo y trabajo no remunerado.

Resultados

Análisis comparativo según las modalidades de trabajo

En esta sección se presenta el análisis descriptivo de las puntuaciones directas de las variables estrés, malestar psicológico, bienestar psicológico y satisfacción con la vida, además del estudio comparativo mediante un análisis de varianza (ANOVA) de una vía en función de la modalidad de trabajo (ver Tabla 1).

Tabla 1

Análisis comparativo de las puntuaciones directas PSS-4, K10, BP de Ryff y SWLS según la modalidad de trabajo

		Modalidad de trabajo						
		Trabajo presencial (n = 246)		Teletrabajo (n = 72)		Trabajo no remunerado (n = 118)		
Variables	F	M	DE	M	DE	M	DE	Grupos
Estrés percibido	0.427	7.86	2.03	7.69	1.86	7.97	1.89	TP, TT, TNR
Malestar psicológico	4.67*	22.91	6.36	21.36	6.13	24.29	6.81	TT < TP, TNR
Bienestar psicológico	7.64**	131.03	19.37	139	20.59	127.68	19.21	TNR, TP < TT
Satisfacción con la vida	8.69**	26.64	5.65	27.63	5.82	24.41	5.95	TNR, TP < TT

Nota. 436 observaciones. * $p < .05$; ** $p < .01$. TP: trabajo presencial; TT: teletrabajo; TNR: trabajo no remunerado

No se encontraron diferencias estadísticamente significativas en el estrés total. Sin embargo, en la escala de malestar psicológico, el estadístico ANOVA indicó diferencia entre las modalidades de trabajo. Las pruebas *post hoc* basadas en Gabriel mostraron dos subconjuntos homogéneos formados (teletrabajo; presencial y trabajo no remunerado). El grupo de teletrabajo presentó niveles más bajos de malestar psicológico en relación con los grupos de trabajo presencial y trabajo no remunerado, este último mostró mayores puntuaciones en esta escala. Por último, se observó la presencia de diferencias en la escala satisfacción con la vida. Las pruebas *post hoc* basadas en Gabriel indicaron dos subconjuntos homogéneos entre las modalidades de trabajo, por un lado, trabajo no remunerado y

presencial y por otro lado el teletrabajo con niveles más altos en dicha escala. En la Tabla 2 se presenta el análisis comparativo de los factores de la escala de estrés percibido en función de la modalidad de trabajo.

Tabla 2

Análisis comparativo de los factores de la escala de estrés percibido según la modalidad de trabajo

Factores estrés percibido	F	Modalidad de trabajo						Grupos
		Trabajo presencial (n = 246)		Teletrabajo (n = 72)		Trabajo no remunerado (n = 118)		
		M	DE	M	DE	M	DE	
Percepción de estrés	0.863	3.89	1.18	3.90	1.13	4.05	1.20	TP, TT, TNR
Afrontamiento de estrés	0.437	6.03	1.47	6.20	1.16	6.09	1.43	TP, TT, TNR

Nota. 436 observaciones. * $p < .05$; ** $p < .01$. TP: trabajo presencial; TT: teletrabajo; TNR: trabajo no remunerado

Se encontró que no existen diferencias estadísticamente significativas en los factores de percepción de estrés y afrontamiento de estrés según las modalidades de trabajo. No obstante, en el análisis de las dimensiones de bienestar psicológico se encontró discrepancias entre los grupos de estudio (ver Tabla 3).

Tabla 3

Análisis comparativo de las dimensiones de la escala de bienestar psicológico según la modalidad de trabajo

Dimensiones	F	Modalidad de trabajo						Grupos
		Trabajo presencial (n = 246)		Teletrabajo (n = 72)		Trabajo no remunerado (n = 118)		
		M	DE	M	DE	M	DE	
Autoaceptación	1.86	19.38	6.36	19.97	6.81	18.94	6.13	TP, TT, TNR
Relaciones positivas	15.10**	19.84	4.69	22.08	4.62	18.31	4.35	TT > TP, TNR
Autonomía	3.83*	26.09	5.13	27.76	5.07	25.77	4.95	TNR, TP < TT
Dominio del entorno	7.14**	22.62	5.13	24.29	5.07	21.97	4.95	TNR, TP < TT
Crecimiento personal	4.51*	19.15	3.19	20.15	3.84	18.67	3.22	TT > TP, TNR
Propósito en la vida	0.76	23.93	5.06	24.74	4.98	24.00	3.19	TP, TT, TNR

Nota. 436 observaciones. * $p < .05$; ** $p < .01$. TP: trabajo presencial; TT: teletrabajo; TNR: trabajo no remunerado

Se observó que en las dimensiones de autoaceptación y propósito en la vida no se encontraron diferencias estadísticamente significativas entre las modalidades de trabajo. Sin embargo, en la dimensión relaciones positivas se evidenció diferencias en cuanto a las medias entre los grupos de modalidad de trabajo. Las pruebas *post hoc* basadas en Gabriel indicaron que el grupo de trabajo no remunerado presentó menores niveles en comparación de los otros dos grupos. El grupo de teletrabajo reportó mayores relaciones positivas. Sobre la autonomía, el ANOVA mostró diferencias estadísticamente significativas, el grupo de trabajo no remunerado presentó niveles más bajos a diferencia del presencial y teletrabajo.

En la dimensión de dominio del entorno, el estadístico ANOVA indicó diferencias significativas entre los grupos de modalidad de trabajo. Se encontró que el grupo de trabajo no remunerado tuvo una media menor que el presencial y teletrabajo. En cuanto al crecimiento personal, existieron diferencias entre los grupos. De nuevo el trabajo no remunerado mostró puntuaciones inferiores en relación con el trabajo presencial y teletrabajo, este último obtuvo mejores puntuaciones en dicha dimensión.

Análisis comparativo entre modalidades de trabajo y la covariable seguimiento educativo

Para analizar si el seguimiento educativo (horas destinadas al apoyo en actividades escolares) actuó como covariable se realizó un análisis de covarianza (ANCOVA) en función de la modalidad de trabajo. Para ello se analizaron los supuestos y se encontró homogeneidad de las pendientes de regresión entre la covariable (seguimiento) y el malestar psicológico, percepción de estrés, afrontamiento de estrés, estrés total, bienestar psicológico y satisfacción con la vida. Se revisaron las pendientes de regresión y se observó que tienen la misma dirección cuyos valores son muy similares. Por otra parte, se revisó el supuesto de multicolinealidad y se encontró que las relaciones son menores que $r = .7$, como se puede ver en la Tabla 4.

Tabla 4

Supuesto de multicolinealidad de las escalas de PSS-4, K10, BP de Ryff y SWLS con la covariable seguimiento educativo

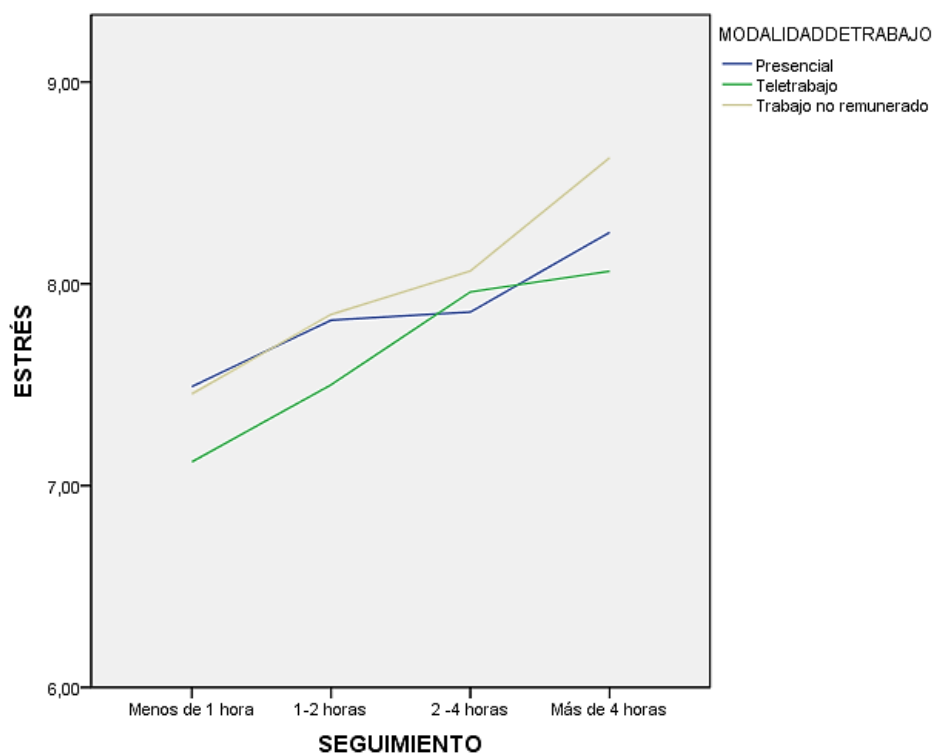
Covariable	Percepción estrés	Afrontamiento estrés	Estrés total	Malestar psicológico	Bienestar psicológico	Satisfacción con la vida
Seguimiento	-0.100*	0.063	-0.105*	0.03	0.024	0.053

Nota: * $p < .05$

El ANCOVA indicó que, en el caso del malestar psicológico, bienestar psicológico, satisfacción con la vida y afrontamiento de estrés, el seguimiento no actúa como covariable. En cambio, en la Figura 1 se puede observar cómo el seguimiento actuó como covariable en la percepción de estrés ($F = 4.92$; $p = .02$) y el estrés total ($F = 5.13$; $p = .02$).

Figura 1

Distribución de las medias obtenidas de la Escala Estrés Percibido en función de las modalidades de trabajo y la covariable seguimiento educativo



Se observó que mientras aumentan las horas de seguimiento educativo, los niveles de estrés también ascienden. El grupo de trabajo no remunerado puntuó más alto en estrés cuando destina más de 4 horas diarias a esta actividad. En cambio, al dedicar menos de 1 hora a esta función, el estrés disminuye siendo el grupo de teletrabajo el de menores puntuaciones.

Discusión

La pandemia es un fenómeno que ha generado cambios en las rutinas familiares (Cusinato et al., 2020), especialmente de las madres; los hijos debieron pasar a una educación virtual, sumada a la modificación de modalidades de trabajo. Numerosos estudios indican alteraciones en la salud mental de las madres, que presentan estrés, atribuido a la triple presencia (madre-trabajadora y docente), puesto que el 77.5 % de las madres son quienes están a cargo del cuidado de los hijos, del hogar en un 81.9 % y del rol docente o apoyo en actividades escolares el 73.9 % de las participantes.

Un número creciente de investigaciones analizan el impacto y los efectos negativos de la COVID-19, de manera especial en las madres de familia. Sin embargo, algunos de ellos son cualitativos, exploratorios, descriptivos, dejando de lado el análisis comparativo entre distintas modalidades de trabajo.

Los resultados muestran que las tres modalidades de trabajo (presencial, teletrabajo y trabajo no remunerado) presentan similitudes en los factores percepción de estrés y afrontamiento de estrés (Tabla 2) y en el nivel total de estrés (Tabla 1). Una explicación

tentativa es que las participantes en general están expuestas a factores estresantes similares. Tchimtchoua (2020) señala que las madres han enfrentado cambios repentinos de rutinas e interacción social. Son ellas quienes compaginan el cuidado de los niños, el estar en casa, sus responsabilidades, preocupaciones laborales, financieras y salud.

Por otra parte, los valores muestran diferencias estadísticamente significativas en la escala de malestar psicológico (Tabla 1), con énfasis en el grupo de trabajo no remunerado. Los ingresos económicos bajos o ausentes producen mayores niveles de malestar psicológico (Capaquira et al., 2020).

Hibel et al. (2021) manifiestan que los recortes económicos pueden estar vinculados con síntomas ansiosos y depresivos, que se intensifican por la preocupación de contraer el virus durante el trabajo y que podrían asociarse con el malestar de las madres en modalidad presencial. Estos factores permiten pensar que las madres en teletrabajo con menor malestar psicológico cuentan con una estabilidad laboral y económica, y disminución del riesgo de contagio, abonado por la posibilidad de estar cerca de sus hijos y generar vínculos afectivos.

Lo anterior condice con los resultados de la escala total del bienestar psicológico (Tabla 1), donde las madres en trabajo no remunerado tienen puntuaciones menores en relación con el trabajo presencial y teletrabajo. Goldberg et al. (2021) mencionan que hay mejores niveles de bienestar en los casos de trabajo remunerado, posiblemente por una igualdad de condiciones, ambos padres con ingreso económico, sumado al compartir las tareas del hogar y cuidado de los niños, lo que muestra corresponsabilidad parental. A diferencia del trabajo no remunerado, que por las dificultades económicas se ven afectados su seguridad propia, protección y bienestar psicológico, lo que genera angustia (Hibel et al., 2021).

Sin embargo, el estudio de Calarco et al. (2020) revela que las madres con horas de cuidado de niños ininterrumpidas, con presiones menos intensas y hasta pérdidas de empleo, presentan mayor energía y bienestar. A diferencia de las madres que compaginan su trabajo intensivo, acompañado de presiones parentales intensas, aumentando el impacto negativo, generado por la crianza y búsqueda de su bienestar.

Es oportuno realizar un análisis de las dimensiones de la escala de bienestar psicológico. No se evidencia diferencias estadísticamente significativas en autoaceptación, probablemente porque cuentan con más experiencia en la crianza de los hijos ($M = 2.29$); con una media de edad de 38 años aproximadamente, donde se asume una condición de madurez y, por lo tanto, un mayor conocimiento y aceptación sobre sí mismas.

En la dimensión de relaciones positivas se observan diferencias, siendo las madres en trabajo no remunerado las que muestran menores niveles, lo que podría deberse al hecho de estar la mayor parte del tiempo en casa, lo que hace que sus relaciones sociales se vean afectadas o disminuidas (Janssen et al., 2020).

También se hallan diferencias estadísticas en el dominio del entorno, siendo las madres en trabajo no remunerado quienes evidencian niveles más bajos en relación al trabajo presencial y el teletrabajo. El primer grupo no cuenta con contextos de interacción formal, como el laboral, lo que dificulta su capacidad para influir en su entorno y ajustarlo a sus necesidades, y se genera una especie de autoaislamiento nocivo.

Asimismo, en la dimensión autonomía hay diferencias significativas, con niveles bajos para las madres de trabajo no remunerado, seguido del trabajo presencial, y con niveles altos para las madres en teletrabajo, pues al no contar con ingresos propios se limita su voluntad de tomar decisiones y alcanzar la independencia, dado que tienen que estar supeditadas a los ingresos de su pareja o de algún familiar.

En el crecimiento personal se evidencian diferencias: el grupo trabajo no remunerado muestra niveles más bajos en relación con las otras modalidades. Medina y Fernández (2021) señalan que las mujeres con mayor dedicación a actividades no remuneradas limitan el tiempo a generar ingresos propios y restringen sus posibilidades de crecimiento personal y tiempo destinado a sí mismas.

Una de las explicaciones tentativas para los resultados encontrados en relación con la dimensión de propósito en la vida es que la realización existencial no se limita al campo laboral, sino a la plenitud de ser madre y formar un hogar, donde los indicadores económicos resultan insuficientes frente a la grandeza de la maternidad a pesar de las cargas y renunciaciones que comportan.

Los datos de la escala de satisfacción con la vida indican bajos niveles en el grupo de trabajo no remunerado a diferencia de los demás, posiblemente por la pérdida de trabajo o dependencia económica. Varias investigaciones señalan que personas que experimentan dificultades económicas presentan menor satisfacción con la vida (Conger et al., 2010; Kornrich & Eger, 2016; Möhring et al., 2020).

Se consideró oportuno realizar un análisis con la covariable seguimiento educativo, dada la educación virtual y la posible adición de un nuevo rol en las madres de familia, de facilitadoras del aprendizaje. Se identifican diferencias entre los grupos a nivel de percepción del estrés y estrés total, a causa del aumento de estresores y la compaginación de distintos roles a desempeñar (Moscardino et al., 2021).

Por lo tanto, la hipótesis planteada se acepta, al encontrarse diferencias estadísticamente significativas en las variables estrés, malestar psicológico, bienestar psicológico y satisfacción con la vida. En la variable estrés se encuentran diferencias en el análisis con la covariable seguimiento educativo. Sin embargo, resulta complejo comparar con otros estudios debido a la información limitada sobre las modalidades de trabajo y las variables de estudio.

Si bien el estudio cuenta con una muestra amplia, también es necesario señalar una serie de limitaciones. En primer lugar, no se ha incluido si algún familiar o la participante presentaron COVID-19, lo que puede estar afectando su calidad de vida y salud mental. En segundo lugar, no se indagó el nivel de escolaridad de las madres dado que podría estar influenciando en el seguimiento educativo, ocasionando niveles de estrés, al no contar con las herramientas o conocimientos de las asignaturas impartidas, así como tampoco el nivel socioeconómico. La investigación de Razeto (2016) muestra estudios en los que las familias con bajos recursos tienen menos capacidad para vincularse con la escuela y el seguimiento educativo de sus hijos. En tercer lugar, en futuros estudios se podría tomar en cuenta la presencia de hijos con discapacidad o alguna patología. De acuerdo a Ohlbrecht y Jellen (2021) el estrés de los padres de hijos con TEA y su bienestar emocional se vieron afectados desfavorablemente durante la pandemia al intensificarse la sintomatología, producto de las medidas optadas por el Gobierno para hacer frente a la COVID-19. También sería importante realizar comparaciones entre padres y madres de familia.

Conclusiones

Los resultados de esta investigación han mostrado diferencias estadísticamente significativas entre las modalidades de trabajo, siendo las madres con trabajo no remunerado las que informan mayores niveles de malestar psicológico y puntuaciones bajas en bienestar psicológico y satisfacción con la vida en relación con los otros grupos, y las madres en

teletrabajo las que presentan mejor estabilidad emocional. En cuanto al estrés se encontraron diferencias al ser analizado este con la covariable seguimiento educativo en percepción de estrés y estrés total.

Se concluye que la modalidad de trabajo está relacionada con el bienestar psicológico, malestar psicológico y satisfacción de las madres que tienen niños estudiando, pero no en el estrés. No obstante, cuando se incluye la covariable del seguimiento (horas de seguimiento que se le hace al niño de las clases) con la modalidad de trabajo, sí genera diferencias estadísticamente significativas en el estrés y percepción de estrés (pero no en el afrontamiento, la capacidad de afrontar es independiente al sentimiento del estrés), es decir, el seguimiento educativo no “genera” bienestar, malestar ni satisfacción, pero sí estrés.

De alguna manera, cualquier modalidad de trabajo, sumada a la tarea de seguimiento educativo, genera estrés, pero no “afecta” al malestar, bienestar, ni satisfacción; podría suponerse que a las madres no les afecta para el bienestar o malestar ayudar a los niños en lo académico además de su propio trabajo, pero sí les genera estrés, siendo las del grupo de trabajo no remunerado las que refieren niveles mayores de estrés al aumentar las horas de seguimiento educativo.

Por tanto, se concluye que existen diferencias estadísticamente significativas en estrés, malestar psicológico, bienestar psicológico y satisfacción con la vida entre modalidades de trabajo en madres de familia.

Referencias

- Arias, P. & García, F. (2018). Propiedades psicométricas de la Escala de Satisfacción con la vida en población ecuatoriana adulta. *Pensamiento Psicológico*, 16(2), 21-29. <https://doi.org/10.11144/Javerianacali.PPSI16-2.ppes>
- Calarco, J., Meanwell, E., Anderson, E., & Knopf, A. (2020). "Let's Not Pretend It's Fun": How Disruptions to Families' School and Childcare Arrangements Impact Mothers' Well-Being. *SocArXiv Papers*, 1–28. <https://doi.org/10.31235/osf.io/jyvk4>
- Camacho, J. (2021). El teletrabajo, la utilidad digital por la pandemia del COVID-19. *Revista Latinoamericana de Derecho Social*, (32), 125-155.
- Cameron, E., Joyce, K., Delaquis, C., Reynolds, K., Protudjer, J., & Roos, L. (2020). Maternal psychological distress & mental health service use during the COVID-19 pandemic. *Journal of Affective Disorders*, (276), 765-774. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2020.07.081>
- Capaquira, J., Arias, W., Muñoz, A., & Rivera, R. (2020). Malestar Psicológico, Relación con la Familia y Motivo de Consulta en Mujeres de Arequipa (Perú). *Atención Familiar*, 27(2), 81-85. <https://doi.org/10.22201/facmed.14058871p.2020.2.75680>
- Castillo, R. (2015). *Empleo y condición de actividad en Ecuador*. Coordinación General Técnica de Innovación en Métricas y Análisis de la Información, Instituto Nacional de Estadística y Censos. <https://www.ecuadorencifras.gob.ec/wp-content/uploads/downloads/2015/02/Empleo-y-condici%C3%B3n-de-actividad-en-Ecuador.pdf>
- Cohen, S., Kamarck, T., & Mermelstein, R. (1983). A global measure of perceived stress. *Journal of Health and Social Behavior*, 24(4), 385-396. <https://doi.org/10.2307/2136404>

- Cohen, S. & Williamson, G. (1988). Perceived stress in a probability sample of the United States. En S. Spacapan y S. Oskamp (Eds.), *The Social Psychology of Health* (pp. 31-67). Sage.
- Conger, R., Conger, K., & Martin, M. (2010). Socioeconomic status, family processes, and individual development. *Journal of Marriage and the Family*, 72(3), 685-704. <https://doi.org/10.1111/j.1741-3737.2010.00725.x>
- Corte Constitucional del Ecuador. (2020). *Decreto N.º 1017*. https://www.defensa.gob.ec/wp-content/uploads/downloads/2020/03/Decreto_presidencial_No_1017_17-Marzo-2020.pdf
- Cusinato, M., Iannattone, S., Spoto, A., Poli, M., Moretti, C., Gatta, M., & Miscioscia, M. (2020). Stress, resilience, and well-being in Italian children and their parents during the COVID-19 pandemic. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17(22), 1-17. <https://doi.org/10.3390/ijerph17228297>
- De Clercq, D. & Brieger, S. (2021). When discrimination is worse, autonomy is key: how women entrepreneurs leverage job autonomy resources to find work–life balance. *Journal of Business Ethics*, 177(3), 665-682. <https://doi.org/10.1007/s10551-021-04735-1>
- Díaz, D., Rodríguez, R., Blanco, A., Moreno, B., Gallardo, I., Valle, C., & Van Dierendonck, D. (2006). Adaptación española de las escalas de bienestar psicológico de Ryff. *Psicothema*, 18(3), 572–577.
- Diener, E., Wolsic, B., & Fujita, F. (1995). Physical Attractiveness and Subjective Well-Being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 69(1), 120-129. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.69.1.120>
- Espíndola, J., Morales, F., Díaz, E., Pimentel, D., Meza, P., Henales, C., Carreño, J., & Ibarra, A. (2006). Malestar psicológico: algunas de sus manifestaciones clínicas en la paciente gineco-obstétrica hospitalizada. *Perinatología y Reproducción Humana*, 20(4), 112–122.
- Esteves, A. (2020). El impacto del COVID-19 en el mercado de trabajo de Ecuador. *Mundos Plurales - Revista Latinoamericana de Políticas y Acción Pública*, 7(2), 35-41. <https://doi.org/10.17141/mundosplurales.2.2020.4875>
- Gaxiola, J. & Palomar, J. (Coords.). (2016). *El Bienestar Psicológico: Una mirada desde Latinoamérica*. Quartuppi.
- Goldberg, A., McCormick, N., & Virginia, H. (2021). Parenting in a pandemic: work–family arrangements, well-being, and intimate relationships among adoptive parents. *Family Relations*, 70(1), 7-25. <https://doi.org/10.1111/fare.12528>
- Gordon, S. (2021). Mujeres , trabajo doméstico y COVID-19: explorando el incremento en la desigualdad de género causada por la COVID-19. *Psicología Iberoamericana*, 29(1). <https://doi.org/10.48102/pi.v29i1.399>
- Herrera, B., Cárdenas, B., Tapia, J., & Calderón, K. (2021). Violencia intrafamiliar en tiempos de COVID-19: una mirada actual. *Polo Del Conocimiento*, 6, 1027-1038. <https://doi.org/10.23857/pc.v6i2.2334>
- Herrero, J. & Meneses, J. (2006). Short Web-based versions of the perceived stress (PSS) and Center for Epidemiological Studies-Depression (CESD) Scales: a comparison to pencil and paper responses among Internet users. *Computers in Human Behavior*, (22), 830-848.
- Hibel, L., Boyer, C., Buhler-Wassmann, A., & Shaw, B. (2021). The psychological and

- economic toll of the COVID-19 pandemic on Latina mothers in primarily low-income essential worker families. *Traumatology*, 27(1), 40-47. <https://doi.org/10.1037/trm0000293>
- Instituto Nacional de Estadística y Censos. (2020, febrero 21). *El INEC también genera estadísticas de trabajo no remunerado*. <https://www.ecuadorencifras.gob.ec/el-inec-tambien-genera-estadisticas-de-trabajo-no-remunerado/>
- Isch, A. (2020). Acuerdo Ministerial N.º MDT-2020-181. Ministerio del Trabajo. <https://www.trabajo.gob.ec/wp-content/uploads/2020/09/AM-MDT-2020-181-TELETRABAJO-14.09.2020-signed.pdf?x42051>
- Janssen, L., Kullberg, M., Verkuil, B., van Zwieten, N., Wever, M., van Houtum, L., Wentholt, W., & Elzinga, B. (2020). Does the COVID-19 pandemic impact parents' and adolescents' well-being? An EMA-study on daily affect and parenting. *PLoS ONE*, 15(10), 1-21. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0240962>
- Kerlinger, F. & Lee, H. (2002). *Investigación del comportamiento*. McGraw Hill.
- Kessler, R. & Mroczek, D. (1994). *Final Versions of our Non-Specific Psychological Distress Scale*. <https://www.scienceopen.com/document?vid=2987d9ec-beca-4fc6-a58a-a6ede4f532b3>
- Kornrich, S. & Eger, M. (2016). Family life in context: men and women's perceptions of fairness and satisfaction across thirty countries. *Social Politics: International Studies in Gender, State & Society*, (23), 40-69. <https://doi.org/10.1093/sp/jxu030>
- Larzabal, A., Ramos, M., Jaramillo, A., & Hong, A. (2020). Propiedades psicométricas de la escala de malestar subjetivo de Kessler (K10) en adultos. *CienciaAmérica*, 9(3). <https://doi.org/10.33210/ca.v9i3.265>
- Lazarus, R. & Folkman, S. (1984). *Stress, appraisal and coping*. Springer.
- Lazarus, R. & Folkman, S. (1986). *Estrés y procesos cognitivos. Evaluación, afrontamiento y consecuencias adaptativas*. Martínez Roca.
- Llanes, N. & Pacheco, E. (2021). Maternidad y trabajo no remunerado en el contexto del Covid-19. *Revista Mexicana de Sociología*, (1), 61-92.
- Lyttelton, T., Zang, E., & Musick, K. (2020, agosto 4). Before and during COVID 19: Telecommuting, work-family conflict, and gender equality. *Council on Contemporary Families*. <https://sites.utexas.edu/contemporaryfamilies/2020/08/03/covid-19-telecommuting-work-family-conflict-and-gender-equality/>
- Manrique, A. & De Jesús, M. (2020). The COVID-19 Pandemic and ethics in Mexico through a gender lens. *Investigación Bioética*, 17(4), 613-617. <https://doi.org/10.1007/s11673-020-10029-4>
- Martiny, S., Thorsteinsen, K., Parks-Stamm, E., Olsen, M., & Kvalø, M. (2021). Children's well-being during the COVID-19 pandemic: relationships with attitudes, family structure, and mothers' well-being. *European Journal of Developmental Psychology*, 19(5), 711-731. <https://doi.org/10.1080/17405629.2021.1948398>
- Mayordomo, T., Sales, A., Satorres, E., & Meléndez, J. (2016). Bienestar psicológico en función de la etapa de vida, el sexo y su interacción. *Pensamiento Psicológico*, 14(2), 101-112. <https://doi.org/10.11144/Javerianacali.PPSI14-2.bpfe>
- Mayorga, V. & Llerena, F. (2021). Rol de la familia en la educación virtual del nivel inicial. *Revista Científica Retos de la Ciencia*, 5(e), 23-41.

- Medina, E. & Fernández, M. (2021). La autonomía económica de las mujeres latinoamericanas. *Apuntes Del Cenes*, 40(72), 181-204. <https://doi.org/10.19053/01203053.v40.n72.2021.12606>
- Möhring, K., Naumann, E., Reifenscheid, M., Wenz, A., Rettig, T., Krieger, U., Friedel, S., Cornesse, C., & Blom, A. (2020). The COVID-19 pandemic and subjective well-being: longitudinal evidence on satisfaction with work and family. *European Societies*, (23), 601-617. <https://doi.org/10.1080/14616696.2020.1833066>
- Moreta, R., Gaibor, I., & Barrera, L. (2017). El bienestar psicológico y la satisfacción con la vida como predictores del bienestar social en una muestra de universitarios ecuatorianos. *Salud & Sociedad*, 8(2), 172-184. <https://doi.org/10.22199/S07187475.2017.0002.00005>
- Moscardino, U., Dicataldo, R., Roch, M., Carbone, M., & Mammarella, I. (2021). Parental stress during COVID-19: a brief report on the role of distance education and family resources in an Italian sample. *Current Psychology*, 40(11), 5749-5742. <https://doi.org/10.1007/s12144-021-01454-8>
- Ohlbrecht, H. & Jellen, J. (2021). Unequal tensions: the effects of the coronavirus pandemic in light of subjective health and social inequality dimensions in Germany. *European Societies*, (23), 905-922. <https://doi.org/10.1080/14616696.2020.1852440>
- Padros, F., Gutiérrez, C., & Medina, M. (2015). Propiedades psicométricas de la Escala de Satisfacción con la Vida (SWLS) de Diener en población de Michoacán (México). *Avances en Psicología Latinoamericana*, (33), 223-232. <https://doi.org/10.12804/apl33.02.2015.04>
- Razeto, A. (2016). El involucramiento de las familias en la educación de los niños. Cuatro reflexiones para fortalecer la relación entre familias y escuelas. *Páginas de Educación*, 9(2), 190-216. <https://doi.org/10.22235/pe.v9i2.1298>
- Ruisoto, P., López-Guerra, V., Paladines, M., & Vaca, S. (2020). Psychometric properties of the three versions of the Perceived Stress Scale in Ecuador. *Physiology & Behavior*, 224(113045). <https://doi.org/10.1016/j.physbeh.2020.113045>
- Ryff, C. & Keyes, C. (1995). The Structure of Psychological Well-Being Revisited. *Journal of Personality and Social Psychology*, 69(4), 719-727. <https://doi.org/10.1037//0022-3514.69.4.719>
- Tchintchoua, A. (2020). An analysis of mother stress before and during COVID-19 pandemic: The case of China. *Health Care for Women International*, (41), 1349-1362. <https://doi.org/10.1080/07399332.2020.1841194>
- Vázquez, M., Bonilla, W., & Acosta, L. (2020). La educación fuera de la escuela en época de pandemia por Covid 19. Experiencias de alumnos y padres de familia. *Revista Electrónica Sobre Cuerpos Académicos y Grupos de Investigación*, 7(14), 111-134.
- Vázquez, C., Duque, A., & Hervás, G. (2013). Satisfaction with Life Scale in a representative sample of Spanish adults: validation and normative data. *Spanish Journal of Psychology*, 16(82), 1-15. <https://doi.org/10.1017/sjp.2013.82>
- Xue, B. & McMunn, A. (2021). Gender differences in unpaid care work and psychological distress in the UK Covid-19 lockdown. *PLoS ONE*, 16(3), 1-15. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0247959>

Cómo citar: Valle Pico, M. I. & Larzabal Fernández, A. (2022). Estrés, malestar psicológico, bienestar psicológico y satisfacción con la vida según modalidades de trabajo en madres de familia. *Ciencias Psicológicas*, 16(2), e-2794. <https://doi.org/10.22235/cp.v16i2.2794>

Contribución de los autores: a) Concepción y diseño del trabajo; b) Adquisición de datos; c) Análisis e interpretación de datos; d) Redacción del manuscrito; e) revisión crítica del manuscrito.

M. I. V. P. ha contribuido con a, b, c, d, e; A. L. F. con a, c, e.

Editora científica responsable: Dra. Cecilia Cracco.